

频繁采耳 长期佩戴耳机 生活不规律……

# 这些不良习惯 正成为

# 听力杀手

生活报讯(见习记者李晓航 记者王秋实)由于不良用耳习惯,目前耳部疾病正在向年轻化发展。近日,记者采访到哈尔滨市第一医院耳鼻喉科范国亮主任,听医生讲述那些被“耳病”困扰的患者故事。

## 上班族频繁采耳 致外耳道真菌感染

“男友最近总说耳朵很痒,并伴有分泌物增多,每天我都要准时给他涂抹药膏,十多天过去了,感觉男友的耳朵问题没有一点好转。”32岁的小王是一名互联网公司职员,由于工作压力较大,小王下班后,经常与同事三五成群地去采耳店采耳。

并有分泌物流出。小王去药店多次购买药品,但病情一直没有得到有效控制,最终在女友的陪同下,小王来到哈市第一医院耳鼻喉科就诊。

小王入院后,范主任与他沟通病情,并为他进行详细的检查。医生检查时发现,小王患有外耳道真菌感染,并且耳道内发现大量黄色、结痂样分泌物。医生立即为小王进行清创处理,清创后实施抗炎治疗。

经过阶段性治疗,小王的耳部疾病得到有效控制,耳部瘙痒及分泌物增多的病症完全消失。



## 游戏主播长期佩戴耳机 听力下降了

“最近与儿子沟通时,总是感觉他心不在焉,和他聊天时,有时不仅不回应,有时还会出现所问非所答的情况。起初他的表现让我很气愤,直到去医院检查后才知道,儿子的听力出现了问题!”25岁的小明从小对电脑特别偏爱,高考顺利考入某大学计算机系,毕业后从事游戏主播行业。由于小明游戏能力较强,直播间每天都有几百到几千人观看。

近期,小明总是感觉听不清游戏里队友给的指令。起初,小明并没有在意,以为是耳机出了问题。随着时间的推移,小明的听力呈直线趋势下降。小明将问题如实告知母亲,母亲立即带领小明来到哈尔滨市第一医院耳鼻喉科就诊。

入院后,范主任为小明进行详细检查。经检查发现,由于小明长时间高分贝佩戴耳机,双耳出现神经性听力损失。由于小明病情较轻,范主任立即为小明制定相关治疗方案。经过阶段性治疗,小明的病情得到极大改善,目前已顺利出院。小明表示,“今后一定要爱惜自己的耳朵,坚决杜绝类似的事情发生。”

## 35岁男子生活不规律 耳朵突然失聪

35岁的小平是一位国企职工,由于工作性质特殊,需要经常开会及出差检查各项工作,常常无法正常进食及休息。每次到工作现场后,小平都会全身心地投入到工作当中。前些天,小平在检查工作时,突然耳朵听不到任何声音,只能看到同事的表情和动作。小平心里非常着急,马上把自己的情况和同事说明,在同事的

陪同下,驱车赶往哈尔滨市第一医院耳鼻喉科就诊。

入院后,小平被确诊为突发性耳聋。小平得知病情后内心焦急万分,汗水布满额头。医生与小平沟通后,决定为他实施药物干预治疗方案,由于小平就诊及时,救治效果非常明显。随着药物的持续治疗,小平的耳聋问题也得到很大改善。

# 41岁女子患“双肌瘤” 一根消融针化解

生活报讯(见习记者李晓航 记者王秋实)近日,哈医大四院超声科介入团队成功为一名“双肌瘤”患者实施双途径联合射频消融术,以微创技术同时解决两大病灶。术后,李女士恢复良好。

41岁的李女士因月经不规律、经期延长到医院检查。经检查,李女士被确诊为宫颈肌瘤和子宫肌壁间肌瘤。在随后一年的观察中,肌瘤生长迅速,体积竟增长了一倍。

虽然随后的TCT检查和宫腔镜内膜病理结果均为正常,排除了恶性肿瘤变的可能,随着肌瘤的快速增大,李女士在家属的陪伴下来到哈医大四院就诊。

李女士入院后,医生立即为李女士进行全方位的检查。经检查发现,李女士位于宫颈位置约60mm的肌瘤和宫体约45mm的肌壁间肌瘤。荆慧主任团队经过严谨的术前评估和精准的规划,为她量身定

制了一套“双途径联合射频消融”的微创治疗方案。

在实时超声的精准引导下,仅用一根直径1.4mm的消融针,首先选择经腹部路径,精准穿刺并消融宫体的肌壁间肌瘤;随后,调整消融针路径,通过经阴道路径,直面位置刁钻的宫颈肌瘤,进行精准消融。手术过程顺利,全程不开刀、无切口、出血极少。术后,李女士恢复良好,还在观察当中。

