

孩子早发育 可能少长10厘米

新民健康邀专家为 30 名早发育、身高不理想的孩子做身高管理

近年来,由于环境及食品污染等因素,与上世纪 80 年代相比,这一代中国孩子的发育年龄提前了 1 岁半,属世界较早范围。性早熟对孩子最大的影响当属身高。性激素过早分泌,促使骨骼生长区(骨骺)过早闭合,生长周期因此缩短,导致孩子十四五岁身高过早停长,造成矮小。专业提示:早发育一年,身高将少长 3-5 厘米,很多孩子因此会少掉 10 厘米的身高潜力。

(摘自新华网 <http://news.xinhuanet.com>)

身高长得快 警惕骨龄被提前

孩子体内在发育高峰期会大量分泌生长素,不断促使骨骼生长区(骨骺)形成新骨,是孩子生长的最佳时期,但同时也是骨龄的迅

速成熟期。在这段长高“黄金期”除了科学补充生长原动力,更要控制骨龄的飞速发展,这样才能起到提速生长,事半功倍的效果。很多孩子在小学阶段很高,长大后反而矮小就是因为早发育造成的骨龄偏大。家长在关注孩子体表特征(乳房、睾丸、声音等)变化的同时,更应关注孩子的生长速度、蹯个时间、动态观察,科学调整。

如何有效挖掘孩子的身高潜力

专家指出:前提是能否准确判断骨骼的发育状况和身高潜力。因为如果孩子已经骨骺闭合,任何努力都是徒劳。如果孩子处在还有 10 厘米以上身高潜力的发育早期阶段,却以发育中期的标准,去制定身高方案,无疑浪

费了应有的成长潜力。以往医院骨龄测试的主要目的是确定孩子是否病理性矮小,而对于大部分正常范围内偏矮的孩子来说,如何赶在骨骼生长区(骨骺)未闭合前,获得优势成长,才是更重要的。科学研究发现,生长板是人体骨骼发育的营养源和动力源,生长板越厚,骨骼纵向生长动力越足,长高潜力越大,反之潜力就减小。结合骨龄及生长板厚度进行形态分析,能准确判断身高潜力和生长阶段,为非病理性矮小的孩子正确地制定身高调整方案,挖掘孩子的生长潜力至关重要。

本周末,新民健康特邀上海中医药大学出版社《如何让孩子长得更高》一书中长期从事生长发育研究的专家编委及中科院专业人

士,现场免费为 30 位 8-16 岁、身高不理想、有早发育迹象的孩子做非医疗手段新一代骨龄及生长板评估,从均衡营养、增加生长动力、延

◆ 蔡骏

缓骨龄等多方面出发,为孩子制定个性化身高干预方案。通过鉴定具有生长潜力的孩子,可签订身高管理方案并送出身高监测手环,详细记录孩子每天的睡眠时间、睡眠质量、每日运动量、能量消耗情况等健康数据,更精准的制定身高调整方案。

报名方式:

电话报名:021-62792596

短信报名:“长高+姓名+联系方式”发送到 13651767246



扫描微信二维码 咨询报名

祛青春痘就怕老不好 花冤枉钱

◆ 余兰

祛青春痘有很多人走了弯路,各种信息良莠不齐,造成人们祛痘知识匮乏,误导误解重重,给五花八门的祛痘钻了空子,钱白花,痘痘没有好。其实青春痘一定要从内部找问题,不能做表面文章,有的迷信网上宣传做激光、外涂各种祛痘产品,简直是对痘痘的脸完全不负责任。痘痘发在脸上,根源却在体内,斩草要除根。只求把痘痘快速压下去,结果钱用了,外用药停了但痘痘照发。甚至还有可能使皮肤越来越敏感,用什么都用不上。因此发痘的脸一定要因人而异,从根本上找到解决青春痘的关键手段。作为一名祛痘的专家,从良心上来讲把痘痘的脸作为赚钱的工具是种耻辱。人生经常会面临各种选择,一旦选择错误结果完全不同。祛痘也一样,有些朋友“战痘”十年却发了十年,问题就出在没有找到体内根源。

我们有着几十年祛痘经验和实践的专家。她离开医院出国深造,回国后专业从事祛痘,已建立了一套成功的祛除青春痘的内调技术。实践证明,青春痘长在脸上,根源却在体内,而且不同的痘友发痘的原因也都不一样,所以我们对每个人的内调也不一样,已为无数海内外痘友解除了烦恼。

专家祛痘热线:61220588
地址:静安区昌平路 667 号
工作时间:每周二、三、六、日上午 9 时至下午 4 时

诚信为民 真心服务

本报举办“3·15 心诚信·新服务”读者活动日

◆ 叶雪菲

由新民晚报主办的“心诚信·新服务——3·15 读者活动日”将于 3 月 13 日在新世界·大丸百货一楼中庭举行。本次消费者活动涉及健康、金融、消费等多行业咨询服务,其中健康咨询将邀请来自二、三甲医院等一批医疗机构的 50 余名专家,包括心内科、普内科、神经内科、内分泌科、眼科、五官科、妇产科、皮肤科、疼痛科、康复科、口腔科、糖尿病与肥胖外科等多个领域。

力在医疗机构与消费者之间搭建良好的话语平台,让消费者能够做出尽可能理性的选择判断,营造一个诚信医疗、相互信任、消费和谐的环境。

因专家“粉丝”较多,本次活动需提前电话报名预约,名额有限,先到先得。感兴趣的读者可拨打新民健康会员中心服务热线 021-80261680(10:00-17:00)

时间:2016 年 3 月 13 日(周日)10:00-17:00

地址:黄浦区南京东路 228 号新世界·大丸百货一楼中庭(河南中路南京东路口)

交通信息:2 号线、10 号线南京东路下,公交 37 路、49 路、20 路、805 路、330 路、17 路、64 路、316 路等

讲文明树新风 公益广告

中国精神 中国形象 中国文化 中国表达

中华传统 兄恭弟谦

