

儿童性早熟影响身心健康

看看医生怎么说?

□晚报记者 刘涛
通讯员 王丙强

对于还没有进入青春期的孩子来说,性早熟并不是件好事,因此,很多父母对此都很关注。滨州市中心医院儿童保健科副主任王丽提示,性早熟的出现不仅会阻碍孩子的生长发育,还会对孩子的身心健康造成影响。

王主任告诉记者,近年来,门诊上越来越多的孩子来看身高,“9岁10岁的小女孩出现月经,15岁的小男孩不大长个了……”针对这些情况,发现一个比较大的问题——性早熟。

>>> 认识性早熟

在认识性早熟之前,首先先了解一下儿童青春期的正常发育过程。青春期的女孩子首先是乳房的扩大,阴毛的出现,外生殖器的改变,腋毛的出现,最后是出现月经初潮。小男孩性发育的过程,首先是睾丸容积的扩大,阴茎的增长、增粗,腋毛、阴毛的出现,声音低哑,出现胡须,最后是遗精。

小女孩在7岁半以前出现乳房的发育,10岁以前来月经,小男孩在9岁以前出现睾丸的发育,如果出现这些情况,就需

要警惕性早熟。有研究发现,每10年性发育就要提前3个月,现在,小女孩由原先的8岁提前为7岁半,小男孩的性发育与十年前差不多,所以还是用9岁来作为标准,虽然性发育提前了,但是终身高并没有受到影响。

经过这些年不断科普,不少家长已经意识到性早熟的危害,但现实生活中,很多家长还是没有注意到自己孩子身体发育的变化。

孩子性早熟表现的特点有:身高突增、短时间内发育明显



等,如果未进入青春期的孩子,出现以上现象,家长应及时关注,尽早干预。

关于性早熟的谣言!

反季水果不能吃?

反季水果确实是用“激素”催熟的,这些激素的学名是【植物生长调节剂】,跟人的激素完全是两码事,不会造成宝宝性早熟。

动物和植物的生长机制完全不同,植物激素和动物激素化学结构上也完全不同。

但是,蜂蜜中可能含有肉毒杆菌,1岁以下宝宝不能吃。

少儿不宜学拉丁?

之前一则“9岁女童学拉丁舞导致性早熟”的新闻,闹的沸沸扬扬。

九岁?性早熟?女宝宝8岁前发育才叫性早熟,人家这是正常发育。

>>> 性早熟的危害

因为在性激素的作用下,骨骼会快速增长,性激素同样会使骨骺提前闭合,这样缩短了生长发育空间,最后影响终身高;性早熟的孩子因为第二性征出现

的早,他会发现自己与周围小朋友不一样,再加上周围小朋友的一些窃窃私语,会让他感觉到害羞、自卑甚至出现自闭;性早熟的孩子,在生理上虽然已经发育

了,在心理上还是发育不成熟,再加上自控能力比较差,所以会出现早恋、早孕,因为阅历尚浅,自身保护安全性比较低,所以被性侵的可能性比较大。

>>> 针对孩子情况,如何调整?

为避免孩子出现性早熟现象,家长可以从饮食、运动、睡眠等方面对孩子进行调整。

首先是饮食方面,不要长期吃保健品,少吃反季的水果蔬菜,少吃一些高能量高热量的食品或饮品,比如汉堡、奶茶等,我们要合理的平衡膳食;在环境方面呢,我们避免长期的玩电脑,看一些言情电视剧、小说,我们要多运动;夜间睡眠的时候不要开小夜灯,要在黑暗的环境中睡眠,要早睡。

另外,医生提醒家长,如果发现孩子有性早熟现象,应及时到正规医院就诊,通过激素水

平、B超、CT等科学的诊断方式进行检测,并根据医嘱治疗。

出现性早熟咱们需要做哪些检查呢,首先要拍骨龄,骨龄是骨骼的年龄,代表孩子的生长发育水平,那么我们拍摄左手正位片,来看孩子的骨龄,看看孩子的生长发育水平;我们需要查血,看看孩子生长激素的水平;需要做超声,看看小女孩子子宫附件的发育情况,看看小男孩睾丸的发育情况,需要做垂体磁共振来找一下病因。

王主任说,并不是所有性早熟的孩子都是需要治疗的,有一部分孩子虽然发育的较早,但

是终身高不受影响,只需要定期的监测生长发育水平就可以了。

但是有一部分孩子发育的早,进展速度比较快影响终身高,还会带给孩子和家长一些心理问题,这些孩子就需要来治疗了。如果发现性早熟的迹象,一定要带孩子到正规医院去就诊。

儿童性早熟是一个需要关注的问题,了解性早熟的严重性并采取积极措施进行治疗是至关重要的家长和教育工作者需要采取积极措施来帮助孩子,其中早发现、早诊断、早干预是关键。

豆浆、蜂蜜不能喝?

常喝豆浆会导致性早熟,这样的谣言源于豆浆中含有类雌激素——大豆异黄酮。

眼尖的家长一定都看到了这个“类”字,这就代表这种激素不等于人体的雌激素。

而且这种在豆制品中的含量十分有限,除非直接给娃吃大豆异黄酮提纯物。

至于蜂蜜,其中的激素的量微乎其微,甚至比其他日常食物少的多,所以性早熟跟它没啥关系。

快餐都是“速成鸡”不能吃!

炸鸡腿、大鸡排、盐酥鸡、椒盐鸡胗……吃多了确实容易导致宝宝性早熟,但都跟它油炸这种烹饪方式有关。

我们理解中打了激素的“速成鸡”,其实是一种经过良种选育和科学饲养的鸡的品种——大块型白羽鸡。

国内外的研究同时表明:激素对促进鸡肉生长并无效果,还会增加鸡患疾病的风险,增加死亡率。(澎湃新闻)

滨州 BINZHOU CHINA
文明健康 有你有我

BINZHOU CIVILIZATION

文明健康 有你有我

志愿者