

关爱儿童，远离性早熟

2023-09-27[原文](#)





随着生活环境和生活方式的改变，儿童性早熟患病率逐年上升，且女孩患病率高于男孩。有些家长认为孩子生长发育提前是自家孩子长得比较好，实则不然，可能是孩子出现性早熟。

那什么是性早熟？

性早熟的危害有哪些？

你清楚吗？

今天我们就来聊聊性早熟！



性早熟是一种生长发育异常，表现为性征提前出现，即女孩在7.5岁前出现乳房发育或10.0岁前出现月经初潮，男童9.0岁前出现睾丸增大。男女孩均可表现为身高体重增长过快。

性早熟儿童症





1. 成年后身材矮小

由于下丘脑垂体—性腺轴过早启动，会导致儿童骨骼生长速度加快，提前骨骺愈合，在青春期发育阶段，体重暂时性领先于其他儿童，成年后身材反而相对矮小。



2. 性发育和行为提前

国内外相关报道认为，体重指数（BMI）水平更高的女童，其乳房发育时间、月经来潮时间及阴道出现时间较正常女童更早，性早熟的儿童其心理发育和身体发育不匹配，加之儿童自身的判断力及控制力较差，容易受到外界环境的影响，造成早恋，甚至会提前发生性行为。



3. 心理疾病

当自己和其他孩子在外形上存在一定差异时，孩子会产生心理负担，长期的性格压抑，会让孩子产生一些焦虑、恐惧、自卑等情绪而影响到身心健康，更有甚者会出现心理扭曲的现象。

4. 引起其他相关疾病

如血脂、血糖、肝肾功能的异常等。



1. 遗传因素

有研究显示：儿童出现性早熟，与母亲初潮年龄具有密切关系，即母亲初次来潮时间越早，儿童发生性早熟可能性就越大，两者呈正相关。

2. 家庭因素

不良的家庭关系可能会引起孩子心理压力大，导致神经内分泌系统异常，从而引起性早熟。



3. 生活环境与习惯

有研究表明：过度的强光刺激可能诱发性早熟。儿童提前接触到一些超过其心理年龄的行为影像，在这些性信息的暗示下，也可能出现性早熟。

4. 饮食因素

（1）速食食品和快餐：摄入过多会诱发少儿肥胖，从而导致性早熟。
（2）烧烤烤肉类食物：烧烤烤肉类食物中动物脂肪的燃烧分解释放二氧化苯。二氧化苯在体内堆积，会使男性精巢萎缩、女性体内雌激素和黄体酮的水平发生变化，给生殖系统带来很大影响。



