

### 新民健康提示——

# 是什么让孩子错失了一次次长高时机?

◆ 解雯雯

## 6-16岁青少年身高及体重表

年龄(岁)	身高(单位:cm)		体重(单位:kg)	
	男	女	男	女
6	121.26	120.30	21.26	20.87
7	127.33	126.72	24.06	22.64
8	132.67	132.20	27.30	25.25
9	137.75	136.15	30.45	28.19
10	142.95	144.47	33.74	31.78
11	146.55	150.86	37.69	35.10
12	157.62	155.09	42.25	40.77
13	162.59	158.02	46.16	44.79
14	166.14	160.25	51.37	47.83
15	172.12	167.49	57.06	49.82
16	173.71	167.27	59.35	50.61

资料来源:《中华儿科杂志》2009年7期

一、爸爸妈妈都挺高,现在矮只是暂时的,孩子未来肯定不会矮

科学研究表明,孩子的身高75%是由遗传决定,在遗传的基础上,上下有8.5厘米的差异,如果后天因素配合得好,能比遗传高度多长8.5厘米左右,反之则会矮8.5厘米,这样一来,上下就有17厘米的差距。所以说,父母高的不能过于笃定;父母矮,更要把握孩子的后天长高潜力,以免耽误孩子。

二、孩子小学时班级里挺高的,不知何时就不长了?

这类情况往往是早发育导致提前停长的问题!对于小时候较高的孩子,科学的方法是检测骨龄,骨龄能精确反映孩子发育程度及生长空间。要知道孩子的身高生长时间有限,骨骼生长区(骨骺)一旦闭合,将失去调整身

高的空间和可能。当家长发现孩子身高开始停长时再采取措施,骨骺基本闭合,这时再调整希望非常渺茫。

三、女孩初潮、男孩变声都只是刚发育 这些现象的出现标志着已进入发育中后期,骨骼生长区(骨骺)开始趋于闭合,身高进入停长倒计时。目前孩子的发育年龄普遍提前,一般来说,女孩11岁前月经初潮、男孩12岁前变声、长胡须就是早发育。早发育的危害是导致身高突增期增长不足及缩短身高增长时间,孩子过早停长及身高发育不理想。

新民健康为你预约50个韩国生长板免费检测名额

上海中科医学引进韩国生长板检测技术,让家长在骨龄的基础上,进一步地精确了解孩子的生长潜力。

活动时间:12月27日-元旦假期  
活动内容:

1. 生长板测评、生长潜力评估
2. 建立成长档案,每年2次的免费身高评估
3. 专业人士每年2次的跟踪回访
4. 免费领取上海中医药大学出版社《身高奥秘》
5. 免费领取最新身高表一份

本次活动限额50位,请提前报名预约  
请家长提前致电:800-820-8727 报名预约

短信报名:生长板检测+姓名+年龄,发送至13651767246  
特别提示:本次活动仅接待6-18岁,身高不达标或早发育的青少年,限额50名。

## 腰椎滑脱、椎管狭窄,如何不开刀治疗?

新民健康推出中医整脊专家免费咨询活动 ◆ 解雯雯

腰椎滑脱症多见于中老年人,其多为慢性腰痛,严重时下腰痛放射至骶部,可出现双下肢麻木、大小便无力等;椎管狭窄症则主要表现为腰腿痛、“间歇性跛行”等症状,如不早治,甚至有可能导致瘫痪。

对腰椎滑脱、椎管狭窄这两种较严重的脊柱疾病,目前西医临床常用脊柱融合术、神经减压术等治疗,但有较高风险性,术后也多见复发。据中华中医药学会整脊分会主任委员、全国首批中医骨伤名师韦以宗教授学术继承人韦春德介绍:近年来,中医整脊医学在此类疾病的临床诊疗上已取得较大进展,通过“理筋、调曲、练功”三位一体的整体治疗,可使“筋柔骨正”,帮助多数患者不必开刀。

专家指出,导致脊柱劳损病及其相关疾病主要源自“椎曲紊乱”,目前大量的颈椎椎疾病

久治不愈,关键就在于没有恢复正常的“椎曲”。中医整脊医学以改善和恢复脊柱正常椎曲为核心,除巧妙运用骨空针灸、药熨膏摩等快速改善症状外,其通过“微针松解”“四维调曲”“调椎复位”等特色治疗,还可促使椎间盘还纳、椎体复位,帮助脊柱恢复正常的生理解剖关系:“对位、对线、对轴”,真正地源头上解决问题,无需开刀,痛苦少,风险小,患者也更易接受。

