



健康貼士

聽力損失的過程是漸進和無痛的。聽覺一旦受損，就難以恢復。因此，我們應時刻好好保護自己和兒童的耳朵和聽覺。

小心聽力損失

有健全的聽力才可盡情享受生活，它不單可以讓我們感受到小孩天真的笑聲、雀鳥美妙的歌聲或一篇輕柔樂章所帶來的喜悅，而且使我們能夠與親人、朋友及其他人溝通和聯繫感情。反之，聽覺受損及失聰若得不到適當復康治療，則與社會隔絕和抑鬱症有密切關係，因而對生活質素有著負面的影響。如表一所示，聽覺受損可劃分為不同級別。第 2 級別(中等)的聽覺受損人士仍能聽見及重覆別人在一米內提高了音量的說話，而被界定為第 4 級別 (非常嚴重，包括失聰)的聽覺受損人士，即使別人大聲說話，亦聽不到¹。

表一：聽力受損級別

級別	相應的聽力測定國際標準組織值	行為表現	建議
0- 沒有受損	25分貝或以下 (以聽力較佳的耳朵為準)	<ul style="list-style-type: none"> 沒有或只有輕度的聽力問題 能夠聽到耳語 	
1- 輕微	26-40分貝 (以聽力較佳的耳朵為準)	<ul style="list-style-type: none"> 能夠在1米內聽到和重覆正常音量的說話 	<ul style="list-style-type: none"> 接受輔導 可能需要配戴助聽器
2- 中等	41-60分貝 (以聽力較佳的耳朵為準)	<ul style="list-style-type: none"> 能夠在1米內聽到和重覆提高了音量的說話 	<ul style="list-style-type: none"> 通常建議配戴助聽器
3- 嚴重	61-80分貝 (以聽力較佳的耳朵為準)	<ul style="list-style-type: none"> 能夠聽到部分大聲向聽力較好的耳朵所說的話 	<ul style="list-style-type: none"> 需要配戴助聽器 如沒有助聽器可用，應教導唇讀及手語
4- 非常嚴重，包括失聰	81分貝或以上 (以聽力較佳的耳朵為準)	<ul style="list-style-type: none"> 即使大聲說話也不能聽到和理解說話的內容 	<ul style="list-style-type: none"> 配戴助聽器有助理解說話內容 必須學習唇讀及手語 需要額外的復康治療(如耳蝸移植)

