

六一健康

第41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

莫让暑期培训阻挡孩子长高

微话题

“疯狂考试季”已悄悄落下帷幕，令孩子垂涎的暑期如约而至。但很多家长却霸道地侵占了原本属于孩子的自由，早早地安排好了各种暑期培训：写作培训、外语培训、奥数培训、钢琴培训、美术培训、跆拳道培训……各种培训班纷至沓来，让孩子们应接不暇，甚至有孩子反映，过个暑假比正常上学都累。但专家提醒各位家长，在注重培养孩子本领的同时，莫让假期培训的巨大压力影响了孩子长高。

专家指出，脑下垂体前瓣会分泌成长荷尔蒙，这种荷尔蒙会分泌出一种叫 IGF-1 的成长促进因子。人的关节硬骨与软骨之间有一些缝隙，也就是生长板，生长板是由大量软骨细胞和正在钙化的软骨细胞组成。生长板受到成长因子的刺激，会不断增生软骨，新生的软骨经钙化后形成硬骨，骨头因而变长变宽，孩子的身高就会不断增长。如若孩子参加过多的培训班，身体和心理压力过大，则会影响大脑中成长荷尔蒙的分泌，严重影响孩子的身高发育。

可怜天下父母心，家长们良苦用心的同时切要考虑到孩子的身心健康，学习培训当适量。此外，假期中各位家长要让孩子保证充足的睡眠，保持适量的运动，摄取均衡的营养，保持身心的愉悦。只有多管齐下，才能延长孩子的生长周期，让孩子告别矮小！

——珊瑚

诚聘

岗位(8人): 精神科医师、脑电图医师、护士长、检验师、中医医师、西医医师、文案、平面设计。

邮箱: hongcibr@163.com

联系电话: 021-36529971 (8:00-17:30) (非中介不收费)

六一健康快车

健康从娃娃抓起

小儿抽动症即小儿多发性抽动症(MT)也称抽动秽语综合征、Tourette 综合征、发声与多种运动联合抽动障碍、多发性抽动症，是抽动障碍的一个临床类型。

抽动障碍是起病于儿童和青少年期，以快速、不自主、突发、重复、非节律性、刻板、单一或多部位肌肉运动抽动或(和)发声抽动为特点的一种复杂的、慢性神经精神障碍。该症多数起病于学龄期，学龄前期并不少见，低于5岁发病者可达40%。运动抽动常在7岁前发病，发声抽动发声较晚，多在11岁以前发生。孩子患了抽动障碍，很容易被误认为是调皮捣蛋。时间久了，不仅影响孩子的学习成绩，对孩子未来的身心健康也会带来巨大威胁。世界卫生组织报告显示，中国3.6亿适龄儿童中，抽动症患病率达11%，新增发病率达1%以上，只有不到40%得到了有效治疗。不仅影响孩子健康，也影响“下一代”的发展。

暑假，无疑是家长带孩子治疗的最佳时期。

为了帮助抽动症患者及早得到有效治疗、免除患儿及患儿家长来回奔波之苦，国家儿童健康公益基金--六一健康快车，特启动“六一健康快车·百日止抽工程”，主题为“童心协力·拒绝抽动”。

父母不可缺失的“暑假作业”

——访上海鸿慈儿童医院业务院长李丽娜

万木

专家访谈

如今暑假，孩子们并不轻松，学校的老师往往给他们布置了大量的暑假作业。不过为了孩子的健康成长，年轻的爸爸妈妈不妨也为自己安排一份家长应完成的“暑假作业”。为此，笔者采访了上海鸿慈儿童医院业务院长李丽娜。

领取“健康通行证”

为何要给年轻的爸妈布置“暑假作业”？李丽娜业务院长回答得很干脆：是的，年轻的爸妈真的应该为了孩子，好好地完成暑假作业。当然，这里说的暑假作业，不是要求家长去替代孩子完成老师布置的暑假作业，而是利用孩子的长假，去完成让孩子健健康康的暑假作业。现在，一个孩子大多数有6个大人宠着，爸爸、妈妈、爷爷、奶奶、外公、外婆。虽然，有6双大手搀扶着一双小手，但是，第一监护人的职责更加重要，所以，我们把父母列为第一责任人。

