

# 戴耳机听歌一夜，小伙突发耳聋

专家：用耳不健康让失聪患者逐渐年轻化

3日是全国爱耳日，今年的主题是“安全用耳，保护听力”，而正是因为很多年轻人不能安全用耳，使得突发性耳聋这种本来是老年人易患的疾病，更多地发生在年轻人身上。这不，青岛一小伙就因整夜戴耳机听歌，结果摘下耳机后突然听不清声音了，这种情况在年轻人中屡见不鲜。

本报记者 刘腾腾 李德领



## 病例 热恋小伙煲电话粥让耳朵很受伤

23岁的青岛小伙小陈有戴耳机听音乐入睡的习惯，经常是歌还放着他睡着了。不久前的一天，小陈再次戴耳机听音乐听了一整晚后，第二天早上起床突然觉得耳朵有闷胀感，并且伴随耳鸣，这时他才发现自己听声音不清楚了。

他赶紧到齐鲁医院耳鼻咽喉头颈外科检查。经诊断，小陈的确低频区听力下降，对低频率的声音敏感度降低，属于突发性耳聋。经过一周的治疗，小陈的听力有所恢复，然而，又过了一个多月，小陈的听力再度出现问题，反复治疗几次后，最终他的听力才有所好转。

类似的年轻患者很多，刚谈恋爱的菏泽小伙小王晚上经常与女朋友煲电话粥，短则一二十分钟，长则一个多小时，最近总感觉出现听力下降，在菏泽市中医医院耳鼻喉科治疗时被查出患有突发性耳聋。

## 问题 电子产品成年轻人听力杀手

“以前像小陈这样的突发性耳聋患者并不少见，经常熬夜，以及过度使用电子产品造成的听力损伤。”齐鲁医院耳鼻咽喉头颈外科副主任医师宋忠义告诉记者。

宋忠义介绍，最近几年，突发性耳聋人群突然增多，以前这种病多发生在老年人身上，而如今大有年轻化之势。“突发性耳聋在老年人中之所以常见，是因为老人到

了一定年纪身体机能衰退，但如今年轻人生活节奏快，习惯熬夜，常去酒吧和舞厅等噪音严重的场所，以及越来越多地戴耳机使用电子产品，都在一定程度上诱发了突发性耳聋。”宋医生介绍，最近这段时间他接诊的病患很多都集中在20岁左右的年轻人，都有中度或者重度的听力下降。

对于煲电话粥引发耳聋，菏泽市中医医院耳鼻喉科专家油杰说，长时间接打电话会对听力造成渐进性损伤，尤其是处于呼叫等待时，手机辐射较大，对耳朵伤害更大。油杰也介绍了噪音对耳朵的影响，“前几天有患者在听演唱会时坐在音响旁边，结果导致耳朵旁一直出现嗡嗡的响声，同时长期在嘈杂环境下对耳朵也会造成不同程度的损伤。轻者耳朵损伤会自动修复，严重者要及时前往医院救治。”

## 提醒 耳朵“受累”后及时歇一歇

油杰提醒，大家尽量少戴耳机，如果必须戴的话就戴头戴式耳机，这种耳机相对危害小一些，并且注意声音别放太高，在听了二三十分钟后，要注意歇歇耳朵。打手机也是这样，不要拉起来没完。还有不要频繁或长时间待在迪厅、KTV等嘈

杂环境中，如果去了，也要多到外面透气，以缓解耳朵的压力。

“另外，现在不少市民喜欢用锐器或者硬物掏耳朵，这种做法是很危险的，可能会对外耳道及鼓膜造成损伤，从而导致听力下降。”油杰说，耳屎是外耳道分泌的一种淡黄色黏稠液体，我们在吃饭、说话时可自动将其排出，市民习惯掏耳朵，反而容易让细菌进入耳道，增加感染的可能性。“有些患者曾用棉棒、火柴棒等掏耳朵时，将火柴头或者棉线遗漏在耳朵里，对耳朵也会造成损伤。”

# 有借条无收到条，20万借款难追回

律师：凡民间大额借贷，借出钱后打个收到条才稳妥

本报记者 刘云菲

“现在借钱都是打借条，有几个打收到条的？”聊城的李先生最近遭遇了闹心事，他感慨地说。李先生借给朋友20万元现金，对方因车祸死亡，当到了还款期时，对方家人却拒不还款，李先生想通过法律途径解决，但因为没有收到条作为证据，律师告诉他难立案。

李先生两年前借给一个朋友20万元现金，双方约定2014年年底还款，不想朋友因为车祸去世。眼看到了还款期限，李先生找到了朋友家人想要回这20万元，可是朋友家人

都说不知道这笔借款，单凭李先生手中的借条也不能完全说明他们借了李先生的钱。“他们不承认，我去找律师，律师说要有收到条作为证据，才好打官司，不然证据不全，立案都很难，可是我根本不知道借钱还要打收到条。”李先生说，他现在后悔都来不及了，只能等待协调的结果。

记者调查了解到，类似李先生这样的情况并不少见，许多人借钱时都没有考虑到打收到条，而一旦发生纠纷，都遭遇证据不全，影响诉讼程序。“没怎么听过还要打收到条啊，这个是必须打的吗？不打会怎么办呢？”市民邹先生