新民健康近期特邀韦春德、世界中医骨伤科联合会副主席高腾、中华中医药学会整脊分会委员顾膺、全国中医骨伤名师李同生教授弟子王能穹等多位中医整脊专家,为颈腰椎病患者提供面对面免费咨询。凡有相关需求的患者,可拨打新民健康工作室热线021-62821457、58996881 提前报名,或编辑短信“整脊咨询+姓名+联系方式”发送至18217336432 报名。

## 专家张涵谈难治性癫痫的治疗

◆ 张筱琳

癫痫外科手术是国际上公认的治疗难治性癫痫的主要方法和手段,在欧美发达国家已相当普遍,而在我国则刚刚起步。由于该手术治疗需精确定位颅内脑细胞异常放电的癫痫病灶,因此难度极大,目前在国内外开展此类手术的医院少之又少。

由张涵博士领衔开展的“癫痫灶切除及(VNS)调控术”是根据详尽的术前评估(症状学评估、脑电评估、影像学评估)确定癫痫灶,然后采取不同的手术方法,通过外科干预,以达到完全切除致痫灶或阻断癫痫放电的扩散路径,以减轻、减少、甚至会完全控制癫痫发作。

张涵博士介绍,定位癫痫灶是开展外科干预的重要环节。目前,脑部电极植入,即将一种特殊材质的多触点电极放置在颅内大脑皮层、蝶骨或深部的可疑部位(即:“皮层电极、蝶骨电

**【专家简介】**



张涵,医学博士,毕业于白求恩医科大学,中国抗癫痫协会青年委员会委员,上海蓝十字脑科医院癫痫诊疗中心主任,擅长癫痫外科手术前评估及癫痫外科手术治疗,特别是在各种难治性、顽固性癫痫手术治疗方面有丰富的临床经验。

极、深部电极”),能大大提升癫痫灶定位的准确性;对于多个癫痫灶、癫痫灶处于重要神经功能区或无法承受开颅的难治性癫痫患者,(VNS)调控术则是新的选择方法。长期临床实践证明,癫痫外科手术治疗优于其他传统治疗手段。

## 皮肤瘙痒 奇痒难忍

就用肤舒痒膏

湿疹、皮炎、过敏、荨麻疹、手足皲裂等的特点,主要以瘙痒为主,大部分人的皮肤表面会出现丘疹、大片红斑、瘙痒、风团、皮肤干燥、脱屑、奇痒等症状。分布在全身或局部,是病因比较复杂的一种变态反应,在发病初期皮肤发红,发痒时引起重视从而诱发瘙痒反复发作,越痒越抓,越抓越痒,使痒痒加剧,灼热难受,长期慢性最终造成皮肤发炎感染,溃烂,奇痒难忍,久治不愈的痛苦。(摘自《大众医学》)

“徐人夫”肤舒痒膏由吉林省徐氏生物制药有限公司生产,有效活性成分渗透到皮肤下,配

方独特,针对其反复发作的特点,外日涂抹在皮肤瘙痒处使您会很舒服,针对性强,简单方便,无刺激,凡有湿疹、皮炎、过敏、荨麻疹、疥疮、癣、蚊虫叮咬等引起的瘙痒及过敏人群均好使,并提供了便捷有效的途径。自上市以来得到了新老顾客的厚爱。

请到指定销售店武胜路479号(近威海路)和各指定药房,免费送货到门均有买3送1的大优惠。电话:400-033-7966

不宜人群:孕妇、婴儿及对本品过敏者。注意事项:外用,忌服,忌酒,忌食辛辣、油腻、海鲜、牛羊肉等。每日涂抹2-3次,每次涂抹1-2厘米,连续使用14天。

## 耳鸣、听力下降有办法

耳鸣是耳内、颅内连续或间断的鸣叫,是听神经纤维传导受阻。中医认为:久鸣难愈,耳聩不治则会导致听力下降,逐渐耳聋。听力下降、耳聋主要是耳神经受损,脑供血不足等原因所致。(现代医学)耳贴灵由天津第一生物科技公司运用现代技术成功研制生产,直接贴在耳蜗神经穴位处,作用于耳部,促

进耳产生对应感应,改善耳部循环,每天晚上在临睡前贴4小时,让您感到耳朵舒服,轻松、舒适、耳鸣、耳聩、听力下降等人群。(2016)津卫防保健字270号。盈谷专卖店:见报7-33在武胜路479号近威海路购买和免费送货到门2送1的特惠。咨询电话:021-560332263 56071906

