



# “长高神器”暑期热卖 孩子矮不矮？这样来判断

羊城晚报记者 刘欣宇 通讯员 茹晓洲



“钙片没少吃，还有像摸高跳训练器、伸展床、长高贴这些能买的我都买了，还是没见我娃长个儿。”市民曾女士为孩子的身高问题很是发愁。记者向中山大学附属第三医院儿科副主任、儿童内分泌专科主任朱顺叶了解门诊情况。据她介绍，暑假以来平均每天有100多家长来咨询孩子生长发育问题。

## 减重手术帮助15岁女孩重振上学的勇气

文/羊城晚报记者 陈辉 通讯员 彭福祥 章智琦  
图由受访者提供

### 由于肥胖，中 学辍学在家

悦悦(化名)是位15岁的广东女孩，身高1.7米，体重却一度达到了100多公斤。

肥胖给悦悦带来了很多的问题，首先是明显的睡眠呼吸暂停综合征，严重影响了悦悦的睡眠质量，白天容易打瞌睡，进而影响了上课、学习和考试成绩。其次是身材的变化，悦悦总感觉别人会用异样的眼光看她，让她不敢出门了，也甚至没有勇气继续上学。最终选择了辍学。

悦悦妈妈补充道：“由于肥胖，悦悦整个暑假都不下楼，整天闷在家里，我们一家人对此感到非常担心而又无助”。

悦悦曾经尝试了很多的减肥方法，但是都没有取得很好的效果。虽然有的减重方法能在短期内降低体重10斤左右，但是很快又会反弹，甚至反而增重20斤。这让悦悦逐渐失去了继续减肥的信心。

去年9月，悦悦在家人的陪同下来到了中山一院，就诊于胃肠外科中心谭进富副主任医师的减重门诊。谭医生详细了解了悦悦的情况，根据相关检查结果，做出的诊断包括“肥胖症、代谢综合征、高脂血症、高

尿酸血症、重度脂肪肝、心脏左房增大、多囊卵巢样改变等”。根据最新的减重手术指南，悦悦达到了需要做减重手术的标准。经过权衡利弊，悦悦及其家人还是决定让悦悦接受减重手术(腹腔镜袖状胃切除术)。谭进富医生团队通过腹壁上打几个小孔就完成了这个手术。手术中见腹腔内大量脂肪堆积、大网膜肥厚、重度脂肪肝。在医护人员的精心治疗和护理及家人的陪伴下，悦悦术后康复很顺利，于术后第6天顺利出院。

悦悦手术后的体重下降效果非常好，几乎是每个月下降7-10斤，体重已由术前的200多斤降到目前的130斤。更让悦悦及其家人高兴的是，悦悦的血脂、尿酸降到了正常水平，脂肪肝明显好转，心脏左房增大也明显改善。困扰她多年的睡眠呼吸暂停综合征也消失，让她每天都有一个高质量的睡眠，记忆力也相应提高了。

摆脱了肥胖的困扰，悦悦

广州寻求诊治。

### 手术难度大耗时长

40年前，当徐女士还只是8岁小女孩时就被发现脊柱侧弯。但在她和家人的眼中可能只是发育问题，并未引起重视。但随着年龄增长，她的脊柱侧弯的程度也逐渐加重。在20多年前，徐女士开始出现反复腰痛，走路时感觉左侧大腿关节疼痛。8年前，徐女士疼痛的症状进一步加重，还出现头晕、呕吐、下肢麻木等症状。随着病情加重，徐女士腰背驼了，就连平视前方也变得困难了。今年5月，徐女士下定决心，专程从福建来

因该病程长达40余年，侧后凸节段多个椎体畸形融合，非常僵硬，畸形融合，手术难度大、耗时长。对此，艾福志教授特别采用“VCR”五级截骨技术，同时采用了O臂导航技术，用高科技的手段准确置钉，顺利解决了由于畸形融合骨正常

结构不清晰而导致置钉困难的挑战，保障了手术的安全和成功。最终，艾福志教授为徐女士顺利实施了“脊柱侧弯矫形+L2椎体截骨+植骨融合钉棒固定术”。

目前，徐女士恢复良好。“终于可以平视前方，感谢医生给我做了一个安全有效的手术。”

