

# 您的孩子可能少长了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签约管理 ◆ 蔡骏

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。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、蹿个时间,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的新一代

骨龄及生长板测评,从均衡营养、增加生长动力、延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,可就身高管理签约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,更精准地制定身高调整方案。

报名方式:  
电话报名:021-52927077  
短信报名:“长高+姓名+联系方式”发送到 13651767246



扫描二维码咨询报名

# 全市征集80名静脉曲张患者

## 新民健康邀韩国著名血管外科专家专题讲座 ◆ 蔡骏

如何精准定位静脉曲张?

**金昌洙:**通过血管超声波检查静脉曲张疾病,是目前国际医学界比较标准的检查方法。医生通过超声波可以了解患者静脉曲张的根源,部位、贯通静脉的位置、血流的速度、血管的粗细、与动脉的关系、深部静脉是否有异常等详细和准确的信息。一旦大隐静脉和小隐静脉血液倒流时间超过 0.5 秒,就可确诊为静脉曲张。此外,如果肉眼可以看到 3 毫米以上的血管凸出时,也可基本

判断为静脉曲张。静脉曲张不是血管堵塞引起的,是由于血管扩张引起的。

### 讲座信息

有需求的读者可拨打新民健康热线 021-52920871,或编辑短信“静脉曲张+姓名+联系方式”到 17717640571 报名。

### 讲座时间

2016 年 1 月 31 日 金昌洙  
2016 年 2 月 1 日下午 金柄均



### 【特约专家简介】

**金昌洙教授**  
韩国国立庆尚大学医院胸部外科主治医生,韩国成均馆大学医科大学江北三星医院教授,韩国胸部外科学会血管研究会常任理事,韩国静脉曲张学会常务理事、前会长



**金柄均教授**  
上海市涉外注册医师;沪外医批字(2015)第 058 号;韩国庆尚大学医科大学医学士;韩国胸部外科学会正式会员;韩国外科超声波研究会正式会员;韩国静脉曲张学会正式会员兼学术理事;釜山医生会法制理事

# 中科孢子油系列组合

**中科创新牌灵芝孢子油软胶囊(40粒/瓶)**

用 7 年优选的灵芝孢子粉为原料,用中科专利技术 CO2 萃取的中科灵芝孢子油。  
专利号: ZL 99 123952.0  
发明专利:一种灵芝孢子油的超临界加工方法

**中科牌爱特胶囊(100粒/瓶)**

以葡聚糖含量高的姬松茸,云芝、香菇、赤芝、破壁孢子粉,虫草菌丝体等六种真菌组成。

**黄 金 新 组 合**

**中科灵芝 3 元体验计划**

关爱市民健康,“中科灵芝 3 元体验计划”真情起航。符合条件的市民以 **三元** 的价格获得总价值 **1440 元** 的中科牌灵芝破壁孢子粉 **3 瓶**。(3 瓶为一个月服用量)因领取者需符合条件,务必电话预约,否则无效!每人终身限领一次!

活动期限:长期不限额。

领取条件: 1、一年内享受过大病医保的(精神类疾病及肾移植除外)  
2、本人身份证

领取步骤:电话预约——《申请表》复核审查通过——按通知时间前往。

体验预约专线: **021-35110789** (活动详情请见店内海报或来电进行咨询!)

另外,为了帮助广大消费者更加清楚地认识破壁灵芝孢子粉,上海科药房中科上海健康服务中心十几年来均为广大消费者提供免费灵芝孢子破壁检验观测服务!

热线: **021-34010789/64311772** 网站: [www.zhongke.sh.cn](http://www.zhongke.sh.cn)

上海科药房地址: **肇嘉浜路 526 号 (近岳阳路)** 南京中科药业出品

# 治疗耳鸣耳聋有捷径吗

## 新民健康邀耳鼻喉科专家面对面宣教答疑 ◆ 留缘

耳鸣、耳聋、头晕、眼冒金星,这些症状对许多人来说并不陌生,即便在身体并没有感到明显不适的情况下,这些症状似乎也经常出现,不少人也已经习以为常。如果症状仅偶然出现,可以不必过于担心,但专家提醒,如果症状频繁出现,则没那么简单,频繁耳鸣也被认为是耳聋的前兆,不可掉以轻心。

### 耳鸣耳聋不是小事

耳鼻喉科专家指出,虽然耳鸣和耳聋不是要命的疾病,却会给我们的心理和身体健康带来严重影响。首先会影响情绪和睡眠。长期的严重耳鸣会让人产生焦虑、焦急、抑郁等情绪变化。尤其在夜深人静的夜晚,耳鸣更为严重,导致很难入睡,以至于出现恶性循环。另外,还会影响工作和家庭。因为听不清别人的讲话,且自己还要忍受耳鸣带来的巨大痛苦,却常常不能被人理解,所以工作效率下降,对工作和学习也渐渐失去了兴趣。因为耳鸣而长期求医吃药,带来经济压力的也颇多,有的甚至影响到家庭和睦。

### 不可盲目乱用药

耳鼻喉科专家指出,近年来,由于人们工作压力的增大以及抗生素的普遍使用,导致耳鸣耳聋的患病率不断上升,且呈低龄化的趋势。因此,科学有效地防治,控制疾病进展,迫在眉睫。

耳鼻喉科专家特别提醒,因耳鸣不及时治疗导致耳聋的患者屡见不鲜,且大家经常会有一个误区,觉得年纪大耳朵背是因为老了自然而然的。其实不然,只要身体健康,老人一样可以耳聪目明。而解决耳聋耳鸣关键在于尽早治疗,上佳的治疗时机是患病后尽早到正规医院查明病因,采取针对性治疗措施是上策,切不可盲目乱用药,更不能轻信偏方或者治疗捷径,免得花钱多又耽搁诊治。

### 活动信息

新民健康携手相关机构,邀耳鼻喉科专家为慢性咽炎患者进行宣教答疑活动,并送出面对面交流名额 60 个。患者如有需要,可以通过以下报名方式(任选其一)获取防治有关耳鸣耳聋的医学健康讲座机会:

1. 拨打新民健康咨询热线 021-52921348
  2. 发送短信“耳鸣耳聋+姓名+联系方式”至 18017315556
- 报名截止日期:2月5日 15:00

### 【特邀专家】

**燕来文**

耳鼻咽喉科主任、副主任医师。中华医学会会员,从事耳鼻咽喉科专业 20 余年,曾在国内发表论文十余篇。擅长治疗慢性咽炎、耳聋耳鸣、过敏性鼻炎、鼻窦炎、鼻息肉、鼻骨骨折复位、扁桃体摘除等疾病。

**张子益**

耳鼻咽喉科主任医师。擅长慢性咽炎、过敏性鼻炎、急性鼻炎、鼻窦炎、鼻息肉、鼻窦囊肿、鼻腔鼻窦肿瘤、扁桃体炎、声带小结、耳鸣耳聋、鼾症等鼻科疾病的鼻内镜手术治疗,多次应邀参加世界耳鼻喉国际大会及全国耳鼻喉疑难病学大会,在《耳鼻喉头颈外科杂志》等发表论文数十篇。