

蓝牙耳机可能致癌？ 真相是这样的

蓝牙耳机可能致癌的消息近日引发热议，这是真的吗？苹果回应了，来听听专家和医生的建议！

□ 据《工人日报》

苹果回应 “蓝牙耳机可能致癌”

近日有消息称，苹果 AirPods（蓝牙无线耳机）可能致癌。

苹果客服对此称，对于第三方的传言和新闻报道，不负责准确性，可放心使用 AirPods 产品，不用担心辐射问题。

苹果公司表示，“苹果客服消息基本属实”。

这到底怎么回事？

外媒13日报道称，近日，来自世界40个国家、250名科学家共同签署了发给WHO的联名信，指出应警告大众慎用包括蓝牙、WIFI在内的无线通信设备，并呼吁相关单位确立防治规范。

据英国《每日邮报》报道，加州大学伯克利分校的公共健康系教授莫斯科维茨表示，由于蓝牙耳机电磁波频率较低，可能会削弱大脑血管壁屏障，而大脑血管壁是阻止化学

毒素入侵体内的重要器官。

该报道还特别点名苹果公司的无线蓝牙耳机 AirPods，称人们将 AirPods 塞进耳朵里，相当靠近大脑，可能会增加患癌的风险。

不过，虽然该报道中引用了专家对 AirPods 致癌的担忧，但科学家们提交的联名信中并没有直接点名 AirPods，而是表达对“非游离电磁场(EMF)技术”潜在风险的关注。不过，目前所有的蓝牙设备都使用这种技术。

专家：蓝牙耳机尽量少用

莫斯科维茨警告，站在预防的立场，建议人们别拿自己的大脑和健康当实验，且现行法律对于无线设备的危险疏于规范。

虽然科学家目前还没找到使用蓝牙耳机和癌症之间确切的关联证据，但有动物实验表明，癌症的发生和电磁场设备中产生的辐射有关，会对生殖、神经和基因造成损害。

该联名信还称，国际癌症研究机构2011年认定电磁波“可能致癌”，纽约州立大学奥尔巴尼分校健康与环境研究所所长卡彭特

指出，研究显示，大脑经常使用手机的那一侧，神经胶质瘤和胶质母细胞瘤会显著增加，使用时间愈久风险愈高；另外，使用手机者的年龄愈小，风险也会提高。

据报道，此前，加拿大健康网络医学中心诺曼德·拉佩里埃教授表示，虽然现有研究没有任何证据显示手机、耳机和肿瘤之间有任何直接关系，但是，这很可能是由于研究时长不够，其影响可能在未来几年或几十年里就会有所表现。

□ 延伸阅读

有大学生喜欢听MP3入睡 结果他突然听不见了

央视曾发布的《耳机质量调查》称，某高校近30%大学生听力受损。

在对某高校3826名在校大学生进行调查发现，耳机使用率高达99.8%，已经出现噪声性听力损伤的人数超过1000人，占比接近30%。

据欧盟出具的一份调查报告显示，如果每天超过89分贝音量听音乐，时长达一小时，持续5年就可能永久丧失听力。

南京市中医院主任医师强建华介绍，一位大学生喜欢听MP3，经常听着听着就睡着了。有一天他突然听不见了，经诊断，属于重度听力障碍。“耳朵损伤太严重了，所以治疗效果不太好。”

北京同仁医院主任医师张华说，一般来说，因长时间使用耳机造成的噪声性耳聩往往不容易察觉，等发现时通常都已经是中晚期了，基本上无法治疗，只能戴助听器来辅助治疗。

不少人发现，报道中年轻人的习惯和自己太像了。

那么，该如何避免听力受损呢？

医生表示：

1. 要选择戴起来舒适的耳机，耳塞式耳机比耳罩式耳机更接近耳膜，对耳膜的刺激更为直接。
2. 通过电脑看视频时，还是尽量使用扬声器比较好。
3. 连续戴耳机听音乐的时长控制在1个小时内。
4. 千万别戴着耳机睡觉，睡前想听点轻音乐助眠的话，可以用手机外放，并且设置20分钟定时关闭。
5. 不要在嘈杂的环境中听音乐，当你发现在嘈杂环境中音量调大到60%的时候还听不清那就该摘下耳机了，再接着听只会损伤耳朵。