### 青少年脊柱侧弯及早治疗无须手术

据了解，脊柱后凸是另一种临床上常见的脊柱畸形病症。像先天性脊柱畸形、脊柱创伤、结核、强直性脊柱炎等多种疾病可以导致脊柱后凸角度增

### 热卖背后多为家长过度焦虑

记者在多家电商平台输入曾女士购买的长高“神器”产品名称，发现它们的销量都比较高，有的月销量能达到1万件。在产品的提问区里，还有些未购买的家长咨询已购买的家长“究竟有没有用”。后者回答是“不知道，是买个心理安慰吧”。

“作为医生，我能理解家长们关注孩子的生长发育，但也不能太过焦虑了。”朱顺叶表示，家长认为的孩子“矮小”未必就是医学概念上的“矮小”。从近期门诊情况看，其实真正有身高问题的孩子只占少数。

她指出，孩子到底矮不矮，不能靠主观判断，而需准确测量身高、动态监测，并与正常参考范围进行对比。每个年龄段都有其身高参考标准，因身高受遗传、环境等多方面因素的影响，同年龄、同性别的孩子身高不完全相同，但只要在身高的正常参考范围内即为正常的。矮身材是指儿童的身高低于同性别、同年龄、同种族儿童平均身高两个标准差(-2SD)或低于第3百分位数。家长们可以对照由首都儿科研究所生长发育研究室制定的0-18岁儿童青少年身高体重相关数值表，来判断孩子身高是否达标。

“一般来说，如果观察到孩子每年长高不到5厘米、长期坐在班级第一排、比同龄甚至低龄孩子明显矮半个头、长时间不需要买大的衣服和鞋袜等，就要提高对孩子生长发育的关注了，建议尽快去医院儿童专科咨询。”朱顺叶说。

### 孩子个子矮，有没有可能是“晚长”？

有一部分家长抱有“二十三蹿一蹿”的观念，认为孩子小时候矮点没关系，晚点长个子可能还会长得更高。

“这种认知也是不科学的，我们在门诊也遇到过不少。有的家长认为自己孩子是晚长就没有及时看医生、采取措施，等拖了一段时间再来看，孩子的骨骼已

经闭合了，非常可惜。其实，发现孩子明显矮了就应该及时看医生，如果医生说有90%可能性是晚长，那你再回家等也是心里踏实的。”

朱顺叶介绍，所谓的“晚长”，医学上是指体质性青春期发育延迟，这样的孩子11岁、12岁前身高正常或略偏矮。当其他同龄人进入青春期身高突增时，这部分孩子因青春期延迟而显得身材矮小，而且家族中也常有类似的情况。

如果孩子骨龄落后于实际年龄2岁且生长激素水平正常，则有可能为体质性青春期发育延迟，需继续随访观察。但如果骨龄与年龄相匹配，则提示孩子可能不属于“晚长”。而且考虑到现在社会的经济水平与二三十年前有巨大差距，父母的身高不一定能准确地代表了

遗传水平。如果孩子的身高较同龄人落后较多，应由专业医生作出判断是否属于“晚长”，切不可只是等待。

目前最常用的减重手术方式有腹腔镜胃袖状切除术和腹腔镜Roux-en-Y胃旁路术。谭进富医生介绍，减重手术的术式因人而异，腹腔镜胃袖状切除术是以缩小

胃容积为主的手术方式，适合绝大部分合并代谢综合征的单纯肥胖患者，比如悦悦。而腹腔镜Roux-en-Y胃旁路术则改变胃肠道解剖结构，在同时限制摄入与减少吸收减重效果显著外，还可改善糖代谢及其他代谢指标，尤其适

合合并中度反流性食管炎的肥胖或超级肥胖的患者。

对于青少年减重手术后患者，由于生长发育的需要，术后定期复查并适量补充维生素和微量元素，助力青少年的正常发育。

本版图片/视觉中国(另署名除外)

