

身高不够,打针来“救”? “增高针”能随便打吗?

孩子们的身高问题一直都是家长关注的重点,补钙、吃营养品已经不能缓解家长们的焦虑了,于是有的家长带着自认为“身材矮小”的孩子去打生长激素,也就是俗称的“增高针”。身高不够,真的可以打针来“救”吗?

CCTV 13
新闻

适应证包括

- 生长激素缺乏症■染色体异常■
- 特纳综合征■SHOX基因缺陷■
- 努南综合征■小胖威利综合征■
- 特发性矮小征■等

视频截图

长不高不一定是疾病 可能是“身高焦虑”

聂女士的儿子今年11岁,身高142.5厘米。尽管平时胃口不错,运动量也不小,但是这两年在身高监测时,聂女士发现儿子比同龄的孩子个头偏矮。聂女士有点焦虑,听说有人给孩子打“增高针”,她也动了心。可是却遭到了丈夫的反对。

与聂女士想法类似,浙江的姜先生也想给孩子打“增高针”。他女儿今年13岁,身高161厘米,按说这是很正常的身高,可是小姑娘的同学朋友普遍个子比较高,看着女儿

在班里总是坐在前排,姜先生有些着急。

家长们所说的生长激素针,医学上叫作生长激素替代治疗,是对生长激素缺乏人群进行的医疗手段,通过给这部分人群注射生长激素的方式,刺激骨骼生长,从而达到增高的目的,适应证范围内患儿,每年可以长高8厘米到12厘米,所以也被称为“增高针”。经过医生全面检查,聂女士的儿子身高略低于同龄儿童,但是骨龄偏小,还有自然长高的空间;

姜先生的女儿出生时是早产儿,确实应该密切观察身高情况,但她身高161厘米,在正常范围,年龄13岁,骨骺线已经基本闭合。两位青少年都不适合打“增高针”。

复旦大学附属儿科医院内分泌代谢科主任罗飞宏表示,生长激素虽然是正常人体需要的一种激素,但不是谁都可以打的。在用生长激素前,必须接受规范的医学检查,包括生长激素激发试验、脑垂体核磁共振检查等。

打“增高针”要符合适应证 滥用后果严重

专家介绍,“增高针”如果使用得当,确实可以有效改善孩子的身高,效果好的可以每年长高8厘米到12厘米。那究竟哪些人群可以使用?会不会有副作用?不符合条件的人群,如果打了“增高针”,又会有什么后果?

医生介绍,考虑使用“增高针”,首先有两个前提条件:

第一是骨骺线没有闭合。男生16岁,女生14岁骨骺线就基本闭合了,在骨骺线闭合或接近闭合的情况下使用“增高针”,不仅起不到促生长作用,还可能会引起骨骼变粗变大。每个人骨骺线闭合时间不同,需要通

过医生检查判断。

第二是身高明显低于同年龄同性别儿童平均身高,且每年增长少于5厘米。

北京市海淀医院儿科副主任医师和岚建议,家长可以用绘制身高曲线的方式监测孩子的身高增长情况,每1个月至3个月测量一次。如果孩子的身高增长速率是正常的,身高也在同年龄、同性别儿童的第十百分位以上,就不用太过焦虑。

如果孩子骨骺线还没有接近闭合,且身高在同年龄同性别儿童中属于第十百分位以下,就需要继续检查,

看是否符合打“增高针”的适应证。

患者经过系统检查,属于适应证范围,在专业医生指导下,使用生长激素替代疗法是安全有效的。但是也有一些人群,虽然身材矮小,却不能使用生长激素替代疗法,否则后果严重。

医生介绍,如果患有一些遗传综合征,比如布鲁姆综合征等,其本身有产生肿瘤的风险,是不能使用“增高针”的,可能会加速肿瘤的生长。有糖尿病等代谢类疾病家族史的人群,“增高针”有可能诱发或加重病情,也是不能使用的。

家长不能揠苗助长 也不能盲目乐观

记者在采访中发现,家长们对于“增高针”普遍存在两个误区:

一部分家长认为,孩子只要达不到理想身高,就要尽快去打“增高针”,不能让孩子输在起跑线上。

还有一部分家长认为,是药三分毒,“增高针”肯定对身体伤害大,孩子就算矮,等发育了就长高了。专家提醒,揠苗助长和盲目乐观都不可取。

调查显示,目前我国19岁男性的平均身高为175.7厘米,女性平均身高为163.5厘米。一个人的身高70%取决于遗传,30%取决于后天因素。后天因素主要是指运动、营养、睡眠

等。专家提醒,家长应该合理预期孩子的身高,不要有不切实际的要求。

虽然家长不用过于焦虑孩子的身高问题,但是也绝对不能忽视。医生介绍,有部分家长存在一个误区,总是用自己当年的发育年龄来判断孩子的发育年龄。即使孩子身高明显低于同龄人,家长还盲目乐观,以为还没到发育期。

专家提醒,随着生活水平的提高,儿童青少年发育期普遍提前,女孩8岁,男孩10岁就开始进入发育期。此时家长应该关注孩子的身体情况,定期测量。对于早产儿、出生

时体重低于5斤的儿童、生产过程中出现窒息等情况的儿童,家长应该密切关注孩子的发育情况,必要时带孩子到医院内分泌科进行检查,以免错过孩子长高的机会。

据中新网



儿童液体药 要放冰箱“保鲜”?



不建议

不建议这样做,有可能会增加不良反应风险。

儿童常用的液体药物中,糖浆剂和混悬剂占有很大比例。而这两种药物恰恰不适合放在冰箱储存。因为低温储藏会导致这类药物溶解度降低,析出糖和固体的药物沉淀等。这样会直接导致药物浓度不均匀,服用了含药量少的部分会影响药效,达不到治疗效果。服用了含药量多的部分,也会增加不良反应的风险。

即便是在炎热的夏天,如果说明书没有特殊需求,这类药物也不建议放在冰箱里存储,通常建议放在相对阴凉的地方保存。

除此之外,大多数软膏、颗粒、片剂、喷雾以及气雾剂等,也都不建议放在冰箱存储。只有一些有特殊保存需求的药物才需要放冰箱,比如益生菌、胰岛素等。或者是在炎热的夏天,一些容易融化的栓剂等,也可以考虑放冰箱来避免变形。

据中新网

吃酱油 会让脸上长斑……



并非如此

面部长斑(包括黄褐斑和色沉斑)通常是由遗传因素、紫外线照射、内分泌失调、滥用化妆品、妊娠等引起。

目前市面上销售的酱油大多是以大豆、小麦、盐等为原料发酵而成的调味品。与其他食物一样,酱油经人胃肠道消化后会变成氨基酸和碳水化合物等物质,然后被人体所吸收。这些物质并不会导致面部长斑,也不会使色沉斑加重。因此,脸上长斑与吃酱油没关系。

哪些斑可用激光祛除

颧部褐青色痣:在颧部对称分布,呈黑灰色斑点,多发于16岁~40岁女性,部分患者有家族史。经激光多次治疗后可淡化。

脂溢性角化病(俗称老年斑):发生在面部、手背等日光暴露部位的褐色、黑色的斑片,多见于老年人。二氧化碳点阵激光治疗可以消除老年斑,但其他部位可能会长出新的老年斑。

黄褐斑:属于色素增加性皮肤病,与遗传、日晒和雌激素水平有关。应采用多种手段联合治疗,如口服氨甲环酸,外用氢醌等脱色剂,同时也可以联合调Q1064纳米激光治疗,多次治疗后可达到淡化的效果。

需要注意的是,无论是哪种斑,防晒都是最基本的预防措施。

据中新网