## 医生提醒:养成良好生活习惯及用耳习惯

哈尔滨市第一医院耳鼻喉科范国亮主任告诉记者,目前青年人听力损失因素大致分为以下方面:生活压力过大、生活不规律可能诱发突发性耳聋;长期佩戴耳机及巨大声响会对自身听力系统造成噪音性损害,可能诱发噪音性耳聋;反复挖耳、采耳、掏耳朵,可能诱发鼓膜穿孔及中耳炎等耳部疾病;长时间暴

露在高分贝的噪音环境中,会对耳朵造成损伤。

尽量减少在噪音环境中的停留时间,或采取必要的措施来降低噪音水平。日常生活中需要保持良好心态,佩戴耳机时音量需控制在60%以内,佩戴时间不要超过60分钟。挖耳及掏耳力度要轻,频率要低,尽量避免不正规采耳等方式。

## 医生建议:早发现、早治疗

范国亮主任告诉记者,耳朵听力不好主要分为传导性耳聋、感音神经性耳聋以及混合性耳聋。如患有传导性耳聋,大多通过药物及手术可以得到治疗,如患有感音神经性耳聋,应针对实际情况进行治疗。如突发耳聋,

可以通过药物及手术进行治疗,轻、中度感音性耳聋或先天性耳聋,需佩戴助听器。据了解,突发耳聋最佳救治黄金期为72小时内,如听力受损应立即到正规医院接受治疗,避免错过最佳救治时间。

出租出售 13946092977

## 门市出租

出租南岗区海城街19号门市,临近海城市、省实验中学、黄房子景区,两室一厅,使用面积45平方米,临街独立门市,停车方便,适合做自习室、办公室、建材商店、库房、中央厨房等,正规牌匾,交通便利,年租金45000元,简单装修。

13895751616

## 门市房出租

哈尔滨市群力第七大道549号门市房出租,靠近王府井商圈,临街独立门市,周边配套成熟,消费能力高,停车方便,地下一层,地上三层,楼顶敞开式天台,室内面积共计450㎡,租金34万(价格可谈)。

18345100996

## 茶脉新语

13946092977

徽茶始祖 一松梦茶 新茶到店 欢迎品鉴



60 元/斤



158 元/罐



528 元/斤 98 元/罐



1188 元/斤 228 元/罐

品茶电话 18645049987

地址:哈市南岗区南直路信恒茶城富一层B5茗缘茶行(勐库戎氏专卖店)

生活报中缝广告 受理地址:哈尔滨道里区地段街1号生活报一楼103室 刊登 84681180 15004697804 电话 13613600156

2月份,哈尔滨地铁客运强度全国第二!

# 中华巴洛克街区站同比增一成

生活报讯(记者仲亮)12日,记者从哈尔滨地铁集团获悉,2月份全国及哈尔滨地铁运营数据正式发布。受春节长假与冰雪旅游旺季双重拉动,哈尔滨地铁全网客流持续高位运行,客运强度位居全国第二,中华巴洛克街区站成为景区站点增长亮点。

数据显示,2月份全国54个开通轨道交通城市完成客运量21.7亿人次,平均客运强度为0.659万人次/公里日。哈尔滨地铁表现亮眼,当月全网总客流量达2726.71万人次,客运强度高达1.06万人次/公里日,在全国轨道交通城市中位列第二,远超全国平均水平。

春节9天假期叠加冰雪季,哈尔滨文旅出行需求集中释放,景区周边地铁站点客流激增。其中,中华巴洛

克街区站2月份运送客流75.66万人次,同比增长10.55%,成为核心增长站点。中央大街、冰雪大世界等热门景区站点同样客流密集,精准承接八方游客出行需求。

客流数据的持续攀升,折射出哈尔滨冰雪旅游的强劲吸引力,也体现了地铁在城市公共交通中的核心支撑作用。为应对大客流,哈尔滨地铁优

化运营组织、加密行车间隔、增派服务人员,全力保障市民与游客出行安全顺畅。

从全国排名到站点增长,哈尔滨地铁以高效运力与优质服务,成为冰雪季文旅出行的“硬核保障”,既服务市民日常出行,也助力城市文旅产业发展,为冰城经济社会发展注入交通动能。

化运营组织、加密行车间隔、增派服务人员,全力保障市民与游客出行安全顺畅。

从全国排名到站点增长,哈尔滨地铁以高效运力与优质服务,成为冰雪季文旅出行的“硬核保障”,既服务市民日常出行,也助力城市文旅产业发展,为冰城经济社会发展注入交通动能。

