

六一健康
第26期

主办单位：中国关心下一代工作委员会
事业发展中心
承办单位：上海鸿慈儿童医院
官方网站:www.61120.net
咨询热线:021-65861120

不久前，一条有关性早熟报道引发了众多网友的关注。报道称，5岁多的女童甜甜这两个月来经常喊胸脯疼，一看她的胸脯竟微微隆起。排除了饮食方面的影响后，医生最终找到的原因居然是开灯睡觉。

这种说法有没有道理？专家表示，过度光照会影响性激素的分泌，但仍需科学实验证实。

国外研究发现，光照过度可致性早熟。因为过多的光线照射会减少人体松果体褪黑激素的分泌，使褪黑激素抑制的腺垂体促性腺激素提前分泌，导致性早熟。

国外有关于光照过度是引起儿童性早熟的文献，但“过度光照”的标准是多少并不清楚，国内有专家表示，晚上开灯睡觉造成婴儿性早熟”有一定的可能性，但是没有可靠的实验数据。

尽管灯光与儿童性早熟的关系尚缺少统计学的验证，但是专家说，还是尽量少用人工照明。为预防儿童性早熟，家长要尽量保证孩子做到以下几点：少接触环境内分泌干扰物；多吃一些天然的食品，少吃洋快餐；适当的锻炼等。若云

本周日有专家讲座
如何让孩子科学长高

有不少家长认为，在孩子发育前并不需要为孩子的身高担心，只要发育正常身高就不会比别人差，直到等至孩子青春期中后期，仍没有长高的迹象时，才开始着急。而此时，大多数孩子的骨骺往往已经或者将要闭合，错过了上佳治疗时机。

“六一健康快车”春季天使行动·百日助长工程将于3月9日(周日)下午3点，特邀儿科学生长发育专家吴琴琴、朱桂萍在上海鸿慈儿童医院(上海市闸北区宝山路455号)举办“如何让孩子科学长高”的专题讲座，两位专家将围绕儿童身材矮小的原因有哪些？儿童矮小症的最佳治疗时期、儿童矮小症的治疗方法以及日常生活的注意事项等内容，通过大量实例进行深入浅出的讲解，同时现场解答家长的咨询。

如果您的孩子有以下情况，1.父母都很高，孩子却很矮；2.与同龄孩子比明显偏矮；3.身高与平均标准相差较多，4.生长速度常年缓慢；5.13-16岁的发育期没有明显地蹿过个子；6.身高蹿过之后，突然明显减速，生长十分缓慢；7.发育比别的孩子早，小时候挺高，后来不怎么长个……不妨拨打热线021-65861120咨询报名。

爸妈不矮，孩子为何长不高

张博佑

患矮小症呢？

除遗传因素影响外，导致儿童矮小症还有其他多种原因，包括生长激素缺乏症、特发性矮小、性早熟、甲状腺功能低下(甲低)等。锐锐就属于特发性矮小。特发性矮小(ISS)是指因目前尚无认知的原因引起的身材矮小(包括家族性矮小、部分生长激素不敏感、生长激素分泌功能不全、正常变异性矮小和体质性青春期发育延迟等)。是儿童期导致身材矮小的最常见原因，如果不及时治疗，大多数患儿将发展为身材矮小的成年人。

锐锐的年龄还不小，治疗矮小症还为时不晚。根据他的情况，我采用了生物稳态调节技术配合药物为他进行治疗，生物稳态调节技术是依据神经-内分泌-免疫网络理论，应用特殊的基因蛋白平衡丘

脑-垂体-IGF-I生长轴功能及内分泌调节功能，促进人体新成代谢和稳定人体内环境，促使儿童增长。同时我叮嘱家长对锐锐要做到均衡饮食结构，合理增加运动，保证充足睡眠。治疗半年后，锐锐的身高增高了8厘米，长至130厘米。复诊那天，锐锐开心地说他以后也要做一名医生，专门医治矮个娃娃。

在儿童的生长发育过程中，骨骺的生长发育对身高起着决定性作用。骨骺是骨骼的生长发育中心，通过不断骨化来增加骨的长度，人的身高也随着增加。到了青春发育后期，骨骼生长日趋缓慢。过了青春发育期，骨骺与干骺端完全融合，骨骺全部骨化，骨骼基本就不再有生长的空间，身高也就难以再增加。一般来说，女孩的骨龄如果超过15岁，男孩的骨龄如果

超过17岁，这时的骨骺线大多已经闭合，长高的机会就比较小了。

因此，矮小症在临床上强调早发现、早诊断、早治疗，越早治疗效果越好。研究表明，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，治疗的反映越敏感，生长效果越好。而且孩子的年龄越小，体重越轻，用药的剂量越小。3-12岁是矮小症的最佳治疗期，切不可等到青春发育后期，如15-18岁时，再进行治疗，此时骨骺接近闭合，生长潜力很小，已很难达到理想身高。

(张博佑：副主任医师，从事儿科临床及科研工作近30年，在小儿内分泌、小儿呼吸系统及消化系统疾病的临床诊断和治疗造诣颇深，主持并参与多项重点儿科科研项目；在国内知名医学杂志上发表过多篇重要学术论文。)

本期宝宝
陆哗灏

《鸿慈杯宝宝秀》面向社会欢迎来稿，年龄6足岁以下的儿童照片均可参与。照片可邮寄至上海市闸北区宝山路455号上海鸿慈儿童医院《六一健康》编辑委员会收(邮编200071)；也可将数码照片通过QQ:619500001传至《鸿慈杯宝宝秀》栏目。

“六一博士”汇聚儿童健康等方面的专家，为家长解答孩子成长中遇到的各种疾患及困扰。您有类似困扰可致信 hc61120@126.com,我们将及时回复,为您做出详细的解答。

王女士:我家宝宝是男孩,今年6岁,上课总好动,平时特别喜欢蹦蹦跳跳,但是作业完成得挺好,看动画片也挺安静,请问是不是多动症?

