

白領聽力受損求診增兩成 (2006年9月18日)

(星島日報報道)地盤和裝修都是聽力受損的高危行業，不說不知，原來打「寫字樓工」的白領一族，身邊都埋下許多危害聽力的炸彈。有聽力學家測試發現，乘車上班、到茶餐廳吃午飯、聽 MP3、應酬消遣如打麻將和卡拉 OK，發出分貝隨時高達八十至一百一十，一般人只能承受幾分鐘至幾小時。鑑於近年白領求診數目急增，建議打工仔如必須應酬的話，應盡量縮短時間。



區慧賢建議，打工仔如必須應酬的話，應盡量縮短時間。



聽力學家區慧賢指出，不同的聲音音量有一定的聆聽時限，若超過時限，人類的聽覺便有可能受損。她舉例指，九十分貝以上的聲音，市民不應聽超過兩小時；逾一百的話，更加只能聽少於十五分鐘。而沉重的工作壓力亦會令本身患有耳鳴的人士病情惡化。

區慧賢早前模擬 打工仔一天的上班生活，了解他們一天所承受的音量。結果發現，雖然一般公司工作環境偏靜，只有約五十至六十分貝，但每天乘車上班時，行車加上車內廣播，分貝便高達九十；中午到茶餐廳吃飯，嘈雜人聲加上餐具碰撞，分貝逾八十；下班後，若到卡拉 OK、酒吧和夜總會應酬或打麻將發出的聲響，分貝更高。

聽音樂是一種享受，但亦可能不知不覺傷害你的聽覺，她解釋，「MP3 的音量推到最高時，可達一百一十五分貝，一般人用中高音量，都有一百分貝，外國早前就有報告指，常聽 MP3 的人，會提早十年聾掉；至於最厲害的，莫過於搖滾音樂會，可去到一百二十分貝」。

她指出，從事行政工作的求診者由兩年前的佔兩成，增加至現時佔四成，「他們大部分都因為應酬長時間處身嘈雜環境，而出現耳鳴等問題，有些甚至已惡化至出現弱聽，弄至失眠。愈高級的行政人員，愈多這些問題。」

她說，一般人偶然長時間處於嘈雜環境，都會產生耳鳴甚至頭痛，通常一晚過後便會復原，但若反覆出現耳鳴、或聽聲音時不清晰，便有可能是聽覺受損的先兆，需要盡快向聽力專家或醫生求助。