

3月3日是全国第22个“爱耳日”，医生提醒：

科学用耳 让人人享有听力健康



3月3日是全国第22个“爱耳日”，今年的主题为“人人享有听力健康——筛查、康复、沟通”。世界卫生组织2019年数据显示，全球约有11亿12-35岁的年轻人正面临无法逆转的听力损失风险，暴露于娱乐环境中的噪音、个人音频设备音量过大等是造成听力下降的“罪魁祸首”，也导致耳鸣、突发性耳聋等问题高发，为此，我市开展了多项爱耳日活动。

义诊活动普及爱耳知识

为有效预防听力残疾，提高人民群众爱耳、护耳意识，3月2日，岳阳楼区残联在金鹗山街道太子庙社区举行“人人享有听力健康”爱耳日主题活动。工作人员在现场适配并免费发放助听器。活动中，岳阳楼区残联邀请岳阳市惠声特殊儿童关爱中心语言康复师为居民讲解听力残疾预防与康复知识，并发放近5000份爱耳护耳宣传册，以增强全社会听力残疾预防能力。活动还邀请听力评估师及助听器验配师现场为近50名有需求的听障人士进行听力检测，现场适配助听器20台，着力推广专业化个性化的适配服务。岳阳楼区残联负责人表示，下一步将结合岳阳楼区实际，在街道、社区更多地开展残疾预防宣传教育活动，从源头上避免听力残疾的发生，推动建立健全与全面建成小康社会

目标相适应的听力残疾康复救助体系，全面推进全人群和生命全周期的听力残疾预防，切实维护居民群众身心健康，为建设健康楼区和全面建成小康社会作出应有贡献。

爱耳护耳意识需提升

“产生耳鸣的原因很多，排除疾病性耳鸣和精神心理性耳鸣以外，还可能是原因不明的单纯的主观感觉，又称主观特发性耳鸣。”市一医院耳鼻喉科张医生说，在门诊经常碰到耳鸣的病人。发病时间不等，有几天、几年甚至长达几十年的，发病人群多半是忧郁、多虑、敏感的中老年女性，或是感情比较细腻的青年男性在过度劳累后发生。据张医生介绍，不论是耳聋还是耳鸣，大多与内耳供血不足有关。年轻人如果出现精神紧张、休息不好、血管痉挛等情况，都会引起内耳供血不足，局部代谢及调节机能受到影响，造成听力系统的损害，继而出现耳聋和耳鸣。大家也不必过度担心，年轻人血管状态相对较好，通过相关干预，是可能恢复的。一旦出现耳鸣、耳聋的情况，应及时前往医院

寻求专业医生的帮助，针对不同性质的耳鸣、耳聋来制定适合自己的治疗方案。出现过耳聋、耳鸣的患者，如果在日常生活中不加以注意，就可能再次复发，且出现的次数越多，恢复的效果也会越差，因此人人都需要提升爱耳护耳意识。

这些“伤耳”操作要避免

我们日常生活中，有哪些“伤耳”的操作需要避免呢？对此张医师提醒市民，KTV、MP3、鞭炮等声音过大可能会对内耳造成损伤，尽量避免长时间处于噪音环境中，避免长时间使用耳机等设备。戒掉经常掏耳朵的坏习惯。盯盯干燥后会随着人们说话、吞咽等动作自己掉出来，如果堵塞外耳道，影响听力时，最好找医生“掏耳朵”，并进行外耳道冲洗。洗澡、游泳时防止呛水。泳池里的脏水很容易通过咽鼓管，进入中耳。如果当时不巧身体抵抗力差，比如感冒，就很容易患中耳炎。
本报记者 李弈萱

市直卫健系统

邀请资深专家授课 推动学科建设提升

本报讯(记者 李弈萱)日前，全国医改如火如荼，在新形势下医院如何抓好学科建设、加快技术创新、抢抓机遇、实现突破，是摆在各位管理者面前的重要课题。3月2日，由市直卫健委主办、市一医院承办的市直卫健系统业务学习活动举行，邀请了省卫生健康委医政医管处副处长李世忠进行“学科建设”主题授课。“学科建设直接反映医院的医疗服务能力与学术地位，决定医院与同级别医院的差距，影响医院的整体发展和战略目标的实现。也是各级医疗机构发展的难点、堵点，也是关键点、着力点。”作为临床经验与管理经验都颇为丰富的资深专家，李世忠围绕什么是医院学科建设，学科建设对医院建设与发展的重要性等话题进行了深入的讲解。大家认真听、用心悟，通过李世忠精彩纷呈的授课，发现新举措、新方法、新途径，有所获益、互促进步，为建设健康岳阳做出新贡献。

岳阳楼区卫健局

为打造核心引领区 提供健康保障

本报讯(记者 李弈萱 通讯员 曾兰花)近日，岳阳楼区卫生健康局召开2021年岳阳楼区卫生健康系统负责干部大会暨作风建设年动员会。会议传达了学习了全区负责干部作风建设培训会暨三级干部会议精神，回顾了2020年工作成绩，表彰了一批先进单位和先进个人，并安排部署2021年重点工作。会议强调，全系统要加强党性修养，加强作风建设，号召全系统干部做到思想在状态、紧起来；作风在状态、严起来；担当在状态、扛起来；能力在状态、强起来；奋斗在状态、干起来和身体在状态、动起来。2021年是“十四五”开局之年，是中国共产党建党100周年，是全面建设社会主义现代化国家的起步之年，是岳阳楼区打造核心引领区攻坚之年。楼区卫生健康局主要负责人表示，全系统干部职工要认真贯彻落实岳阳楼区委、区政府决策部署，毫不放松抓好疫情常态化防控工作，将健康融入所有政策，奋力构建“三大”服务体系，强化“五项”举措，落实“五卫”工作，为加快建成核心引领区提供健康保障，以更加优异的成绩向建党100周年献礼。

