



“这些食物会导致性早熟，千万不要让孩子吃！”类似标题的帖子经常在朋友圈中被广泛传播，不少家长一提性早熟也如临大敌，“孩子班里家长经常交流，生怕孩子性早熟，就不再长个子了。”对此，专家表示，目前大多数性早熟暂时还没法明确原因，应对关键在于及早干预。

本报记者 陈晓丽

早熟的孩子

特征 8岁前女生乳腺发育 9岁前男孩睾丸增大

“通常来说，女孩从10岁进入青春期，性腺开始发育，男孩则从12岁开始。”济南市中心医院生长发育与青春期医学门诊主任彭惠介绍道，如果女孩在8岁以前乳腺开始发育，男孩在9岁以前睾丸开始增大，就极有可能是性早熟。同时，女孩在8-10岁之间、男孩在9-12岁之间进入青春期，则被称为青春提前。

性早熟是儿科常见的内分泌疾病，目前发病率逐年升高，但是就诊率较低。性早熟可分为两种类型，真性和假性性早熟。其中，真性性早熟又被成为中枢性性早熟，伴随着乳腺或睾丸发育，便由儿童进入了青春期，各项性征逐渐发育完善，直到发育成熟。而假性性早熟也被称为外周性性早熟，通常是由于短期内使用了某种药物，过量摄入含激素食品等，一旦排除这些因素，青春发育就会停止。

彭惠告诉记者，目前90%以上的女孩子性早熟属于特发性性早熟，也就是临床上难以找到明确原因。尽管如此，这种情况也不是完全无迹可寻。“外界环境、肥胖、自身体质、食品污染、含雌

激素过多的保健品例如蚕蛹、胎盘、蜂王浆、花粉制剂等都是危险因素。”彭惠解释道，例如同样是食用催熟食品，有些孩子体质对这种药物比较敏感，就会出现性早熟的情况。

“男生更常见的是器质性病变引起的性早熟，例如颅脑肿瘤、肾上腺肿瘤等，影响了内分泌，导致性早熟。”彭惠介绍道，不过，受社会大环境改变的影响，现在男生特发性性早熟也越来越多见。

影响 耽误长个，成年后易患妇科、男科疾病

有些性早熟的表现生活中能够被轻易发现，例如女生比同龄人提前来月经，男孩开始长胡须、变声等。“女孩从开始青春发育到月经来潮，一般在两年时间左右。”山东省千佛山医院儿童保健科主任李燕介绍。

而有的影响则具有远期不确定性，彭惠表示，有研究表明，性早熟的女性未来患各类妇科、卵巢、子宫等疾病的概率更大，性早熟男性则比普通人更可能遇到前列腺疾病的困扰。此外，由于比身边同龄人提前开始发育，不少孩子的心理也受到影响，容易自卑。

其中，父母最担心、表现也非常隐匿的影响，则是孩子骨龄提前。“通过专业测定，骨龄提前一年以上就属于性早熟的表现。”彭惠表示，骨龄提前一方面让孩子提前开始“蹿个儿”，同时青春期内大量增加的性激素也让骨骺提前闭合，失去了宝贵的身高发育时间。

“进入青春期后，每年身高发育一般都小于6

厘米，而女孩月经来潮后，身高基本已经稳定，通常只能再长5厘米左右。”李燕告诉记者，家长可以通过孩子身高绝对值和在同龄人中的相对值来判断孩子是否存在身高提前发育和迟缓的问题。

发现有性早熟迹象时，家长一定要及早带孩子到正规医院专业门诊就诊，结合孩子发育表现并通过抽血查激素、拍骨龄片、肾上腺、超声、颅脑核磁共振等检查最终判断孩子是假性还是真性性早熟，以及时进行相应的干预。对于假性性早熟，只要去除病因或诱因，自会恢复。而真性性早熟，首先是病因治疗，比如肿瘤引起的性早熟要手术摘除肿瘤，而对于占大多数的特发性性早熟，因性早熟的儿童最终身高往往会矮于正常儿童，必要时需要内分泌医生根据情况使用药物控制和减缓性征的成熟度及发育速度，其中对于身高较提前骨龄来说已明显受损的儿童还需要生长激素联合治疗。

提醒 滥用生长激素会造成不良影响

虽然性早熟会让孩子身高比同龄人提前发育，但是最终身高通常较低。正因如此，有不少家长寄希望于用生长激素弥补性早熟带来的身高发育迟缓。

据介绍，早在1985年，美国食品和药物管理局(FDA)批准将重组人生长激素(rhGH)用于临床治疗儿童生长激素缺乏，2003年又将其批准用于治疗儿童特发性矮小症，取得了良好的临床治疗效果。伴随着居民经济收入水平的提高，越来越多的家长因为担心孩子长不高，到医院希望求助于注

射生长激素。

李燕告诉记者，生长激素主要用于生长激素缺乏的人群、特发性矮小症等多种疾病，其中以前两种应用最为常见。“生长激素有严格的适应症和禁忌症要求，需要经过完善的内分泌评估和身体健康状况检查，由专业医生判定是否适合使用。”李燕说道。

临床效果还不错，有的孩子使用后一年长高了十几厘米。”不过，李燕提醒家长，如果孩子的身高是在正常范围，只是在同龄人中偏矮，则不建议通过注射生长激素“拔苗助长”。尤其需要注意的是，生长激素只能在骨骺闭合前使用，一旦骨骺闭合，目前还没有办法让身高再继续发育。骨骺闭合后再使用生长激素，可能造成肢端肥大症等不良影响。

目前，生长激素的治疗费用较高。“需要每天连续注射，根据孩子的体重来计算需要的剂量。”李燕介绍道，对于4岁的儿童通常每个月需要2000元左右，对于10来岁的孩子，每个月则需要三四千元，根据个人情况，生长激素使用时间短则半年，长则两三年。

“对于一些确实需要注射生长激素的孩子，不少家长担心生长激素也会导致肥胖。“只有糖皮质激素才会导致肥胖，生长激素并不会，两者不能混为一谈。”李燕解释道，在医生严格评估和监测下使用生长激素，一般不会产生副作用。

此外，彭惠也提醒家长，对于很多宣称可以帮助长高的口服保健品，其中可能添加了大量的性激素，“虽然短时间内确实有增加身高的作用，但是大量性激素却刺激了骨骺快速闭合，从长期来看，反而影响了最终身高。”

相关链接：

发现孩子身材矮小 越早干预效果好

医生介绍，孩子的身高70%由遗传来决定。

男孩遗传身高=(父母身高之和+12厘米)/2±5厘米

女孩遗传身高=(父母身高之和-12厘米)/2±5厘米

除了性早熟，其实身高还受多种因素的影响。李燕解释道，其中最常见的是内分泌原因，例如生长激素缺乏、甲状腺激素缺乏等。同时，一些全身性严重疾病也会影响身高发育，例如心肝肾方面的疾病。此外，厌食、挑食导致的营养不良、睡眠质量差、思想压力过大、家庭不良环境等都会产生一定影响。

“如果发现孩子身高发育有问题，一定要及时就诊。”李燕提醒道，4-10岁是身高的最佳干预时间段，越早干预效果越好。如果被诊断为矮小症，需要根据病因采取相应的治疗，例如生长激素等。如果只是偏矮，则主要从运动、饮食、睡眠等方面进行调整，例如多进行跳绳、打篮球、跑步等带有弹跳动作的运动，饮食中多摄入钙、优质蛋白等，每天保证9点前进入睡眠。

(记者 陈晓丽)

