

## “大脑如何守护你的健康”

### “科学家进社区·智慧行动·百会百县乡村行”活动举行

2022年02月22日 版面：A3

作者：耿挺

2月12日，由中国神经科学学会联合上海市神经科学学会共同主办、上海健康医学院、健康丁米团队承办的“科学家进社区·智慧行动·百会百县乡村行”活动，在南汇新城芦硕路298号文化服务中心举行。复旦大学脑科学研究院唐逸泉研究员和杭州师范大学脑科学研究所李葆明教授进行课堂讲解。

在《听见您的声音》报告中，唐逸泉从耳蜗内毛细胞的概念、耳朵结构、耳蜗的工作原理等内容开始，讲述了人体中构成听力系统的主要构造，其中一段测试接收声音阈值的互动环节让小朋友们兴趣大增。随后，他从听力问题着手，讲述了听力问题的主要类型、听力问题在全世界的分布比等。唐逸泉指出，在过高分贝的环境中停留过久时间会对听力造成不可逆的损伤、导致听力下降。他提醒在座的小朋友和家长，过久的佩戴耳机对幼儿的听力会有一定的影响。

面对可能遇到的听力问题，唐逸泉提出了解决方法：如人工耳蜗、助听器。但他也指出，人工耳蜗能够分辨的声音阈值较之人体本身耳蜗所能分辨的声音阈值狭窄很多，只能够用于分辨日常生活中谈话等，缓解日常之需。随着年龄的衰老，人们的听力也会随之下降，所以一定要保护好耳朵。

李葆明在《学习压力越大，大脑功能越差》的报告中，提出了“压力越大，大脑越笨”的观点，并通过与游戏相结合，让现场的家长和学生津津有味地聆听了近1个小时。他首先运用脑模型，进行了生动形象的互动性讲解，介绍了小脑、脑干、躯体感觉联合区、视觉联合区、视觉皮层、感觉语言区、听觉联合区等大脑不同的功能区，让孩子们在不同的感觉互动中记忆脑中功能区的作用。


李葆明重点指出，额叶区的功能，即智力、智慧与情感中枢，是在系统发生上最后出现、个体发育上最后成熟的区域，因而儿童发育中前额叶的发育时间长，而影响其发育方向因素也很多。目前教育中因为学习负担过重，睡眠与运动的严重缺失，违背了大脑的工作原理，会使孩童思维僵化。他呼吁家长，要时刻注意孩子的学习压力，多带孩子外出活动等，适度地学习，在娱乐中学习，避免疲劳状态。

此次活动还创设了“头脑风暴”拼图游戏：拼一拼图中位置错乱的大脑模型（各功能区），在动手的同时进行记忆。不少小朋友兴致盎然，发到剪刀后便动手做了起来，在大脑轮廓中放上剪下的功能区。家长和孩子们都表示，参加此次活动，收获颇丰。

编辑：chunchun 审核：刘纯

 [点击下载PDF \(//www.shkjb.com/FileUploads/pdf/220223/kj02233.pdf\)](http://www.shkjb.com/FileUploads/pdf/220223/kj02233.pdf)

证件信息：沪ICP备10219502号 (<https://beian.miit.gov.cn>)

 沪公网安备 31010102006630号 (<http://www.beian.gov.cn/portal/registerSystemInfo?recordcode=31010102006630>)

中国互联网举报中心 (<https://www.12377.cn/>)

Copyright © 2009-2022

上海科技报社版权所有

上海科荧多媒体发展有限公司技术支持



([//bszs.conac.cn/sitename?method=show&id=5480BDAB3ADF3E3BE053012819ACCD59](http://bszs.conac.cn/sitename?method=show&id=5480BDAB3ADF3E3BE053012819ACCD59))