调查： 中国超六成青少年儿童 睡眠时间不足8小时

“3·21”世界睡眠日前夕，中国睡眠研究会发布了《2019中国青少年儿童睡眠指数白皮书》。来自《白皮书》的数据显示，中国6到17周岁的青少年儿童中，超六成睡眠时间不足8小时，课业压力成为影响孩子睡眠的第一因素。

□ 据中新社

超六成青少年儿童睡眠时间不足8小时

此次发布的《白皮书》涵盖了近7万人的线上调查结果，其中中学生65648人，家长1916人。数据显示，中国青少年儿童普遍睡眠不足，睡眠时长的年龄差异显著。

对6到17周岁的青少年儿童大数据调查显示，睡眠不足8小时的占比达到62.9%，13到17周岁青少年睡眠不足8小时的占比达到81.2%，6到12周岁的这一比例仅为32.2%。

调查还显示，56%的青少年儿童是起床困难户，而起床后一身轻松、精力充沛的只占到18%。

研究人员从睡眠时长、睡眠障碍、醒后状态三个维度评估中国青少年儿童睡眠状况，平均分只有67.14分。

课业压力成为影响孩子睡眠的第一因素

什么原因导致青少年儿童的睡眠时间被剥夺？

《白皮书》分析，课业压力成为影响孩子睡眠的第一因素(67.3%)，其次是3C产品(27.1%)，噪音、声、光等睡眠环境占24.8%，家长的睡眠习惯占19%。

调查显示，周一到周四晚上23时，仍有8.64%的学生在忙于作业。

此外，睡眠状况差的青少年儿童41.9%睡前会接触3C产品，睡眠状况优的孩子中，这一比例仅有7.4%。

广西的受访青少年儿童玩电子游戏时间最长。每天玩游戏时长超过两小时的孩子达到31.3%，还有12.3%超过四小时。

此外，从地域来看，内蒙古的青少年儿童“睡得最晚”，24时以后入睡的比例达到16.2%。江苏的青少年儿童“起得最早”，有3.7%起床时间早于凌晨5时。

抑郁、肥胖盯上睡眠差的孩子

睡眠质量差直接影响了孩子的身心健康与学习成绩。

调查显示，36.5%的睡眠质量差的孩子会出现肥胖症，而在睡眠状况优的孩子中，这一比例仅为3.7%。

此外，还有40.5%的睡眠质量差的青少年儿童会出现神经衰弱或抑郁，而在睡眠状况优的孩子中，这一比例仅为1.4%。

从学习成绩看，在睡眠状况优的孩子中，分别有45.4%、34.1%的孩子在班级排名中分别位于前5%和6%~20%。而在睡眠状况差的孩子中，则有41.9%的排名在班级的75%以后。

专家呼吁，睡眠不足会对青少年的记忆力、情绪等产生负面影响，社会应关注孩子的“欠眠”问题，共同呵护青少年的睡眠，帮助他们茁壮成长。



彩票开奖台

全国联网电脑体育彩票“七星彩”
第19030期开奖公告
本期开奖结果：7938627
全国联网电脑体育彩票“排列3”开奖公告

第2019069期 中奖号码：793
全国联网电脑体育彩票“排列5”开奖公告
第2019069期 中奖号码：79323
中国福利彩票15选5玩法开奖公告
第2019069期
中奖号码：01、05、09、10、15

中国福利彩票“双色球”开奖公告
第2019030期中奖号码：
红色球号码 04、05、07、10、12、22
蓝色球号码：16
中国福利彩票3D玩法开奖公告
第2019069期中奖号码：876

(合) 医广【2018】第12-18-145号

合肥友好医院 妇产科
生育保险定点医院

0551-64666688 合肥市徽州大道693号(原104医院)