資料來源：世界衛生組織。

本期內容

頁數

小心聽力損失 . . . 1

健康簡訊 . . . 7

數據摘要 . . . 8

本份刊物由衛生署
衛生防護中心
監測及流行病學處出版

香港灣仔皇后大道東
213號胡忠大廈18樓
<http://www.chp.gov.hk>

版權所有



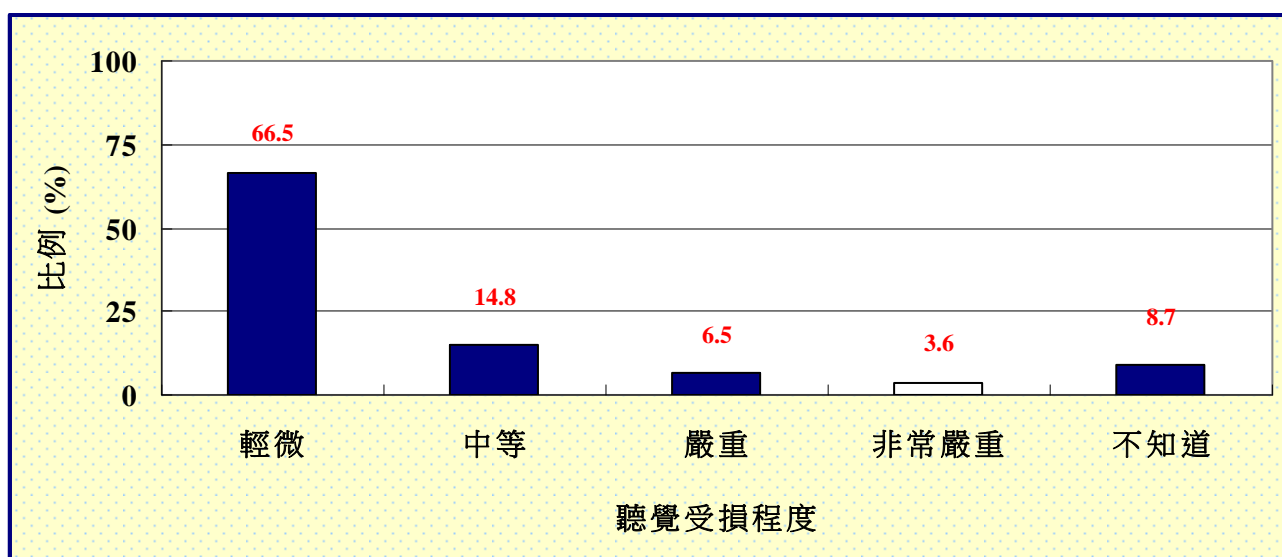
全球情況

聽覺受損是一個全球性的問題。於二零零五年，世界衛生組織(世衛)估計全球有 2.78 億人士的雙耳有中等至非常嚴重程度的聽覺受損；另有更多人士有輕微的聽覺受損。而全球 80% 聽覺受損或失聰的人士生活在中低收入國家，約四分之一的聽覺受損個案則於兒童期發生。由於全球人口及預期壽命的增長，聽覺受損的患者數目預料會上升²。

本地情況

根據二零零五至二零零六年衛生署進行的兒童健康調查顯示³，0至14歲兒童經醫生診斷有聽覺受損的普遍率為0.5%(男孩為0.5%，女孩為0.6%)。在經醫生診斷有聽覺受損的兒童當中，超過半數(54.7%)於五歲前被醫生首次診斷有聽覺受損。至於聽覺受損的嚴重程度方面，24.9%的兒童有中等至非常嚴重的聽覺受損(圖一)。

圖一：被醫生診斷有聽覺受損的 0 至 14 歲兒童的聽覺受損程度



資料來源：二零零五至二零零六年兒童健康調查。

於二零零六至二零零七年，政府統計處進行了一項有關殘疾人士及長期病患者的全港性調查。該調查從全港陸上非住院人口及居住在有提供住宿服務的院舍的人士當中抽出具代表性的樣本，以估計有選定殘疾類別的人士數目及普遍率，其中包括聽覺有困難。在該項調查中，「聽覺有困難人士」是指任何人士經醫學角度評估測試診斷為聽覺受損或認為自己有長期性聽覺困難。結果顯示，約有 92 200 人聽覺有困難，普遍率為整體人口的 1.3%。女性及年齡 60 歲及以上人士聽覺有困難的普遍率較其相對組別為高。於聽覺有困難的人士當中，

9.3% 聲稱已完全失聰； 25.9% 則表示需要配戴特別助聽器才能聽得清楚 (表二)⁴。

在香港，康復服務中央檔案室透過相關政府部門和非政府機構收集並編製有關殘疾人士的統計資料，其中包括聽覺受損人士。截至二零一零年九月三十日，中央檔案室的資料顯示全港有 13 761 名登記人士有聽覺受損，當中 83.8% 被列為中等或更嚴重的聽覺受損(即第二級別或以上，其相應的聽力測定國際標準組織值達 41 分貝或以上)⁵。

表二：按性別、年齡組別及嚴重程度劃分聽覺有困難的人士

	人數	百分比	比率*
性別			
男性	42 600	46.3%	1.3
女性	49 500	53.7%	1.4
年齡組別			
15歲以下	1 500	1.6%	0.2
15至29歲	2 100	2.3%	0.2
30至39歲	3 100	3.3%	0.3
40至49歲	5 900	6.4%	0.5
50至59歲	9 300	10.1%	0.9
60歲及以上	70 200	76.2%	6.1
嚴重程度			
完全失聰	8 600	9.3%	0.1
需要配戴特殊助聽器才能聽得清楚 ^{#†}	23 900	25.9%	0.3
不需要配戴特殊助聽器 [†]	59 700	64.8%	0.9
合計	92 200	100.0%	1.3