市一医院胸外科

肺癌微创技术再上新台阶

本报讯(记者 王金河 通讯员 邓茜 邵珍)近日，市一医院胸外科团队成功完成首例单孔胸腔镜下右上肺叶切除+淋巴结清扫术，术后患者恢复良好，这标志着该院胸外科肺癌微创技术再上新台阶。患者黄先生，44岁，先天性聋哑，因体检发现右肺上叶磨玻璃结节，就诊于市一医院胸外科一病区。病人因先天因素存在沟通困难，主管医生陈飞雨通过仔细诊查及与家属反复沟通，为最大限度减少创伤，决定为患者挑战高难度的单孔胸腔镜手术。经充分的术前准备后，以主任吴志祥为中心的胸外科手术团队在手术室、麻醉科、呼吸科、ICU的共同协作下，以极度精准的操作顺利完成了首例单孔胸腔镜下右上肺叶切除+淋巴结清扫术，整个手术在一个仅3cm长的切口下完成。

单孔微创胸腔镜手术是目前胸外科微创手术中技术含量最高、操作难度最大的微创手术，只需要2-3cm的胸部小切口就可以完成以前20cm切口下才能完成的手术，是治疗早期肺癌创伤小、恢复快、肩关节功能影响小的最佳方式。近年来，微创、精准、快速康复等外科理念深入人心，最大限度切除病灶并尽可能减少手术创伤是每位外科医生不懈的追求。市一医院胸外科经过多年对早期肺癌的临床积累，诊疗技术不断突破，熟练开展单孔胸腔镜下肺楔形切除、单孔胸腔镜下纵膈肿瘤切除、胸腔镜下袖式肺叶切除术等治疗手段，根据患者的个体差异选择最佳的手术方案，为更多患者减轻痛苦，带来福音。



平江县南江镇环保志愿者协会组织志愿者，在春节期间每隔三天对南江镇各街道、社区、河道的垃圾进行收捡、清理，不留死角，共出动志愿者近千人次，收捡各类垃圾4吨多，这些穿着荧光绿马甲的环保志愿者每次出动，都成了南江镇一道独特靓丽的风景。
本报记者 李弈萱 通讯员 邹水摄

城区28家菜市场完成改造，市场监管严把“四关”

让市民买得舒心 吃得放心

“现在走进菜市场就像进了超市一样，美观、便捷，环境优美，食品安全，管得很到位……”3月2日上午，在改造一新的桃花山菜市场，正在买菜的周姨高兴地说。菜篮子虽小，却连着民心。作为城市公共配套设施，农贸市场是最接地气的民生场所，直接关系到千家万户的“菜篮子”。去年，市城区启动菜市场提质改造三年攻坚行动，到目前28家菜市场完成改造、面貌一新。为了加强农、集贸市场管理，确保人民群众购得舒心、吃得放心、用得安心，2019年12月，市政府办专门印发《岳阳市城区菜市场建设和管理办法》，对各相关部门职能进行了明确。为确保群众“菜篮子”拎得好、拎得方便、拎得安全，商务、自然资源规划、市场监管等多部门齐心协力、多措并举，将农贸市场打造成为布局合理、设施先进、功能完善、环境优美、食品安全、群众满意的经营场所。市场监督管理部门结合岳阳城乡农集贸市场的实际和疫情防控

有关要求，加强了新形势下城区农贸市场的监管，守好质量关、守好价格关、守好计量关、守好防疫关，以“查质量、稳价格、实计量、净环境、治活禽”为重点，牢牢守住市民舌尖上的安全，让群众买得放心、吃得放心，确保市民菜篮子安全健康。提质改造后的藕塘坡农贸市场一改以前脏、乱、杂的模样，分区设置合理，人行通道畅通。正在挑选菜肴的易婉娟十分开心：“我就住在附近，看着市场大变样，觉得这里环境好了，商品质量也有了保障，买东西比超市还方便，政府为老百姓做了大好事。”据市市场监管局市场科负责人唐伟华介绍，市场监管部门首先是守好质量关。着力在“保”，防止以次充好、以假充真、以低充高，严把食品质量；守好价格关。着力在“稳”，防止哄抬物价、囤积居奇，对群众举报的价格违法、质量违法等违法行为从严从重从快进行处置，有力有效遏制哄抬物价行为；守好计量关。着力在“实”，防止缺斤短

两、欺骗消费者。严格计量单位和计量器具管理，突出电子秤、量桶、量杯等重点，加大抽查力度，坚决维护好群众利益。同时，守好防疫关。着力在“净”，防止形成新的病毒源和传染途径，提出市场内无活禽销售和野生动物交易行为、经营户信息有登记、场内人员有口罩、体温有检测、市场有消毒、每天有巡查的“一无五有”防控工作。菜市场是城市文明形象的窗口，更是每家每户的“菜篮子”。“市场监管部门将按照《岳阳市城区菜市场建设和管理办法》中对市场监督管理部门的职责划分，对农贸市场的管理做出细致的规定，在责任划分、科学管理、规范经营方面都进行了细化量化，操作性强，相信市民也能感受到这些方面的明显变化。”唐伟华说，提质改造后的菜市场，必须加强经营管理，保障食品供应安全，让群众真切感受到市场购物环境的改善、农产品质量和城市功能品位的提升。
文/图 本报记者 陈智慧



市民舒心买菜。

酒鬼酒股份有限公司
JUGU LIQUOR COMPANY LIMITED

品内参 知大事

建议零售价：1499元/瓶