春节前后 哈市累计举办招聘活动123场

# 提供就业岗位2.9万个 零售行业用工需求大



生活报讯(记者吕晓艳)12日,记者从哈尔滨市人社局获悉,春节前后是农民工集中返乡返岗的关键窗口期,零售、零工行业用工需求量大,截至3月6日,全市累计举办线上线下招聘活动123场,提供就业岗位2.9万个;开展“面对面”人社专项服务12场,服务1746人次。



道里区举办零售、零工行业等9场主题招聘,110家企业带来2037个岗位;平房区联合司法局举办专场招聘会,26家企业提供579个岗位,现场达成就业意向380余人次;木兰县、呼兰区、方正县等多地密集开展专场招聘,分别提供就业岗位590余个、120余个和400余个。

线上渠道持续拓宽,南岗区通过抖音号开展3场线上招聘会,25家企业提供300余个岗位,累计观看2000余人次;平房区直播招聘吸引1.2万人次在线观看。多地开展“点对点”专项运输,实现从“家门口”到“厂门口”的无缝衔接。通河县组织5台次专车,护送91名农民工赴山东、湖北等地返岗,并送上合政策指南、维权手册的“就业大礼包”;双城区安排两辆专车,护送49名农民工前往江浙地区,同时发放慰问品和政策宣传单。图片由哈尔滨市人社局提供

哈市举办植树节宣传活动

# 今年将在全市设立12处义务植树基地

生活报讯(李佳轶 记者张立)“在日常生活中,我们要进行垃圾分类,植树护绿要从我们身边做起”“大家一起爱护咱们的城市环境”……3月12日植树节当日,哈尔滨市林业和草原局的工作人员走进道外中华巴洛克历史文化街区广场,举办了以“植绿扩绿,共筑生态梦”为主题的植树节宣传活动。



活动现场,工作人员通过发放宣传折页、环保纪念品等形式,向市民普及植树造林、保护生态环境的重要性。活动共设计并制作了5000份印有植树节主题和环保标语的宣传折页,以及3000个环保袋和2000把扇子等环保纪念品。

今年,哈市将聚焦国土绿化成果巩固、国有林场现代化建设升级、草原管理监督规范、义务植树扩面增量、古树名木保护常态化及中央环保督察迎检等重点任务。完成“三北”六期工程

退化农田防护林修复11260亩,其中,计划省级“三北”修复面积1260亩,自主更新面积10000亩。道里、道外、香坊、平房、松北、南岗、呼兰、双城、阿城等9区及巴彦、宾县两县,实施草原禁牧23.27万亩;同时,做好太阳岛绿动公园义务植树基地建设,计划完成9.9亩,植树752株。在全市设立12处义务植树基地,总面积约135亩,完成植树7000余株,总投资80余万元。图片由哈市林草局提供

# 今晚至明日白天 哈市有雨雪大风天气

生活报讯(记者李威兵)记者从省气象台获悉,13日傍晚至14日白天,哈市全市有雨雪大风天气,将造成道路湿滑或结冰,请注意交通安全;今起三天天气波动,易诱发呼吸道、心脑血管等疾病。

14日白天通河、依兰、方正、延寿、尚志有分散性降雪,其他区域多云转晴;西南风转西北风3~4级,阵风5~6级;最低气温-3~0℃,最高气温1~5℃。

14日夜间至15日白天:全市晴间多云;偏西风2~3级;最低气温木兰、通河、方正、依兰-11~-8℃,其他区域-7~-4℃,最高气温木兰、通河、方正、延寿、依兰4~7℃,其他区域8~10℃。

13日夜间至14日白天:13日夜间全市阴有小雪,北部山区半山区局地可达中雪,前半夜有短暂雨夹雪时

哈市天气预报 13日白天:全市晴转多云;偏东风2~3级转偏南风3~4级,阵风5~6级;最低气温木兰、通河、方正、依兰-11~-8℃,其他区域-7~-4℃,最高气温木兰、通河、方正、延寿、依兰4~7℃,其他区域8~10℃。

生活报法律顾问 黑龙江同长律师事务所 主要业务:法律咨询 诉讼、非诉讼业务 咨询电话:17094511333 地址:南岗区黄河路136号

拍卖公告 我公司接受委托,对庆安国有林场管理局丰收林场施业区的21公顷耕地(2026年1月1日至2026年12月31日)使用权,起拍价总租金为:198700.00元,具体竞买要求请参考拍卖公告,有意竞买者请携带有效身份证件交纳拍卖保证金,交纳拍卖保证金为3万元。请于2026年3月20日13时30分前办理竞买登记手续。 展群时间、地点:即日起,标的物所在地 拍卖时间:2026年3月23日9:00开始 竞价网址:https://paimai.casa123.org.cn/index.html(中拍平台) 公司地址:哈尔滨市南岗区哈西金雨万象二期A栋814室 咨询电话:张经理:13945662271 黑龙江省鑫鑫拍卖有限责任公司 2026年3月13日