註：* 在個別分組內佔所有人士的百分比。

[#] 包括那些表示配戴特殊助聽器後情況仍沒有改善的聽覺有困難人士。

[†] 以聽力較佳的耳朵為準。

資料來源：政府統計處。二零零八年第四十八號專題報告書：殘疾人士及長期病患者。

聽力損失的原因

導致聽力損失的原因有多種，而它們在不同年齡組別中的比重亦顯著不同。兒童可能由於遺傳或先天性的原因，在出生前已聽力受損，例如在母體內受到感染或接觸了耳毒性藥物。而有些兒童的聽力則可能是在出生時遭受損害，倒如在出生時缺氧或受到創傷。出生後的聽力損失可歸因於耳部或其他感染(如中耳炎、麻疹)，耳部疾病(如美尼爾氏綜合症，俗稱耳水不平衡、聽神經瘤)、頭或耳部創傷(如顱骨骨折、創傷性耳膜穿孔)、不適當使用耳毒性藥物(如某些抗生素)或接觸到耳毒性化學物(例如重金屬，包括鉛和水銀，以及廣泛使用於製造塑料和橡膠的溶劑如甲苯和苯乙烯)。在任何年齡，不論長期或一次性接觸

高聲浪(達85分貝或以上的聲音 - 相等於城市的繁忙汽車聲)均可導致逐漸或即時失去聽力。聽力損失的風險亦會隨年齡增長而增加，這是由於負責從內耳傳遞聲音信息到大腦的毛細胞會隨年齡而耗損。雖然導致聽力損失的原因有很多，但是世衛估計全球至少有一半的失聰或聽力損失個案是可透過預防、及早發現和適當處理而避免的(如及早治療耳部感染、接受耳外科手術或使用助聽器)。



你知道嗎...

MP3 音樂播放器的最高音量(通常高達 105 分貝)可損害你的聽覺。

試問自己以下兩題問題，看看你的 MP3 音樂播放器的音量是否過高。

1. 戴了耳機後你是否聽不到外間周圍的聲音？
2. 坐在你身旁的人能否聽到從你的耳機傳出的音樂？

如果你對其中一題的回答是「是」，你應將音樂播放器的音量調低和維持在不超過最高音量的 60%。善用 MP3 音樂播放器並限制收聽的時間。你亦不應在嘈雜的環境中(例如繁忙的街道或公共交通工具中)用耳機聽音樂，應避免因為需要遮蓋背景雜音而增加音量⁶。

健康聽力伴一生

聽力損失的過程是漸進和無痛的。聽覺一旦受損，就難以恢復。因此，我們應時刻好好保護自己和兒童的耳朵和聽覺(方格一)。對兒童來說，特別是出生後的最初幾年，即使是輕度聽力損失都會影響他們的說話和語文理解的能力。聽覺問題亦會嚴重影響兒童的社交生活及學業表現。因此，保護兒童的聽覺免受傷害及早發覺聽力受損並安排適當治療至為重要。

方格一：有助減低聽力損失風險的建議

噪音環境方面

- ◆ 離開嘈吵現場或減少在嘈吵環境的逗留時間，以防止噪音。要清楚知道那個噪音水平可造成傷害(即達 85 分貝或以上的聲音)。專家建議在沒有配戴保護耳朵設備的情況下，不要於 100 分貝或以上的環境下逗留超過 15 分鐘⁷。
- ◆ 善用音樂播放器。將音量調校至不超過最高音量的 60%。節制使用時間及多作中途休息，每次不要連續用音樂播放器聆聽音樂多於一小時⁶。
- ◆ 限制同時使用會發出噪音的器具的數量(例如當使用電動工具如吸塵機或割草機時，不要提高電視或音樂播放器的音量)。
- ◆ 即使只是在短時間接觸噪音的情況下，也要配戴合適的護耳設備以阻隔噪音。一般而言，在 100 分貝以下的噪音環境下，配戴耳塞已能提供足夠的保護。但於 100 至 110 分貝的噪音環境下，便應配戴耳罩。如在 110 分貝以上的噪音環境下，一定要同時配戴耳塞和耳罩⁷。
- ◆ 如要在嘈雜的環境工作，應考慮定期接受聽力測試，以便及早發現任何聽覺問題，並採取適當的行動防止聽力進一步受到損害。

