

新生儿胆红素高 须提防听力损害

晨晨刚出生的时候黄疸，胆红素偏高，虽然通过了听力筛查，但医生还是叮嘱3个月时做个听力诊断。妈妈没把这事放心上。待晨晨长到1岁多，其他同龄的孩子都在咿呀学语时，他却还只是“啊、啊”地表达，还不爱理睬人。检查发现晨晨一侧耳轻度听力障碍，导致语言发育迟缓！专家表示，一旦发生新生儿黄疸、胆红素偏高，就要提防听力损害。



六个时间段 留意孩子听力异常表现：

- 孩子在3个月内对巨响毫无反应；
- 3~6个月不会去寻找望向声源；
- 6~9个月不会望向指令中提及的人或物品；
- 9~12个月不能执行简单指令，如把小球传给妈妈；
- 12~15个月不能说出第一个单字，如爸、妈、车等；
- 儿童期跟别人交流时常需要别人重复，或常专注地望着讲话者的脸，以帮助理解说话内容。

多关注孩子 对声响和语言的异常行为

专家建议，爸妈在日常的生活中，要注意多观察孩子的行为，如果孩子在3个月内对巨响毫无反应，在3~6个月不会去寻找望向声源，6~9个月不会望向指令中提及的人或物品，9~12个月不能执行简单指令，如把小球传给妈妈，12~15个月不能说出第一个单字，如爸、妈、车等，或是在儿童期跟别人交流时常需要别人重复，或常专注地望着

讲话者的脸，以图获取更多的信息，帮助理解说话内容等的时候，则应提高警惕，及时带孩子到医院请专业的医生进行诊断。如果只是轻度的听力障碍，通常不需要佩戴助听器，通过语言训练进行干预即可；但如果损伤程度更重时，则需要佩戴助听器学说话，必要时还需要植入人工耳蜗。
(梁瑜)

新生儿胆红素高可造成听力损伤

专家指出，新生儿黄疸是临床较为常见的症状，约50%~60%的足月儿和80%的早产儿可出现生理性黄疸，但也有一些孩子，他们由于新生儿期胆红素生成过多、肝脏胆红素代谢障碍或胆汁排泄障碍等原因，使得血清中胆红素水平升高。当胆红素水平过高时，由于新生儿的血脑屏障薄弱，血清中高的未结合胆红素通过血脑屏障，侵入人脑细胞，而容易被胆红素神经毒性作用的高敏感部位——听觉神经系统就容易受损。“胆红素，尤其是未结合胆红素，不但可以在内耳细胞耳蜗核沉积，还可损害整个脑干组织，造成中枢性神经听觉传导通路异常，从而出现听力异常，而且据有关报道，胆红素值越高，对听力损伤的程度越重。”专家称，在导致新生儿听力损伤的因素中，高胆红素扮演着重要的角色，需要引起家长们的高度重视。

有些家长说，我家孩子出生后胆红素也很高，但是听力筛查都通过了，那是否意味着不用再担心孩子会聋了呢？其实也不然，出生时所做的耳声发射听力筛查主要是查看宝宝耳蜗的功能，它并不能检出听神经和脑干听觉通路的功能异常。随着高胆红素的聚集、结合、沉积，会导致蜗后病变。

听力损伤及早干预可恢复一定听力

一口好牙靠养护

想要微笑的时候，如何可以自信地露出一口白牙？想要到年老的时候，还能拥有一口强健的牙齿，不用依靠假牙过日子？专家表示，这些愿望都可以实现。不过，在愿望达成以前，你需要做到以下4点：

选好牙刷和牙膏

好牙刷对口腔保护十分重要。专家说，不能挑刷毛太硬和太软的牙刷。牙刷太硬会伤及牙龈和牙齿表面的釉质，太软又刷不干净。

如何才能选到适合自己的牙刷呢？专家表示，可以选不同硬度的牙刷，试试哪个在刷牙时自己感觉最舒服。既能刷干净，又会觉得牙龈不舒服的牙刷，就是适合你的。另外，牙刷建议每三个月换一支。因为用久的牙刷会藏有很多细菌，影响口腔健康。

市面上的牙膏有三种：一般牙膏、含氟牙膏和药物牙膏，一般选含氟牙膏。而当口腔有其他疾病，则可以选用药物牙膏，但最好先咨询口腔科医师。

早晚定时刷牙

“每天早晚至少刷牙一次。”专家说，早晨起床后、晚上睡觉前应各刷一次。晚上刷完牙后，就不要再吃东西。如果有条件，中午吃饭后也刷刷牙，既能防止食物残渣留在牙缝里，还能保持口气清新。如果有活动假牙，最好也取出来洗干净。

每次刷牙时间不少于3分钟，牙齿的里外都要刷到。顺着牙齿的方向轻微用力，上牙向下刷，下牙向上刷，同一个位置重复几次，才能将牙齿上的食物残渣刷干净，减少牙结

石。

定期到医院检查牙齿和洗牙

“别怕去看牙科，要知道，定期检查比牙烂后补牙省事多了。”专家说，最好每半年去口腔科做检查，一是看有没有烂牙，二是看牙龈有没有问题。如果有轻微的龋齿，趁早补好，不酸不痛又省时。如果有轻微的牙结石，可以顺便洗牙，这样能够保持牙龈一直是健康的粉红色。

要特别提醒的是，洗牙很重要。专家表示，牙结石是在牙根附近黄黄的、硬硬的小石头。牙结石开始也是黏在牙根附近的软软的牙垢，刷牙没有完全清除掉，日积月累就会形成硬硬的牙结石。少量牙结石不会有任何感觉，变成一大块的牙结石可挤压牙龈，引起牙龈和牙齿牙槽骨的退缩。牙结石粗糙的表面还会黏附更多的牙垢和细菌，长此以往会牙龈会发红、出血、口臭，甚至牙松动，形成牙周病。当牙结石形成以后，刷牙是去不掉的，只能靠洗牙。

多吃蔬菜和高钙食物

蔬菜一般含有较多的纤维，吃蔬菜时需要多次咀嚼，对牙齿和牙龈有一定的清洁作用，可预防牙龈炎的发生。同时，丰富的维生素C对牙齿也有好处。

牙齿是身体最硬的组织，但是随着年龄的增加，人体的钙会不断流失，而牙齿一辈子都在和唾液交换钙离子，身体缺钙，唾液中的钙也会减少。缺钙之后，“变软”的牙齿就很难抵御口腔中的细菌了。因此，平常多喝牛奶、晒太阳、喝骨头汤，也是保护牙齿的一种方法。

(林恒华)