5. 环境因素

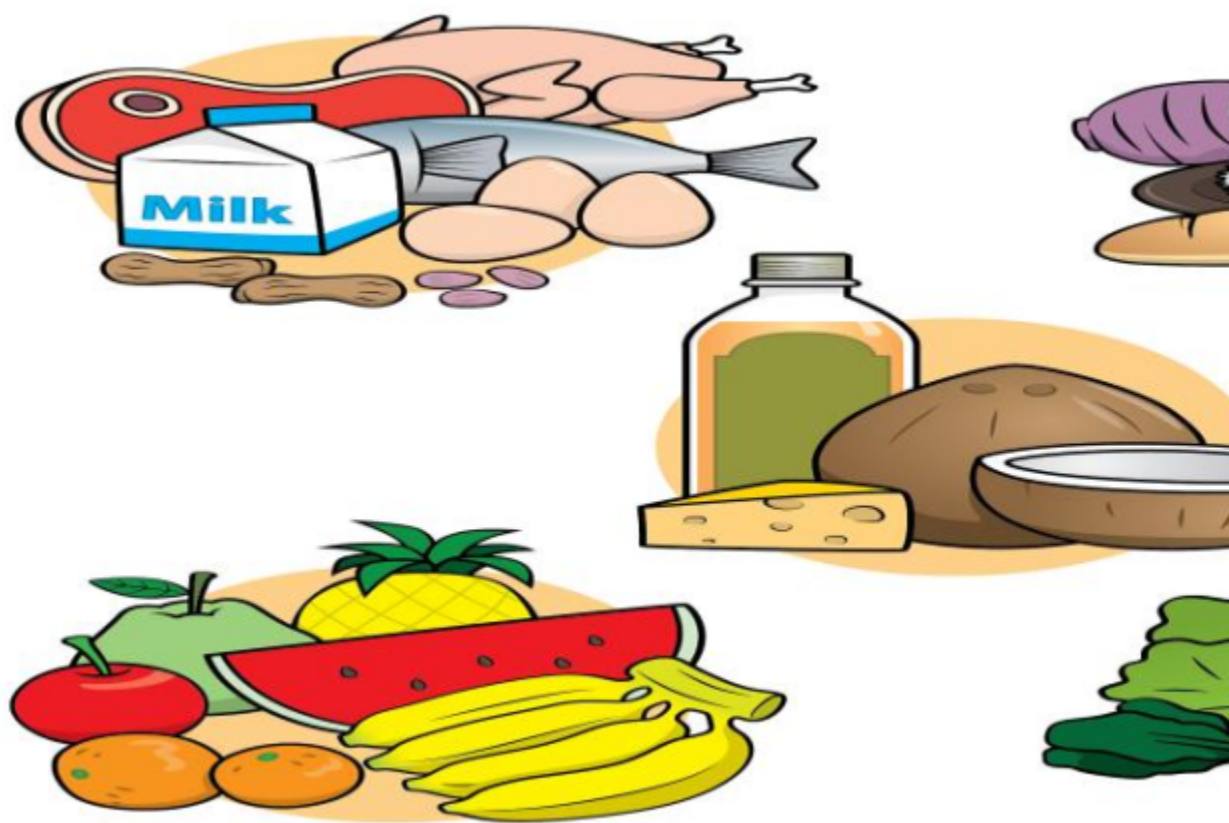
部分工业污染物含有类激素物质，可以通过污染水源、食物或经皮肤吸收，会引起生殖器官等异常诱发性早熟。





1. 养成良好的饮食

多吃蔬菜水果、优质的蛋白质，少吃油炸类食品等。拒绝过度进补，切忌给孩子进补一些营养补品。健康饮食的同时也要鼓励孩子多运动，提高新陈代谢。



2. 关灯睡觉

黑暗状态下睡觉，可产生褪黑激素，抑制腺垂体促性腺激素的释放，预防性早熟。

3. 避开激素物质

很多药物及化妆品中含有激素成分，应尽量避免使用。同时，家长要将家里的药物妥善保管，避免孩子误服。

4. 减少性信息输入

经常看言情剧或小说，接受过多的性信息，容易催熟孩子的心智，在一定程度上促进性早熟。

5. 加强对孩子的关注度

家长需要加强对孩子的关注度，平时可以通过询问或观察孩子的身体变化，如有异常要及时就医。通过医学干预，可以抑制或减慢性发育进程。



参考文献：

- [1]中华医学会儿科学分会内分泌遗传代谢学组,中华儿科杂志编辑委员会. 中枢性性早熟诊断与治疗专家共识[J]. 中华儿科杂志, 2023, 61(1):16-22.
- [2]张佳琳. 肥胖儿童性早熟发生的影响因素[J]. 临床医学, 2022, 42(9):35-37.
- [3]马勤旭. 儿童性早熟性激素水平及性早熟发生影响因素分析[J]. 中国高等医学教育, 2018(4):136.
- [4]戴晖,朱小琴,罗淑红. 女童性早熟与环境内分泌干扰素的相关性研究[J]. 中国性科学, 2017, 26(6):58-60.

文章作者: 儿科 周琼



精选留言

暂无...