耳朵及其他地方受到感染方面

- ◆ 按醫生的建議接受疫苗注射。例如，兒童應接種可預防兒童疾病的疫苗(如麻疹、流行性腮腺炎、德國麻疹、肺炎球菌和流行性感冒)
- ◆ 不要在不潔的水中游泳。
- ◆ 洗澡後要小心把耳道弄乾。
- ◆ 及早治理耳部感染，避免中耳受損。

損傷方面

- ◆ 當騎摩托車/單車或參與有身體碰撞的運動如拳擊和欖球時，應配戴合適的頭盔保護頭部。
- ◆ 當乘車和駕車時須配戴安全帶。
- ◆ 當潛水時要採取一切預防措施，避免耳膜受壓。
- ◆ 避免把東西塞進耳朵內。

耳毒性藥物和化學品

- ◆ 按醫生指示服用藥物。
- ◆ 當處理化學品時，要遵從職業健康及安全的指引，並採取一切預防措施。

聲音量度尺⁹

父母及照顧者應定期監測嬰兒和小孩的聽力發展是否達到成長發育目標(如3至6個月大的嬰兒會對他說話的人笑或把頭轉向聲音；12個月大的嬰兒可模仿一些聲音和說出短句，如「媽媽」或「拜拜」；24個月大的小孩可明白簡單的「是/否」問題或按指向圖片)。如有任何疑問，應立即向醫生或其他專業醫護人員查詢。父母及照顧者亦要小心一些可危害兒童聽覺的吵耳玩具，如會發出刺耳聲音的橡膠玩具、會說話的娃娃或裝有喇叭和警笛的玩具車。此外，還應幫助兒童建立良好的聆聽習慣、教導他們如何保護聽覺、避免耳朵受到感染和損傷，並在有需要時為他們提供保護聽覺的裝置。

你知道嗎...

自二零零零年，衛生署家庭健康服務部及醫院管理局轄下的新生嬰兒部均設有新生兒聽力普查計劃。衛生署也有為到學生健康服務接受每年健康評估的小一至中七學生提供聽覺健康普查。

成年人應認識聽覺衰退的警示。這包括較難聽到門鈴或電話鈴聲、被投訴電視或收音機的聲浪過大、經常要別人重複說話內容、誤會別人說話內容而作出錯誤的反應、以及不能跟上兩個人或以上同時談話的內容⁸。再者，假如你感覺到耳朵內有腫脹或壓迫感、耳鳴、耳朵有血或不尋常分泌物流出，便須立刻諮詢醫生，尋求適當的診斷及治療。

爆竹的聲音	-150 分貝
-	-
-	-
-	-
-	-
救護車的警笛聲	-120 分貝
-	-
電鏈鋸的聲音	-110 分貝
MP3音樂播放器的最高音量	-105 分貝
-	-
摩托車的聲音	-95 分貝
電動割草機的聲音	-90 分貝
城市繁忙的汽車聲	-85 分貝
-	-
-	-
-	-
-	-
一般談話的聲音	-60 分貝
-	-
-	-
-	-
冰箱發出的嗡嗡聲	-40 分貝
-	-
耳語的聲音	-30 分貝
-	-
-	-
-	-
-	-
-	-
寂靜無聲	-0 分貝

