孩子长得慢当心矮小症

岛城百分之三儿童身高不达标 专家提醒口服药不能让孩子“长高”

本刊记者 朱夏雅南

马上就要过年了，孩子们迎来了愉快的寒假，很多家长开始着急孩子的身高问题。9日上午，记者从青医附院专门针对矮小症举办的义诊活动上了解到，岛城青少年中矮身材比例正在逐年增加，目前已达到3%。这其中有很大一部分患者因没有及早发现或轻信药物增高产品延误了治疗，专家提醒生长激素口服不能达到增高效果。

家长不懂矮小症 耽误了治疗时机

家住大学路的琳琳(化名)今年十五岁了，只有一米四七的个子急坏了妈妈李女士。据李女士介绍，琳琳这个身高已经维持了近半年了，由于琳琳是个女孩子，李女士一直觉得稍微矮点不要紧，很可能是晚长，当听医生说孩子的股沟已经封闭，失去了药物治疗的机会后，李女士一下子傻了眼。“我以前并不知道医院可以检查孩子的身高是否正常，更不知道身高是可以治疗的，这下可把孩子耽误了。”李女士告诉记者，按照她和丈夫的身高，孩子至少应该能长到一米六以上，所以他们才没太重视。同琳琳相比，只有3岁的田田(化名)就幸运多了。走上身高测试仪，田田的身高显示同一岁的小朋友差不多，只有76公分，是明显的生长激素缺乏症，但由于年龄小，田田在接受治疗后身高很有希望“追上”同龄小朋友。

青医附院儿科主任李堂介绍，很多家长不了解矮小症和生长素，孩子个头矮了就猛吃补品，有的家长甚至认为孩子长个有点晚，等两年就好了，“这些原因都导致孩子在关键时期丧失了身高增长的机会，甚至带来一系列心理创伤。”李堂说，临床调查发现，因身高问题带孩子就医的家长中，有半数根本不了解矮小症和生长素，也不知道生长素缺乏会导致个头不长，反而简单地认为营养是长个头的唯一原因。

口服药 能长个是“忽悠”

“受天气影响，这两天前来义诊的患者不是很多，但经我们确诊的矮小症患者已达二十几例。”据李堂主任介绍，临床调查显示，岛城青少年中矮身材比例约占3%，根据青岛市人口基数和发病率推算，全市14岁以下人群中，矮小者达4万人，而多数家长对于矮小症还并不了解。“有些家长忽视了孩子长得慢的问题，更多家长则是选择擅自治疗。”李堂告诉记者，这些擅自治疗的家长多是认为孩子营养不良，给孩子服用一些助长高的药物。事实上促生长药物口服无法达到效果，只有科学注射才能及时补充生长激素，促进正常生长。

李堂主任表示，从全省临床矮小症的治疗情况来看，有近八成的矮小儿童治疗过晚，患矮小症的孩子开始治疗年龄越小，效果越好，矮小症患儿在4岁左右到正规医院儿科、内分泌科及时治疗，是有望达到正常身高的，如果错过治疗时机，这些孩子将终生与矮小为伴。他遇到过不少带孩子前来就诊的家长，说花多少钱治病都愿意，但是一查才知道孩子骨骺已经闭合，追悔莫及。

“孩子年龄越小，骨骺的软骨层增生及分化越活跃，生长的潜力及空间越大，对治疗的反应越敏感，生长效果越好。”李堂说，孩子的年龄越小，体重越轻，用药的剂量越小，所花费用也越少，等到发育后期如15-18岁时再治疗，此时骨骺接近闭合，生长潜力很小，已不再可能达到理想身高。

身高标准 测定是否是矮小症

据专家介绍，针对身高的判断临床统计有一个身高标准表。凡婴幼儿期(3岁以下)的生长速度低于每年7厘米，儿童期(3岁至青春期)生长速度低于每年5厘米，青春期低于每年6厘米的都有可能属于身材矮小，家长应该注意关注孩子的身高，及时到正规医疗机构就诊和治疗。此外，家长在测量身高时应注意测量标准，3岁以下测量卧位身长，3岁以上测量立位身高，赤足免冠背靠立柱，尽量保持同时间、同测量仪器、同一测量人。

专家表示，儿童发育有三个阶段，第一阶段为胎儿到2岁的生长快速期，通常出生后第一年长25厘米左右，第二年长10厘米左右；第二阶段为3岁到青春期前的生长速度减缓期，每年长5—7厘米；第三阶段为青春期生长加速期，男孩增长25—28厘米，女孩增长23—25厘米，家长可以对照着看看自己的孩子身高是否矮了，以8岁孩子为例，男孩应为130厘米，女孩应为128.5厘米，如果偏差过大，孩子就有可能患有矮小症。

策划：经济专刊部 组版：戴乐

心理治疗技术全国领先

青岛市精神卫生中心开设省内首家心理医院

本刊记者 朱夏雅南 通讯员 齐文博

▲医生为在校学生讲解心理健康知识。

药物治疗与心理治疗相结合，明显提高了患者的治愈率，让患者尽早脱离病痛的折磨。2011年12月30日，青岛市精神卫生中心心理医院主任李玉焕介绍，早在2004年青岛市精神卫生中心就成立了省内第一家临床心理科，为了方便患者就诊，中心在2007年又成立了心理医院。通过定期和国内外心理专家交流学习，不断提高心理治疗水平，心理医院在治疗抑郁、焦虑、精神分裂等心理疾病方面，一直全省领先。温馨的环境、贴心的服务、定期的公益活动得到了患者家属和市民的认可。