也发出这样的疑虑。

山东鲁朋律师事务所律师胡明飞说，民间借贷的纠纷居多，大多数都是以各种方式“赖账”。民间借贷时，往往是打了借条后就把钱借了出去，而忽视让借款人打个收到条。而收到条是走诉讼程序非常重要的一项证据，没有收到条，打官司都会受影响，最后不少这样的案子要通过不断协调解决，“运气好的，有的能要过来，一般都很难，民间借贷是一种实践合同，如果是现金借贷，光有借条，表明合同还没生效，只有借款人打了收到条后，而且收到条是有效的，合同才生

效。如果缺乏收到条作为证据，遇到纠纷时，空口无凭，很难说清。而一般关于民间借贷的纠纷，拒不还款的情况是非常多的。”

胡明飞说，民间借贷，一般涉及大额交易，存在一定风险，打个收到条更稳妥。如果是银行转账，要保留好转账凭证，而如果是现金，要打收到条。一般的格式是：“今收到某某现金多少，写明日期和利息，最好按上贷款人手印，必须本人签字，另外附上一份贷款人的身份证复印件。”胡明飞说，利息最高不能超过同类同期银行贷款利率四倍，超过的部分无效。

## 面膜真的会致癌，真是要全部扔掉？

爱美的女同胞们，有几个没用过面膜，这个非常大众的护肤品，却因为近来港台的一些报道，让众美女纠结起来：台媒报道，消基会称七成半面膜含有防腐剂，长期使用导致乳腺癌；港媒报道，香港消费者委员会宣布检验到17款面膜含防腐剂，

其名单包括香奈儿Chanel、欧莱雅、屈臣氏面膜等大品牌。

防腐剂会致乳腺癌？名牌面膜也含防腐剂？这不是说面膜都不敢用了吗？美女们切莫惊慌，关于这一问题，国内一家权威媒体对此做出准备到位的分析，看了这篇文章，美

女们就知道该如何做了。关注逸周末公众微信号(qiluyizhoumo)，可查看全部详细内容。点击逸周末微信页面右上角头像，可以查看历史消息哦！

逸周末粉丝QQ群(384365359)——逸家人现在也开通了，欢迎亲们回家。

## 探路

## 管内动车20日起预售期改为20天

本报济南3月2日讯(记者 宋磊) 记者从济南铁路局获悉，自3月20日起，所有济南铁路局管内动车组列车预售期改为20天，起售时间为每天上午8:30。同日青荣城铁管内动车组列车开行方案也进行了优化调整，优化后，从上午8点至晚上7点之间，从烟台到济南，大概每两个小时就有一趟列车。

自3月20日起，济南铁路局将对局管内所有动车组列车的预售期调整为20天，其他列车预售期不变。同时，对青荣城际管内动车组列车开行方案进行优化调整：青荣城际安排管内动车组列车8对。济南(济南西)～荣成D6075/D6078次管内动车1对；济南～烟台D6051/D6052次管内动车1对；济南～荣成D6073/D6074次管内动车1对；荣成～即墨北D6092/D6091次、D6094/D6093次管内动车2对；荣成～烟台D6096/D6095次管内动车1对；荣成～济南西D6072/D6077次管内动车1对；济南西～荣成D6071/D6076次管内动车1对。

此外，济南铁路局还安排3对高峰线旅客列车，在节假日或周末旅客大量出行时开行。据介绍，这3对列车并不固定运行，会根据客流情况，随时投入到青荣城铁线上。具体为济南西至荣成D6079/D6080次1对；济南～烟台D6053/D6054次1对；即墨北～烟台D6097/D6098次1对。

调整过后，烟台发往济南的动车开行时间变得更加均匀，从上午8点至晚上7点，大概每两个小时就有一趟列车。



纸条

临沂读者王先生递纸条：天冷的时候，启动汽车时需要热车，怎么个热法是合适的？

济南市槐荫交警大队民警李福劳传答案：车辆露天过夜，经过长时间停放，发动机和其他部件内的机油都已流回到最下部的机油底壳内，上半部就处于缺乏润滑的干磨状态。在这样的情况下打着火立即走对车辆性能很不利。在这样的情况下，冬季行车前“热车”就显得极为必要，绝大多数的司机事实上也在这么做，但这里也有一个误区需要注意：一些驾驶员认为“热车就热个彻底的”，以为热车时间越长越好，甚至原地怠速热车三分钟以上。

其实事实并非如此，热车时间一般一分钟左右即可。时间太长一方面耗费油料，另一方面也对三元催化器造成负担。最好的热车方法是原地热车一分钟左右，然后启动车辆，条件许可的情况下可以低速缓慢行驶三到五分钟，让转向系统、刹车系统、差速系统、悬挂系统等，都适当做“热身运动”。

本报记者 张泰来 整理

## 纸条征集令

递纸条的方式现在有三种了，拨打96706；将纸条内容及个人联系方式发送到邮箱qlzhitiao@163.com；还可以给齐鲁晚报逸周末官方微信(qiluyizhoumo)发信息：我要递纸条+姓名+联系方式+纸条内容。如果您的问题关注度足够高，还可以得到百元奖金哦！现在，选择一种你习惯的方式，一起递纸条挣奖金过好日子！



想知道逸周末公众微信最新分享了什么？来，扫一扫吧！