## 冬季湿疹易复发 中老年人需警惕

新民健康送出皮肤科专家咨询号 ◆ 解雯雯

70多岁的老许,退休后安享晚年,美中不足的是,一年前出现全身皮肤瘙痒症状,抓挠不已,日不能安,夜不能寐,严重影响了生活质量。老许反复多处就诊,甚至住院治疗数月,仍然不管用。老许一度认为自己年老体衰,这病大概很难治好了。实际上,老许患的是“泛发性湿疹”,这病为何这般难治?对此,新民健康送出过敏性皮肤病专家咨询号,届时,皮肤科徐波副主任医师将为读者答疑解惑。(报名方式见下方)

湿疹病因复杂,易复发,属于难治性皮肤病,被许多人戏称“三无病”:无特定病因,无生命之虞,无根治办法。但实际上,只要深入细致了解这个疾病以及每个患者的具体情况,多数湿疹患者能得到很好控制;反之,如果不根据患者的个体情况,盲目追求快速、彻底地消除症状,使用副作用大的药物,可能适得其反,最终加重疾病。湿疹病因很多,每个患者往往是多种因素混合存在,包括环境因素、遗传因素、感染、饮食、药物以及其他因素;日光、潮湿、干燥、摩擦等气候、物理因素;内在疾病如慢性肠胃疾病、慢性酒精中毒、肠寄生虫以及新陈代谢障碍、内分泌失调等。湿疹常有多种形态,根据急性或慢性程度不同而有红斑、丘疹、水疱、糜烂、鳞屑、结痂、色素增加或减少、皲裂或苔藓样化等不同的表现,其中数种表现往往混杂在一起。湿疹最主要症状是瘙痒难忍,常因搔抓形成溃烂,继发感染。

那么湿疹如何治疗才能去根呢?中医治疗或可避免湿疹的反复。中医治疗皮肤病强调内外合治,皮肤是人体最大的器官,面积很大,毛孔很多,除具有防御外邪侵袭的保护作用外,

**【专家简介】**



徐波,副主任医师,从事皮肤科临床近30年,早年毕业于中国人民解放军第二军医大学,曾任空军航空医学研究所附属医院(北京466医院)的过敏性皮肤病学科学术带头人。擅长治疗各种类型过敏性皮肤病病症,尤其在治疗过敏性皮肤病等方面总结出了多套成熟的治疗方法。

还具有分泌、吸收、渗透、排泄、感觉等多种功能。熏蒸治疗就是利用皮肤的这一生理特性,使药物通过皮肤表层吸收、角质层渗透和真皮转运进入血液循环而发挥药理效应。早在《黄帝内经》中就有“摩之浴之”之说,《理论衍文》曾指出“外治之理,即内治之理;外治之药,即内治之药,所异者法耳”。实践证明,中药熏蒸治疗作用直接,适应症广,无毒副作用,联合中药,内服外用结合,标本兼治,用以对付顽固性湿疹。

活动信息

新民健康此次推出的是中医皮肤科专家徐波副主任医师的咨询号。有需求的读者可拨打新民晚报健康工作室热线021-58389895或编辑短信“皮肤+姓名+联系方式”发至18049972669 报名。

## 肿瘤“空白期”治疗决定命运

据人民网报道,80%以上的肿瘤患者不是死于治疗期,而是在结束常规治疗后的“空白期”。

肿瘤患者出院后,身体机能及免疫力极度虚弱;后续缺乏科学的康复手段,过度依赖秘方偏方,营养不合理,没有专业医生指导……给体内残留的癌细胞迅速生长、扩散和转移的机会,使出院“空白期”变成“危险期”。

数据显示,肿瘤患者出院后1年内的转移复发率高达69%,术后1年死于复发转移的患者超过80%,大显临床事实,90%肿瘤患者最终死于复发转移。在实践中发现,出院后的前3个月是1年的“关键期”;前2年是5年的“抢占期”;前3年是战胜肿瘤的“夯实期”。

现长期高质量“肿瘤生存”的重中之重。全面科学的营养、天然的靶向调控手段、战胜肿瘤的强烈信念,缺一不可。控制肿瘤,决不只是“定期随访,注意复查”。

为帮助更多肿瘤患者实现长久康复、自主抗癌,12月25-27日9:00-16:00,在中科院上海生命科学院9号楼,科发康复管理中心特邀上海知名肿瘤专家、营养专家、生物治疗专家,联合举办“空白期治疗”专题讲座及指导,“抓好出院空白期,变成康复黄金期”,展开全面深入讲解。

届时将结合数十年临床经验,针对个体情况重点讲述:空白期及间歇期的生物治疗,冬季抗癌重点,肿瘤转移防治国际前沿应用,防治复发转移的关键要点。每日限8人参加,须提前预约04825988;地址:中科院上海生命科学院内酒宝路500号9号楼