

这项年终数据 比孩子的期末成绩更重要.....

2019-01-07原文



**春种夏耘秋收冬藏
一年的时间转瞬而过**

一学期匆匆而过，当孩子们历经了补课班、特长班的学习之后，家长们在关注的学习成绩的同时，是否留意了孩子近半年甚至一年内的身高体重变化？

你的孩子，身高达标吗？

为了普及儿童身材矮小等疾病的预防与治疗理念，更好地帮助家长解决孩子生长发育的相关问题，1月19日，我院儿科举办大型儿童生长发育义诊活动。身材矮小已经成为当今儿童生长发育中常见的内分泌疾病之一。而儿童身高

是家长、老师、社会十分关注的问题，但认识上存在一定的误区，部分孩子就诊时、骨骺接近或者已经闭合、生长潜力已经非常有限、因而错过最佳治疗时机、矮小儿童要早发现、早诊断、早治疗。

什么是矮小症？

矮小症是指儿童的身高低于同性别、同年龄、同种族儿童平均身高的2个标准差或者第3百分位以下（-2SD,标准线称SD），每年生长速度低于5厘米。

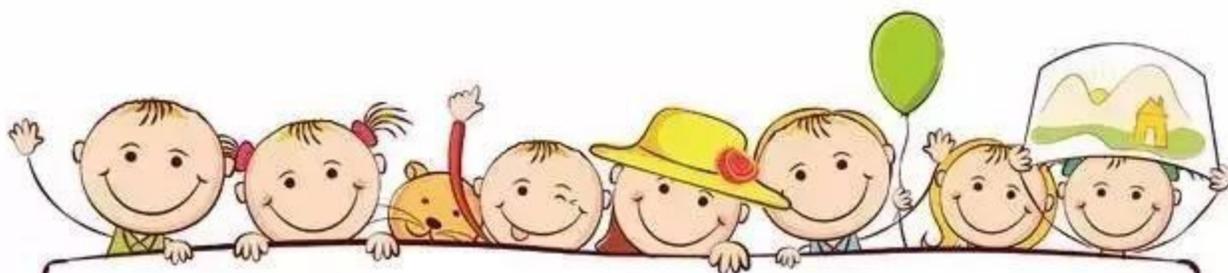
孩子怎样才算身材矮小呢？

最简单的评价方法是：

3岁以下生长速率小于7厘米/年

儿童期生长速率小于4厘米/年

青春期生长速率小于5-7厘米/年



3-15岁青少年儿童身高标准表

年龄	男孩（单位：厘米）			女孩（单位：厘米）		
	矮小 (第三百分位)	偏矮 (第十百分位)	标准身高	矮小 (第三百分位)	偏矮 (第十百分位)	标准身高
3岁	89.7	91.9	96.8	88.6	90.8	95.6
4岁	96.7	99.1	104.1	95.8	98.1	103.1
5岁	103.3	105.8	111.3	102.3	104.8	110.2
6岁	109.1	111.8	117.7	108.1	110.8	116.6
7岁	114.6	117.6	124.0	113.3	116.2	122.5
8岁	119.9	123.1	130.0	118.5	121.6	128.5
9岁	124.6	128.0	135.4	123.2	126.7	134.1
10岁	128.7	132.3	140.2	128.3	132.1	140.1
11岁	132.9	136.8	145.3	134.2	138.2	146.6
12岁	138.1	142.5	151.9	140.2	144.1	152.4
13岁	145.0	149.6	159.5	145.0	148.6	156.3
14岁	152.3	156.7	165.9	147.9	151.3	158.6
15岁	157.5	161.4	169.8	149.5	152.8	159.8

来源：2005年九省市儿童体格发育调查数据研究，《中华儿科杂志》2009年7期

危害

矮小疾病会严重影响一个孩子的生活、学业、交际、就业、婚恋乃至心理和性格，会大大影响孩子一生的生活质量，可能直接降低一个家庭的幸福指数和一个地区的人口质量。被矮小问题困扰的孩子，通常伴有缺乏自信、不合群、沉默等不良的心理和行为习惯，而这类问题通常被家长以孩

警惕

生活中，如果你的孩子长期低于同龄人半个头，一直坐在班级第一排，每年长高不到5cm，处于生长期但衣服、鞋子一两年都不用更换。

“孩子现在矮点没关系，过几年就长得快了。” “二十三，窜一窜，不着急，孩子身高迟早‘爆发’。” “孩子长得慢补点钙就好了。”身为家长，你是不是也有过这样的想法？

但事实上，你的孩子有可能生长发育迟缓甚至患上了矮小症，而错过3-12岁的黄金治疗期，也许会让你和孩子一起抱憾终身。

误区

1

父母高，孩子一定高

虽然身高和遗传关系紧密，但遗传身高仅占60-70%，后天占30-40%，后天发挥同样重要。

2

男孩没变声，女孩没来月经，不算发育

变声和月经是标志孩子进入青春期发育后期的标志，即骨骼生长区（骨骺）已经接近闭合，身高开始进入停长倒计时。

3

我的孩子是晚长

晚长是指当骨龄落后于年龄2岁以上，且生长激素激发试验正常。

如果骨龄正常（即与孩子年龄相当）则排除晚长可能。

如果目前身高已属于矮小，那么肯定赶不上同龄孩子身高。

4

加强营养就可以了

孩子不喜欢吃饭，挑食，不爱运动才会导致身材矮小，只要补充营养，孩子身高肯定能够正常，3岁以后调控孩子生长的关键因素不再是营养，而是生长激素。

5

只要骨骼没闭合都可治疗，早点再治

- 1.年龄越大，骨龄也越大，生长时间缩短；骨龄越大对药物的敏感性越差，疗效就越差；
- 2.年龄增长，体重随之增加，药物剂量增加，费用也越多。
- 3.治疗年龄越小，效果越好，花费越少。

6

听说吃增高药效果好

口服增高药或是维生素蛋白质类营养素，或含有导致骨骺提前闭合的作用成分，吃了药是长个了，但自身生长潜力却被消耗，导致最终成人身高矮小。

专家支招

小儿生长不良和成人矮身材有很多原因，包括生长激素缺乏、甲状腺功能低下、性早熟，还有小于胎龄儿、特发性矮小、全身性疾病、体质性生长和青春期延迟等，1月19日我院儿科专家为大家解密。

义诊时间：

2019 年 1 月 19 日（周六）上午 8:30-

12:00 义诊地点：攀枝花市中心医院住院部一楼

义 诊 对 象 : 3-

15岁身材矮小及性早熟的儿童**义诊内容:** 免挂号免费体格测量
免费矮身材筛查 免费生长发育评估 免费预测身高

预约报名方式: 扫描下方二维码添加微信, 发送“**孩子姓名 + 性别 + 出生日期 + 身高 + 联系方式**”进行报名。



扫描二维码添加微信



END

编辑: 院党办

供稿: 儿科

精选留言

暂无...