



13岁男孩骨龄已达16岁

身高突然停长,原来他长期吃补药

□记者 王元卓 通讯员 仇艳 马蝶翼

13岁的男孩身高1.59米,停止长个已有一年,一测骨龄却已16岁。前几天,男孩的妈妈找到海曙区中医院生长发育专科,急切地求助医生想办法帮儿子“长高”。替男孩接诊的海曙区中医院中医儿科副主任医生仇艳遗憾地告诉家长,孩子已经错过了最佳的生长干预期,骨龄已达16周岁,预测身高估计在1.60米左右。

昨日,仇医生痛心地对记者说,像这个男孩子的情况,在他们医生接诊中并不少见。家长需要引起注意,营养、睡眠、锻炼等方面好好替孩子把关。

原本高个男孩突然停长

原来男孩父母身高都很高,爸爸身高1.80米,妈妈身高1.70米,所以对儿子将来的身高,他们原本是一点都不担心。并且,开始时,儿子在同龄人中的身高也算高的,只是最近一两年,不见长高,而且说话也开始变声,他们才警觉。父母找到了海曙区中医院生长发育专科,他们想知道到底出了什么问题,当得知孩子的指骨多数已经融合,掌骨骺干已开始融合,长高潜力很小时,他们怎么也无法接受这个现实,于是他们去了上海等地检查,结果答案是一致的,孩子的骨龄已达16周岁,预测身高在1.60米左右。

仇医生事后和家沟通中了解到,因为男孩父母平时工作很忙,到家常常很晚,平时就是保姆负责照顾孩子。平时饮食也很随便,孩子小时候不吃蔬菜,喜欢吃洋快餐,而且睡得很晚,常常要到晚上11点左右才睡。因为家里经济条件不错,他们长期给孩子买补品进补,几乎冬天一补,春天就会蹿高许多。开始时,孩子个子长得比同龄人高,他们认为理所当然,谁知长到13岁就不长了,开始并不太在意,认为不会有太大问题。但后来孩子出现变声,他们才到医院检查,结果让他们欲哭无泪,无法面对。

想要孩子长得高,要注意三个年龄段

现在孩子因为错过最佳的生长发育干预期,而导致身高不理想的情况较多。有一个女孩10周岁来了月经初潮,半年后才正式来月经,因为人很瘦小,父母也没在意女儿已经发育了。后来,女孩身高停留在1.46米就不怎么长了。这样的情况下再干预,效果就不明显了。

目前,家长对孩子的身高越来越重视,从医学上来说,想要孩子长得高,在孩子进入青春期以前,三个年龄段很重要。

第一次,4周岁时。主要4周岁是排除孩子有无影响长高的先天性疾病,以便尽早治疗。判定儿童矮小有一

条黄金分界线,那就是4岁。4岁左右,人体内生长激素、甲状腺素已基本形成,饮食、睡眠习惯逐渐形成,这些条件对今后的生长发育都起着决定性作用。

第二次男孩八九岁时,女孩七八岁时,也就是赶在性发育前,判断孩子生长发育是否正常,生理年龄与生活年龄是否相符,有无性早熟迹象。

第三次,十二三岁时,主要目的是为了看孩子的生长发育情况,也可以进行最终身高的预测。孩子年龄越小,骨骺的软骨层增生及分化越活跃,生长的潜力及空间越大。家长千万不要等到孩子发育后期如15—18岁时再治疗,此时骨骺接近闭合,生长潜力很小。

儿童长高摄食均衡最重要

记者采访了宁波市妇儿医院小儿内分泌科主任张建萍,张主任认为,儿童长高是一个综合性的因素。除了遗传、环境等因素外,饮食、睡眠以及运动都非常重要。如果孩子出现一些性早熟的倾向,最好能够提前干预。

张主任在接诊中也碰到这样一个病例,父亲身高1.75米,母亲1.60米,但儿子15周岁,身高只有1.56米,当时她给孩子治疗了9个月,男孩长高了7厘米。所以,家长平时一定要关注孩子的成长,如果出现问题,要尽早干预。如果骨龄到了16周岁,医学上也基本无能为力了。

医生建议,父母不要盲目给孩子食用蜂王浆、花粉之类的保健品和食品,保证孩子三餐摄食均衡才是正确方法。其次,在日常生活饮食上,家长应该管好菜篮子,避免让孩子吃鸡、鸭、鹅的脖子,牛鞭、牛睾丸之类的动物性器也不能吃太多。另外,不合时节的蔬菜和水果也应避免让孩子食用。

而且,张主任非常明确地建议孩子的饮食最好以蔬菜和鱼类为主,少吃肉,不吃油炸品,不喝饮料,不建议吃补品。除非孩子有特殊情况的免疫力低下,才适当采取一些进补,但也要遵医嘱。

七彩云南 COLOURFUL YUNNAN 翡翠 明码实价 / 始终如一

七彩云南翡翠
灵猴贺岁
2016
HAPPY
NEW YEAR
翡翠送福



1月28日—2月22日

- 新春贺岁 进店摘红包,更享新春贺岁折扣
- 天天有喜 新春贺岁专柜,天天尊享惊喜价
- 福暖猴年 购买翡翠满5000元送博洋家纺冬被 (详情见店内活动海报)

翡翠迎新 猴年如意

七彩云南 COLOURFUL YUNNAN

宁波旗舰店地址
天一广场(开明街)7号门药皇藏

0574 8738 1038