參考資料

1. Grades of Hearing Impairment. Geneva: World Health Organization; 2009.
2. Deafness and Hearing Impairment. Geneva: World Health Organization; 2006.
3. 香港特別行政區：衛生署。二零零五至 二零零六年兒童健康調查。
4. 香港特別行政區：政府統計處。二零零八年第四十八號專題報告書：殘疾人士及長期病患者。
5. 香港特別行政區：勞工及福利局。二零一零年九月康復服務中央檔案室統計報告。
6. A Study on the Impact of MP3 Players on Hearing amongst Young People. Press Release dated 3 Feb 2007. Hong Kong SAR: Division of Otorhinolaryngology of the University of Hong Kong, Hong Kong Society for the Deaf, and Hong Kong Playground Association. Available at http://www.deaf.org.hk/documents/press_release/2005_7/mp3_press_030207_e.pdf. [Accessed on 18 Nov 2010]
7. Doctor's Guide to Medical Examinations for Workers Engaged in Hazardous Occupations in Industrial Undertakings. Hong Kong SAR: Labour Department; 2004.
8. Ten Ways to Recognise Hearing Loss. Bethesda, MD: National Institute on Deafness and Other Communication Disorders, National Institute of Health.
9. How Loud is Too Loud? Bethesda, MD: National Institute on Deafness and Other Communication Disorders, National Institute of Health.



健康簡訊

一項研究顯示在香港較年長的華人人口中，聽力損失與抑鬱症狀有關連。

這研究於二零零四年六月至十月從一個社區中心網絡招募參加者，有 914 名年齡 60 歲或以上居住於社區的人士參與。每位參與者會在一個隔音環境下接受純音聽力檢查，而聽力下限值超過 40 分貝者被定義為有測定聽力損失。這研究使用一份已驗證的老年抑鬱量表中文譯本來檢測抑鬱症狀，並以 8 分或以上為臨界值。調整其他抑鬱症的影響因素後（例如自我評估健康狀況及性別），結果顯示有測定聽力損失的人士患上抑鬱症的風險較聽力正常的人士高 65%。

聽力損失會影響與人溝通的能力、導致孤立及誘發抑鬱症。然而，作者總結時指出使用助聽器可減低聽力損失的負面影響，從而可減少抑鬱症狀及改善生活質素。

[資料來源：Lee ATH, Tong MCF, Yuen KCP, et al. Hearing impairment and depressive symptoms in an older Chinese population. J Otolaryngol Head Neck Surg 2010; 39(5): 498-503.]



數據摘要

職業性失聰是香港最常發現的職業病。根據 2010 職業性失聰(補償)(修訂)條例，因工作噪音而導致聽力受損的僱員，如果符合所設定的傷殘規定和職業規定，是可以獲得賠償的。傷殘規定的例子包括：申索人每隻耳朵的聽力損失最少達 40 分貝，而且最少有一隻耳朵的聽力損失是由噪音所引致；職業規定的例子則包括：申索人曾於香港受僱從事指定的高噪音工作合計最少 10 年或從事其中四類特別高噪音工作合計最少 5 年，及申索人在提出申請前的 12 個月內曾按連續性合約在香港受僱從事指定的高噪音工作。於二零零八年四月一日至二零零九年三月三十一日期間，職業性失聰補償管理局共接獲 132 宗補償申請。申索人絕大部份為男性(96.2%)、年齡組別為 40 歲至 56 歲以下(51.5%)和曾從事機動研磨、開鑿、切割或衝擊石塊工作(43.2%)的人士。

申請職業性失聰賠償的統計

	人數 (%)
性別	
男性	127 (96.2%)
女性	5 (3.8%)
年齡組別	
40歲以下	5 (3.8%)
40至56歲以下	68 (51.5%)
56歲或以上	59 (44.7%)
噪音工作	
研磨、開鑿、切割或衝擊石塊	57 (43.2%)
研磨金屬	25 (18.9%)
在內燃機、渦輪機、加壓燃料爐頭或噴射引擎的附近工作	22 (16.6%)
紡織	11 (8.3%)
其他	17 (12.9%)

資料來源：職業性失聰補償管理局二零零八至二零零九年年報。

主編

梁挺雄醫生

委員

歐韻儀醫生 梁嚴秀娟女士
程卓端醫生 羅漢基醫生
蔡曉陽醫生 尹慧珍博士
龔健恆醫生 黃浩源醫生

非傳染病直擊 旨在加強公眾對非傳染病及相關課題的認識，意識到預防和控制非傳染病的重要性。這亦顯示我們積極進行風險資訊溝通和致力處理非傳染病在我們社區引起的種種健康問題。

編輯委員會歡迎各界人士的意見。如有任何意見或疑問，請聯絡我們，

電郵是 so_dp3@dh.gov.hk。