李业务院长接着说，根据祖国传统医学的“治未病”理论，父母最好利用暑假，给孩子做个全面的健康检查，帮孩子领取下一学年的“健康通行证”。孩子身上潜伏的常见病、多发病、慢性病，70%以上是通过健康检查才首次发现的。发现早，干预早，孩子的痛苦小，家庭的经济支出也相对少很多。

孩子坐在第几排

人们普遍认为，夏天是孩子的速长期。李丽娜业务院长告诉笔者，清朝高士宗写的《黄帝素问直解》中说，万物皆生于春，长于夏，收于秋，藏于冬，人亦应之。我国传统医学普遍认为，天地人三者本为一体，“时令的变化，会直接对人体产生影响。”这一观点，数百年来，已被数以万计的医学实验、临床、医案、数据、论文等佐证。

当然，矮小的孩子有很多未知因素，可能是代谢性疾病；可能是先天性甲状腺素激素缺乏；可能是缺乏生长激素；还有可能是延迟生长。这些未知因素只有通过科学评估，才能找到正确的答案。例如，怎样判断孩子身高是否偏矮，李丽娜业务院长说，我们曾经做过市场调查，上海和周边城市及乡镇，一个班级有30-42人，每排有6-8人。很简单，回到家里，只要问一下孩子你坐第几排？一般来说，排除视力因素，座位总是在前三排孩子的父母，应该带孩子做个骨龄测评，发现问题，找出原因，及早干预，帮助孩子改善最终身高。

学习成绩是镜子

孩子的学习成绩虽然不能代表其全部智力，却是孩子健康的一面镜子。李丽娜业务院长介绍说，发育行为儿科学(DBP)是一门新兴的学科。发育行为障碍所涉及的疾病是多方面的。一是DBP最严重的疾病，如儿童广泛性发育障碍(又称自闭症)、抽动障碍等。二是DBP最多见的专业病，如注意障碍、多动障碍、学习障碍等。三是DBP最常见的疾病，如智力低下、智力迟缓、智力发育障碍等。这些疾病都不同程度地影响了孩子的正常学习，所以，我们说学习成绩是健康的一面镜子，它反射出孩子身上潜伏着什么样的病魔。

李丽娜业务院长建议，当父母发现孩子学习困难、学习成绩明显下降时，应该引起重视，及时到医院咨询、诊断。儿童发育行为障碍所涉及的病种，基本上属于慢性疾病，治疗需要较长时间，暑假正是帮助孩子摆脱病魔的最好时期。

本期宝宝张楷文



《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。



扫二维码
关注“鸿慈杯”宝宝秀
官方微信 即可快速报名

“育儿信箱”汇聚医学、心理、教育等方面的专家，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610000361@qq.com，我们将及时回复，为您做出详细的解答。

王女士：我女儿现在两岁了，跟她一般大的宝宝都可以跟别的小伙伴一起做游戏玩耍了，但我女儿却不愿意参与其中。除此之外，陌生人一抱她就又哭又闹。请问我女儿是不是患了自闭症呢？

答：自闭症又叫孤独症，是发生于儿童早期的一种发育行为障碍，也是广泛发育性障碍中最常见和典型的一种，常起病于婴幼儿期，一般男孩发病率要远远高于女孩，其主要临床表现为社会功能受损、语言障碍、兴趣局限和重复刻板行为等。您女儿不爱与小伙伴做游戏，也不愿与他人接触，说明人际交往存在一定的问题，但是是否为自闭症还需要做进一步的诊断方可确认。建议您平时对女儿进行细致的观察，如出现了以上临床表现，您最好带着女儿到专业医院进行一下全面科学的检查。

——史积善

“童心协力·拒绝抽动”暑期专项公益活动拉开帷幕

著名儿科专家，对最新的国际抽动障碍诊疗技术进行研讨，并为广大患儿提供义务咨询服务。

活动时间：7月1日至8月31日，拨打咨询电话021-65861120预约，即有机会获得专项基金援助和相关专家面对面的权威咨询。

本活动地址：上海市闸北区宝山路455号上海鸿慈儿童医院。