答:多动症是一种常见的儿童行为异常疾病,活动量多是明显症状。多动症的孩子不单有多动的表现,还有冲动、易激惹、注意力不集中、情绪难自控等多种问题。从临床看,多动症和淘气的孩子是有本质的区别:淘气的孩子一般做事是有目的的,也是分场合的;而多动症的孩子是在很多场合都很闹腾,不分场合。学龄期的儿童是多动症高发年龄段。这个时期的孩子如果在学校表现出注意力不集中、出现一定的学习障碍、经常和小朋友打架等,家长就应该带孩子看医生了。

——“六一健康快车”专家委员会特约专家 史积善

张女士:我儿子今年9周岁了,还经常尿床,每周尿床四五次,自己醒不了,就算叫醒了也是迷迷糊糊,还挑食、好动,记忆力不好,全家人都很着急,请问要治疗吗?

答:如果孩子超过3岁还在尿床就是病,医学上称为“遗尿症”。长期尿床的孩子得不到及时治疗,易使孩子性格自卑内向、好动,制约大脑发育,导致记忆力差、智商降低。随着年龄的增长,尿床不治还将导致患者内分泌功能降低,感染泌尿系疾病,影响孩子第二性征发育,严重危害儿童身体、生理、心理等方方面面的发育!儿童尿床的最佳治疗时期是3-6岁,此时期治疗,疗程短、疗效好,对患儿产生的心理、生理危害较轻。6岁-12岁是重要期,孩子进入成长和心性性格成熟关键期,一旦发现孩子尿床,要及时就医诊治,建议您尽早带孩子去正规医院进行治疗。

——“六一健康快车”专家委员会特约专家 朱桂萍

周先生:我的孩子今年21个月,男孩,至今不开口说话,到医院检查身体,听力没有什么问题。朋友建议我带他看看自闭儿童心理门诊,请问像他这种情况是否与智力有关?

答:除了自闭外,孩子不肯开口说话可能是有语言障碍,或是说话晚。儿童在语言方面的发育有快有慢,个人差异较大。21个月左右的孩子,如果各个方面发育正常的话,应该会讲一些简单、常用的短语了,建议您带孩子到儿童医院做下相关检查,鉴定是否为自闭症,再排除一下孩子生长发育的问题。

——“六一健康快车”专家委员会特约专家 蒋燕清

过早“开发智力”是拔苗助长?

在日常生活中,不少家长热衷于在孩子很小的时候就开始实施各种各样的教育,认为越早开始学习,就能最大限度地开发孩子的智力和能力。事实上,提前“开发智力”,可能会遭遇“后劲不足”。

儿童早期智能开发是指儿童具备某种能力之前的适当时期,给他们提供恰当的刺激以促进大脑的发育,加速儿童的先天潜能变成现实能力,如何掌握这个适当时期非常重要。3岁前,孩子以动作思维为主导,通过眼前看到的情景来解决问题。比如,桌上放了一个苹果,孩子会通过拿凳子垫高,拿棍子拨弄等动作来得到苹果。诗词

属语言表达,与抽象逻辑思维相关,当孩子还不能对整句语言完全理解时,就对着孩子念难以理解的古诗,讲有逻辑性的故事,甚至英文,这种所谓的早期开发都是无效的。相反,还会错过宝宝最佳的语言发育期。

培养宝宝要遵循大脑发育规律,而不是盲目地、过早地施加学习压力。孩子学说话比别人晚半年属于正常范畴,但到了2岁还不会说“爸爸”、“妈妈”等简单词汇,就要到医院就诊,检查口腔、咽喉等结构以排除器质性疾病,还要排除孤独症等。

丹丹

■ 就寝时间不规律 儿童更易出现行为问题

对于很多父母来说,让孩子乖乖上床睡觉无异于一场战争。最近,科学家们提出了支持父母将战争进行到底的新证据:研究发现,就寝时间不定将打乱儿童的自然昼夜节律,导致睡眠缺乏,并因此阻碍大脑发育,使儿童在控制特定行为方面出现问题。行为评分则显示,在幼儿期缺乏固定就寝时间的儿童具有更严重的多动倾向、行为问题和情绪障碍,并更容易在与同龄人交往时遭遇人际问题。美国国家睡眠基金会建议3~5岁的学龄前儿童保障每晚11至13小时的睡眠,其他12岁以下儿童则需要每晚10至11小时的睡眠。

■ 儿童常接触二手烟 哮喘病复发风险高

曾因哮喘而住院治疗的患儿,如果在家或者车内经常接触二手烟,那么12个月之内,再次复发住院的风险会大大增加。研究人员检查了超过600名1-16岁儿童的血液和唾液测试结果,这些孩子都曾因为哮喘治疗而进入美国辛辛那提儿童医院,在出院后这些孩子又被持续观察超过1年时间。研究结果发现,那些经常暴露在烟雾中的儿童,哮喘再次复发回到医院治疗的几率是其他儿童的两倍。研究人员表示,对于烟雾暴露量的测试应该让这类哮喘儿童的家人引起重视。

永雷

健康资讯