

孩子为什么长不高？谈谈生长激素激发试验

“医生，我家孩子为什么比同龄人要矮？”、“医生，我家宝宝都到年纪了为什么还没有发育？”……在儿科门诊常常能听见家长们诸如此类的询问，承载了为人父母满满的担忧。

别担心！我院儿科主治医生朱敏每周二上午坐诊。如果发现孩子有矮小、性早熟、性腺发育不良的问题，都可以来找朱敏医生，她可以帮你查找病因，生长激素激发试验就是一项很重要的检查手段，以免错过了最佳治疗时机！

为什么要做生长激素激发试验？说到孩子矮小，很多家长首先想到的就是还没有发育或者营养不良，或是晚长、缺钙、缺维生素等，认为再过两年或补充一点维生素就行了，但孩子生长发育时间是有限的，一旦错过了这个时间段，孩子生长发育的潜力消耗完，那么后期想要再进行干预就已经晚了。在临床上，生长激素缺乏是矮小症最常见的病因，生长激素激发试验就是明确孩子体内是否缺乏生长激素的方法。

生长激素激发试验是指通过相应药物刺激人体大量分泌生长激素的手段，观察孩子体内生长激素的动态变化，从而判断孩子是不是生长激素缺乏性矮小症，而一旦明确为生长激素缺乏导致的矮小症，就可以尽早地使用生长激素替代治疗，达到追赶生长，恢复并保持正常生长速度，达到理想的成人身高的目的。

目前，我院儿科已开展生长激素激发试验的临床诊治，采用的方法为：使用精氨酸静脉用药和可乐定口服用药的两种方式，分两日进行药物刺激，通过0、30、60、90分钟采血并检测血液中生长激素含量及变化，从而判定是否缺乏生长激素。在临床诊疗中，患儿及患儿家长们积极配合，均表示在临床医生的指导下，顺利完成了生长激素激发试验，过程中没有不适反应，先前担忧较多的多次采血的问题也得到了很好的解决，没有过多的痛苦，住院3天出院，等待几日后迅速得到结果，高效解决问题。

最后，提醒家长们，孩子身高的日常检测是非常重要的。正确测量并做好相应的记录，培养良好的饮食习惯，增加运动都利于孩子身高的增加，而一旦发现孩子身高偏离生长曲线，一定要及时就医，明确病因，及早干预，让我们大家一起为孩子的健康成长保驾护航。

文 / 儿科



20日是第34个“全国爱牙日”。今年的主题是“口腔健康 全身健康”，副主题是“护牙健齿少年强 健康中国民族兴”。

一直以来，好多牙口不好的病人都深受口腔疾病的困扰。龋病、牙周病不仅仅是中国人民群众口中的常见病，更是儿童和青少年健康和生长发育最常见的口腔疾病。那么，我们应该如何维护口腔健康呢？

近些年，越来越多的人意识到口

口腔健康 全身健康

腔健康对生活的质量有重大影响，对口腔健康维护也有一定的了解。众所周知，刷牙是最主要的清洁牙齿的方法，但其实好多人不知道正确的刷牙方法。每日应早晚各刷一次，每次不少于3分钟，而且晚上刷牙后不能进食。刷牙要用软毛牙刷，刷牙力度要适中，保证牙齿的每个牙面都能刷到位。一般推荐巴氏刷牙法，如果是儿童，可以使用圆弧刷牙法。

口腔问题，预防比治疗更有意义。就算每天认真刷牙，也不能保证牙齿不出问题。比如，成年后很多人都会有智齿发炎的情况，而且很多

人的智齿都不能完全萌出，这就导致了龋齿和局部感染。龋病和牙周病都是缓慢发生的，早期都是没有明显症状，一般不易察觉，很多患者都是出现疼痛才选择去医院就诊。

很多人觉得年轻的时候牙齿都很健康，年龄大了牙齿才变得不好。其实如果从年轻的时候每年至少进行一次口腔检查，就能及时发现口腔疾病，那么就算年纪大了，依然会有一口令人羡慕的好牙齿。