药物加心理治疗提高治愈率

在青岛名牌大学就读二年级的小梅(化名)学习成绩一直很好，自从上大学后，她总爱研究一些虚无缥缈的东西，认为自己有和宇宙连接的能力，经常有一些荒谬的想法和行为。学校老师和同学发现她行为古怪后，和她的家长及时联系，并建议带小梅来心理医院就诊。今年9月中旬，小梅在父母的陪伴下来到心理医院，经过仔细的检查和询问，李玉焕主任发现小梅患的是首发精神分裂症，并建议她住院进行治疗。通过药物治疗控制住小梅的症状，在住院后期李主任每隔一段时间就给小梅做一次心理治疗，3个多月后，小梅的病情明显好转，社会功能也逐渐恢复，12月份小梅像正常学生一样又回到学校读书，并定期来院取药，继续保持与医师交流沟通，个人独立性增强。

据李玉焕主任介绍，导致精神、心理疾病的原因有遗传、心理、社会因素等多种方面，很多患抑郁症、焦虑症等心理疾病的患者单纯使用药物治疗的方法，效果往往不是很理想，且停药后易复发，特别是一些难治性的、创伤性的心理疾病。采用药物治疗和心理治疗相结合的方法，不仅能让首次出现精神分裂症的患者逐渐恢复社会功能，而且提高了抑郁症、焦虑症等心理疾病的治愈率，降低了复发率，让患者尽早脱离病痛的折磨，生活模式有所调整，生活中的快乐逐渐增多。抑郁症、焦虑症的临床治愈率一般为37%左右，通过药物加心理相结合的治疗方法，让抑郁症、焦虑症的临床治愈率高达60%以上。

打造国内先进治疗条件

很多患有心理疾病的病人总觉得自己没有得病，不需要到医院就医。也有很多患者到青岛市精神卫生中心就诊，看到一些病情严重的患者后产生了心理压力。为给患者营造一个温馨安静的就医环境，方便更多的患者就诊，2007年10月中心成立了心理医院。医院设有心理访谈室、家庭治疗室、团体治疗室、宣泄室等。音乐治疗、家庭治疗、沙盘治疗、动力性治疗等技术均在全省使用最早、国内领先。

为给患者提供先进的治疗技术，让更多的患者早点摆脱疾病的折磨，青岛市精神卫生中心每年都会拿出一定的资金，用于心理医院科研工作以及医护人员进修学术。全科医生均接受了国内外心理治疗的培训，如挪威、美国、法国、德国、加拿大、荷兰、中国香港、中国台湾等，具备完善的心理督导机制，在国内属领先地位。医院有国内先进的心理CT系统、生物反馈治疗仪、经颅刺激治疗仪等医疗设备，为患者进行明确的心理诊断和科学的心理测定。

尽最大能力为患者提供帮助

今年30岁左右的小王最近总不愿吃饭，胃痛，做事情没有精神，也不去上班，家人没有办法只好带他来医院就诊。经过细心的询问和检查，心理医院副主任医师王立涛了解到小王的父亲因心梗突然去世，小王心理上受到很大的打击，患上了抑郁症。起初家人对心理治疗并不了解，病人也不太接受，王医生给予药物治疗，一个月后病情仍无明显改善，后经过沟通患者开始定期的心理创伤干预治疗。几次后，小王的病情有了明显好转。李玉焕主任说，对待心理疾病患者医护人员要更加耐心，多关注、尊重他们，会在病情的治疗上起到事半功倍的效果。

据了解，医院设有心理门诊和开放式心理病房，每天门诊量达40余人次。开展预约式服务4年时间，每天24小时接受患者的电话或网上预约。与此同时，医院制定了定期回访制度，李主任说，通过定期的回访会了解患者出院或门诊心理治疗结束后的生活情况，遇到有患者出现情绪不好或中断药物的情况，医护人员会建议患者按时吃药或及时到医院进行进一步治疗。

公益活动得到社会认可

每周六上午，心理医院总会有很多慕名来听讲座的市民。李玉焕主任说，自从医院开展每周向市民进行免费心理讲座后，受到了市民的欢迎和好评，遇到市民感兴趣的话题，能容纳五六十人的电教室里，过道上都挤满了人。每次讲座结束后，都有很多市民向心理医生咨询遇到的问题。每到中高考和大学生毕业期间，医院会免费为学生进行心理咨询、心理测试、就业指导等公益活动。

2008年医院与青岛市妇联合作成立了山东省第一个“幸福家庭心理指导中心”，走进街道社区宣传普及心理健康知识，针对家庭暴力受虐妇女进行免费心理支持，并开通心理疏导服务热线。2009年与市南区司法局合作成立了青岛市第一个“心理矫正基地”，每年对市南区所有假释人员每人进行长达10次的连续心理干预，所有被矫正的假释人员在心理干预结束后，经科研分析心理状况都得到了明显改善，降低了再犯罪率。与此同时，医院依托青岛市危机干预中心、青岛市心理健康基地面向学校、社区、机关、企事业单位进行心理健康讲座、突发事件危机干预，参与“青岛市红十字会”的心理救援工作。