## 每到升学节点 孩子心理问题高发

羊城晚报记者 林清清 实习记者 梁芷蓓 通讯员 张蓝溪 吴玉洁

暑期孩子们的学业没有那么繁重，家长会趁这个时间段带着孩子就医，解决心理问题。孩子哪个阶段更易出现心理问题？性格内向的孩子是不是更容易出现心理问题？要不要纠正？记者就家长关注的热点问题采访了相关心理专家。

### 抑郁情绪不等 于抑郁症

青少年的心理健康问题一直备受关注。“需要注意的是，有抑郁症状、抑郁情绪，不等于就是抑郁症。”广东省人民医院精神卫生研究所所长、广东省心理健康协会会长贾福军接受记者采访表示，“初步筛查后，还需经专科医生诊断，符合一定的标准，如社会功能受到影、出现学习和工作障碍等，才能确诊为抑郁症。”

### 别打断孩子与 外界接触的过程

“多年前我曾进行一项队列研究发现，大一学生比大四学生更容易出现心理问题。此后我延展研究，发现在初中转高中、小学转初中，甚至幼儿园转小学的时间段，都是更易出现心理问题的节点。国内外也有相关文献佐证了这一点。”广东省心理健康协会秘书长林勇强介绍，这与学习、生活状态发生转变有关。在这些转变节点，孩子要面对全新的环境和人际关系，会带来额外的压力。

林勇强解释，学业压力、家庭因素、人际关系是青少年出现心理问题的三大影响因素。其中人际关系是最易被忽略的重要因素。他建议家长不要因为安全或学习等原因，打断孩子与外界接触的过程。孩子学会建立良好的人际关系，也是他建立社会支撑体系的过程。

### 性格内向≠更 容易出现心理问题

“关键不是朋友的数量，而是关系的质量。”广东省人民医院心身医学科主任谢永标提醒，家长无须强迫内向的孩子去变为外向

的孩子，擅长人际交往的孩子能在与同伴的相处中获得快乐，不善言辞的孩子能在独处时获得愉悦。“比如有的内向孩子在热闹场合待半小时后，要回房间休息一会。但他休息后能恢复精力，能自我调节，不完全拒绝社交，就属于正常范围。”谢永标说。

### 家长也要心理 “减负”

“社会的价值标准应该更多元，有的‘问题’其实并不是真的问题，往往是社会或家长用单一标准去要求孩子。”谢永标建议，家长应该尽量寻找孩子的天赋是什么，身体和心理的局限性是什么，与环境如何匹配，这样让他才能过好一生。

“不过，家长也要心理‘减负’。”谢永标提醒，现在很多人一有问题就归罪于原生家庭，这种观点是片面的。家长不要把孩子所有的问题都揽在自己身上，这种紧张、焦虑也容易传递给孩子。

对于影响青少年心理健康的家庭因素，贾福军提醒，“粗暴式”或“溺爱式”——这两个极端的育儿理念都要改变。“粗暴式”育儿表现在家长永远认为自己说的是对的，不停地干涉、打压孩子的选择；而“溺爱式”育儿则表现为孩子干什么都行，对孩子表达出“我就养你一辈子了”，让孩子丧失努力的动力。

临幊上干預青少年心理障碍时，往往需要家长的参与，因此家长与孩子的良性互动很重要。贾福军提醒：“较轻微的抑郁症可以通过心理治疗来解决，但对于中度以上的抑郁症，则需要规范的用药治疗。即使症状改善了，仍要在专业人士评估下维持治疗。尤其是康复阶段，很多人觉得自己症状好转就自行中断治疗，这样很容易引起复发。复发次数越多，预后就越不良。”

## 四指齐断也能接？

### 广州专家“马拉松”手术挽救断指

羊城晚报记者 薛仁政 实习生 李芷涵 通讯员 南五萱

近日，广州市民周先生居家操作电锯时不慎将左手割伤，食指及中指仅一小部分皮肤相连，拇指及小指掌侧也有横行切割伤口，顿时血流如注。南方医科大学第五附属医院(以下简称“南医五院”)创伤骨科在接诊后，经过12个小时的手术，将周先生的小拇指、食指、中指、无名指四指成功再植。