总之，口腔健康与我们的身体健康息息相关，希望大家能够及早重视口腔健康，远离口腔疾患的困扰。

文 / 宁惠锦

预防流感 呵护健康

随着天气的逐渐降温，早晚温差较大，我们又进入了流行性感冒（流感）的高发季节。流感是由流感病毒引起的一种急性呼吸道传染病，一般分为甲、乙、丙三型，其中甲型可以引起反复流行和大流行。

流感主要由飞沫通过呼吸道直接传播，也可通过接触了被含有流感病毒的唾液、鼻涕、痰液等污染过的手或日常用品被感染，流感病人和隐形感染者为主要传染源。

流感潜伏期通常为1-3天。主要表现为高热，伴有明显的头痛、乏力、全身肌肉酸痛等中毒症状，

而呼吸道症状轻微。（典型的流感起病急，表现为高热，体温可达39-40℃，畏寒寒颤，疲倦乏力，头痛及全身肌肉酸痛。打喷嚏、鼻塞、流鼻涕、嗓子疼、咳嗽等呼吸道症状轻微。少数流感病人可以表现出消化道症状，如恶心、呕吐、食欲不振、腹泻、腹痛等）。流感发生严重并发症和死亡的风险远大于普通感冒。

预防流感的关键是隔离流感病人，切断传播途径，增加人群对流感的免疫力。世界卫生组织明确指出：每年接种流感疫苗是预防流感的最有效措施，可以减少流感相关疾病带来的危害及对医疗资源的占

用。我国目前批准上市的流感疫苗包括三价灭活疫苗、三价减毒活疫苗、四价灭活疫苗这三类，需根据不同年龄段选择不同类型的疫苗接种。

建议优先接种人群

1. 医务人员，包括临床救治人员、公共卫生人员、卫生检疫人员。（医务人员接种流感疫苗既可预防个人因感染流感导致工作效率低下或缺勤影响医疗机构运转，又可有效避免传染流感给同事或患者，保障和维持医疗机构的正常接诊和救治能力。）



2. 大型活动参加人员和保障人员。（全国和地方两会等重大活动，冬奥会等体育赛事人员密度高，容易发生聚集性疫情，建议所有活动的参加人员、保障人员、工作人员等至少提前2周接种流感疫苗，其中活动保障人员，无禁忌症者建议全员接种。）

3. 养老机构、长期护理机构、福利院等人群聚集场所脆弱人群及员工。（对以上人群接种流感疫苗，可降低此类集体场所聚集性疫情发生

的风险，降低老年人群罹患流感后发生严重临床结局的风险。）

4. 重点场所人群：托幼机构、中小学校的教师和学生，监所机构的在押人员及工作人员。

5. 其他流感高风险人群。

- ① 60岁以上居家老年人；
- ② 6-23月龄的婴幼儿；
- ③ 2-5岁儿童；
- ④ 慢性病患者；
- ⑤ 6月龄以下婴儿的家庭成员和看护人员；
- ⑥ 孕妇或准备在流感季节怀孕的女性。

（中国流感疫苗预防接种技术指南2021-2022）中明确建议孕妇或准备在流感季节怀孕的女性接种流感疫苗，孕妇可在妊娠任何阶段接种。国外研究表明，同时接种疫苗对预防孕妇罹患流感及通过胎传抗体保护6月龄以内婴儿的效果明确。

此外，我们还需养成良好的卫生习惯：

1. 保持良好的个人及环境卫生。
2. 勤洗手，使用肥皂或洗手液在流动水下洗手，用一次性擦手纸擦手，不用污浊的毛巾擦拭，双手掩鼻打喷嚏后应立即洗手。
3. 流感患者在家或外出时佩戴口罩，以免传染其他人。
4. 均衡营养，适量运动，充足休息，避免过度劳累。
5. 每天开窗通风数次，每次至少半小时，冬季避免穿堂风，保持室内空气清新。
6. 尽量避免前往人群聚集的场所，不得已前往时，全程佩戴口罩。

文 / 吴巧云