

一部手机+一副耳机成年轻人标配

世卫：全球有约11亿年轻人正面临无法逆转的听力损失风险

世界卫生组织近日发布数据称，目前全球有约11亿年轻人（12-35岁之间）正面临无法逆转的听力损失风险，个人音频设备音量过大（例如用手机听音乐）是造成风险的重要原因。随着该条新闻的快速转载，一时间引发了众多网友担忧：使用耳机听音乐、打游戏是年轻人日常生活中的标配，自己的听力是否已经受损？

青年报记者 顾金华



一部手机+一副耳机成年轻人标配。

青年报记者 吴恺 摄

■年轻态

又一高校资源落地宝山

本报讯 记者 刘昕璐 宝山区人民政府与上海外国语大学近日签订合作框架协议，根据协议，双方将以宝山区“十三五”发展规划和上海外国语大学发展战略为基础，在前期友好协商的基础上，优先在教育领域开展合作。

同时，宝山区教育局、宝山工业园区管理委员会与上海外国语大学签订合作办学协议，对合作开办九年一贯制“上海外国语大学附属北郊外国语学校”（暂定名）的相关事宜，达成一致。按照协议，上海外国语大学将充分发挥自身的优势，深化办学合作探索，在学科建设和人才培养上支持宝山教育事业整体发展。宝山区则本着进一步扩大教育开放度、优化宝山教育发展布局、提升区域教育内涵品质、满足人民群众对接受多样化教育需求的原则，积极利用各类资源，对合作办学给予大力保障。

据介绍，宝山工业园区九年一贯制学校位于园区西南部公共服务配套区域，该学校选址为金池路295号（东至罗宁路、西至合兆路、北至金池路、南临北新塘），规划约46亩，总建筑面积约22205.5平方米，建设及设施设备总投资约1.26亿元人民币。包含3栋教学楼、1栋综合楼、1栋实验楼、1座多功能教学楼及1座风雨操场，班级规模达40个。

新建学校紧邻园区居住地，是宝山工业园区第一所集中学与小学于一体的基础教育配套设施，符合园区“规划先行、环境先行、基础设施先行”的开发原则，目前园区有产业人口一万多人、适龄学生数百人，建成后解决宝山工业园区住宅建设和大量人口导入后的教育服务的问题，解决园区居民和企业职工的后顾之忧，进一步为园区的产城融合、项目配套奠定基础。

在学校办学方面，上海外国语大学将利用自身优势，在教学管理、师资培训、课程开发、教科实践等方面对学校给予专业指导与支持，争取在三年内将学校打造成为宝山区基础教育一流学校，五年内建设成以外语为特色、上海一流、宝山拔尖的公办学校。

沪牌拍卖周六开启 个人额度8998辆

本报讯 记者 钟雷 根据上海国拍公司发布的公告，本月沪牌个人额度拍卖将于2月23日举行，个人额度为8998辆（其中，本市个人二轮摩托车有效额度转换客车额度0辆；本市个人在用有效客车额度998辆）。今年全年警售价为88100元。今年1月的沪牌拍卖中，个人额度为12832辆，参拍人数为168614人，最低成交价为89500元，平均成交价为89565元，中标率7.6%。

世卫数据 11亿年轻人面临丧失听力的风险

据世卫组织近日发布的数据称，全球12岁至35岁人群的近半数，即11亿人，面临丧失听力的风险，个人音频设备音量过大是造成风险的重要原因。

世卫组织指出，目前全球约半数年轻人在使用手机等设备听音乐时音量高于安全水平。听力损失往往是不可逆转的，在人类拥有足够保护听力的技术和知识的情况下，不应让众多年轻人仅仅因为听音乐而遭受

听力损失。

世界卫生组织建议：每人每天带耳机的时间应控制在1小时内，且应尽量调低音量，以保护听力。买耳机最好选择降噪耳机，最好是高质量的入耳式或者头戴式耳机，这样可以降低背景噪音，让使用者可以听到较低音量的声音。此外，世卫组织因此呼吁监管机构和生产厂家确保在智能手机和其他音乐播放器上安装控制音量和收听时长的软件，防止使用者

听音乐时间过长或收听时音量过大。

这条新闻很快登上新浪微博热搜榜，不少网友看过后都吓得一哆嗦，因为新闻中提到，这样的损伤是不可逆的。网友“小鱼儿”表示，这可如何是好，每次戴耳机听歌一听就要好几个小时，打游戏也是，难怪有时会出现耳鸣，很担心将来会耳聋。还有不少网友表示，别让坏习惯偷走了你的听力，已经自觉将保护耳朵列入养生项目。