多，如血压变化、温度刺激、情绪紧张、血管黏膜损伤等。”该院马肃鹏博士介绍，经过药物的解痉、热敷等治疗，险情仍无改观，医疗团队决定再次手术探查。

经过再次手术，对痉挛的血管进行切除并重新吻合，对血管远近端也进行了外膜松解，彻底解除可能诱发挛缩的因素。最终周先生的中指恢复了正常的血液循环，顺利存活。

记者了解到，近日周先生已经出院回家，被切断的四指均顺利存活。

钟华介绍，断指再植的关键在于利用显微外科技术，使血管吻合并维持通畅。由于多指离断伤情复杂，手术时间漫长，长时间高负荷的显微镜下精细操作，对创伤骨科医生是一项巨大的挑战。

### 肢体断离现场 急救要重视

钟华提醒，断肢再植后功能能否恢复，要看断离肢体失去血液循环功能的时间和机体组织损伤的程度及后期康复锻炼的情况。现场急救工作要分秒必争，要将断肢妥善保存，随伤员一起送往医院，争取在最短的时间内让断肢重建血液循环功能。

“以手指离断伤为例，首先在伤口用敷料覆盖，包扎伤口，如果现场没有敷料，可用干净的毛巾、布料替代。”钟华强调，对于大肢体离断时，应第一时间在现场或最近的医疗机构控制出血，保障生命安全。

离断的手指或肢体需要用低温方法妥善保存。用敷料或洁净的毛巾、布料包裹离断的手指，外面再套一层洁净干燥的塑料袋，放入一个小容器内，再将塑料袋放入装有冰块的大容器内冷藏，为再植成功争取机会。

## 脊柱畸形40年，手术后可平视前方

### 专家：如果治疗及时或不需要手术

在儿童和青少年时期，脊柱侧后凸畸形的发病率比较高，达到1.02%，而脊柱侧后凸畸形最常见的表现为剃刀背和高低肩，如果家长发现孩子有这方面的问题，应该及时到医院的脊柱外科就诊，治疗及时的话，常常可以控制疾病发展，不需要手术。治疗不及时的话，只能通过手术来矫正畸形。记者从中山大学孙逸仙纪念医院获悉，该院骨科日前为一位受脊柱畸形困扰40余年的徐女士(化名)进行了手术，徐女士终于可以平视前方。

广州寻求诊治。

### 手术难度大耗时长

“当头晕、下肢麻木等情况出现时，脊柱侧后凸的加重已经压迫到了神经，如不及时诊治，有可能继续加重，后果严重。”接诊的中山大学孙逸仙纪念医院骨科艾福志教授告诉徐女士。

因其病程长达40余年，侧后凸节段多个椎体畸形融合，非常僵硬，畸形融合，手术难度大、耗时长。对此，艾福志教授特别采用“VCR”五级截骨技术，同时采用了O臂导航技术，用高科技的手段准确置钉，顺利解决了由于畸形融合骨正常

结构不清晰而导致置钉困难的挑战，保障了手术的安全和成功。最终，艾福志教授为徐女士顺利实施了“脊柱侧弯矫形+L2椎体截骨+植骨融合钉棒固定术”。

目前，徐女士恢复良好。“终于可以平视前方，感谢医生给我做了一个安全有效的手术。”

### 青少年脊柱侧弯及早治疗无须手术

据了解，脊柱后凸是另一种临幊上常见的脊柱畸形病症。像先天性脊柱畸形、脊柱创伤、结核、强直性脊柱炎等多种疾病可以导致脊柱后凸角度增

大。当后凸畸形大于60°时，畸形会继续加重和导致背部疼痛发生，甚至发生截瘫，一般需要进行矫正治疗。

“许多患者对脊柱畸形的治疗不够重视，往往积小病而成为大疾。徐女士的驼背是由脊柱过度畸形弯曲所致。”艾福志希望大众切不可因为脊柱侧弯症状不严重就忽视或者讳疾忌医。只要重视身体发出疼痛或不适的异常信号，及时就医。正如文首所介绍的，青少年脊柱侧弯若及早治疗，常常可以控制疾病发展，不需要手术。

羊城晚报记者 张华  
通讯员 刘文琴 黄睿  
张建闻

羊城晚报记者 刘欣宇 通讯员 茹晓洲