记者调查 地铁口近三分之一年轻人边走边听耳机

日常生活中，无论在地铁上、公交上、走路，几乎每个人都喜欢戴着耳机听歌或者刷剧，沉浸在自己的世界里。一部手机加一副耳机，这似乎是现在年轻人的标配。

记者昨天随机在地铁2号线中山公园站调查时发现，5分钟内，出入地铁的50名年轻路人中，有近三分之一戴着耳机。“习惯了，边走边听音乐更

自在，而且上班路上要一个多小时，这样感觉不浪费时间。”25岁的小张告诉记者，一天使用耳机的时间起码在3个小时以上，包括打电话、听歌以及打游戏。问及是否感觉耳朵不舒服时，小张表示，偶尔音乐声音大了会有不适感，其他倒没什么。

记者采访中发现，大学生使用耳机的频率更高。大二学生小王表示，

“主要是为了防止噪音的精神污染。戴上耳机，可以沉静在自己的世界里。”小王告诉记者，和她一样，不少大学生听音乐都是佩戴着耳机进行的，多是地铁、公交车、宿舍等公共环境中。有时因为环境音嘈杂，她会不自觉为了听清音乐而调大音量，但是世卫组织发布的这个数据确实让他们紧张了一下，以后在使用耳机时会尽量调小音量。

专家意见 长时间暴露于噪音，听力受损后不可逆

近年来伴随着手机、平板电脑等电子产品的普及以及歌厅、酒吧等娱乐场所的增多，社会公众特别是青少年因不当用耳发生噪声性听力损伤的风险日益加大。那么，到底对听力造成了多大的伤害呢？记者昨天采访了复旦大学附属眼耳鼻喉科医院耳鼻喉科主任医师李树峰。

李树峰主任医师告诉记者，可引起听力损失的病因很多，目前最常见的就是噪声，通常是长时间暴露于强噪声会引起听力损失。“很多国家的劳动防护标准是每天的噪声暴露不超过85分贝连续8小时，也就是说超过这个强度就很可能造成噪声性耳聋。”而根据波士顿儿童医院的研究表明，不超过耳机最大音量的60%，连续使用耳机时间少于60分钟是比较安全的。

在门诊中，因为使用耳机导致听力受损的现象并不多见，所以市民无

须过于恐慌。但是世卫组织公布的这一数据正是提醒年轻人对自己的听力保护要引起重视。噪音对于听力的损害有积累性，接触高分贝的声音可能暂时没有感觉，甚至在暂时损害后恢复，但是长此以往对听力是有损害的。“短时、低强度的噪音将导致暂时性的听觉损伤，这种损伤在脱离噪声环境后，有的可以自行恢复；但是长期处于噪声环境中，将可能导致内耳的毛细胞和它与听神经的突触连接发生损害、听神经发生退行性病变，这样的听力下降是不可逆的。”李树峰主任医师指出。

李树峰主任医师提醒市民，不要为了听觉的刺激，过度追求大音量、“震撼”的音响效果；注意耳机等音频设备的使用时间，建议一小时后就要让耳朵休息一下；如果要进入嘈杂的环境中，最好不要用耳机听音乐，或者可以佩戴降噪耳罩、耳塞等进行防护，

或者使用具有主动降噪功能的耳机。

在出现以下症状时，需要及时到医院进行检查。比方说在听力下降、嘈杂环境中常听不清别人说话或者经常出现耳鸣等。万一出现突发性耳聋，越早治疗效果越好。

此外，需要指出的是，长期错误的掏耳朵会使耳道失去保护、异物入侵引起炎症，严重者还会损伤听力。那么如何正确的掏耳朵呢？因为外耳道皮肤具有自动排除皮屑和耵聍的功能，很多人一辈子都无需掏耳朵。而对于耳屎较湿且分泌旺盛的人来说，最好建议按医生建议定期清理耳道。此外，不要乱用一些对于耳朵有害的药物，如治疗结核病的链霉素、治疗细菌感染类疾病的庆大霉素、治疗肺炎的卡那霉素、治疗严重感染的万古霉素等，这种损害是不可逆的，必须在医生的指导下服用这些药物。