



身材矮小 原因多 須把握治療黃金期

文／兒童遺傳內分泌科 主任 王仲興

隨着營養改善及物質生活良好，國人的平均身高也有逐年向上爬升的趨勢。由於高個子給人的整體印象，甚至在職場的升遷機會，都比身材矮小者來得吃香，天下父母心，以致很多家長為此就醫求助，盼能讓孩子的身高逆轉勝。

父母遺傳對孩子的身高有著重要影響

影響身高的因素有很多，除了營養、運動之外，父母親的身高也占了相當大的比重。一般而言，孩子在2-3歲時會偏移至父母遺傳所給予的身高百分位，之後便沿着該生長曲線逐年成長，這就像俗話說的「龍生龍，鳳生鳳」，身材較高的父母，其子女通常也會「高人一等」。這個遺傳趨勢可由標的身高（父親身高+母親身高）÷2再 \pm 6.5公分（男生加6.5公分，女生減6.5公分）看出端倪。即使如此，同一家庭內相同性別的小孩，其身高差距最多亦可達到16公分之多，可見身材高矮受到相當多的因素影響且是多變的。

體質性生長遲緩兒的身高常後來居上

可是，也有一些小朋友的生長狀況超乎一般的評估與判斷，其中最常見的就是所謂的「體質性生長遲緩」。這些孩子出生時與其他嬰兒無異，但在1-3歲之間，其生長卻呈現了遲緩的現象，隨後再以每年5-7公分的正常生長速度，沿着較低百分位的生長曲線來成長。他們的青春期發育會比同齡者慢，所以當別人都已經停止長高，因其較晚發育，反而後來居上，甚至超越同齡者的身高，頗有「大器晚成」的味道。

另外，體質性生長遲緩兒的「骨齡」（即人類骨頭的成熟度，與身高發展關係密切，尤其受性荷爾蒙影響最大，可由左手的X光攝影檢查來判斷）呈現明顯落後的現象，而其他檢查如甲狀腺素及生長激素皆為正常。

病態性的身材矮小，及早發現有藥可救

許多家長關心的是：「我的小孩是不是病態性的身材矮小？是什麼原因造成的？」其實如果是偏食或其他因素引起的營養不良，其體重所受影響要比身高來得早而明顯，病童會顯得乾乾瘦瘦；若是生長激素或甲狀腺素不足導致的身材矮小，呈現的將是矮胖的體態，骨齡亦有明顯遲緩的現象。幸而，拜現代醫學進步之賜，生長激素或甲狀腺素不足所造成的身材矮小，只要發現得早，均可藉由生長激素注射及口服甲狀腺素的補充，使病童得以正常的長高。

參考生長曲線圖，若發現問題應即就醫

在此，再次提醒各位家長，當發現孩子有下列情況時，務必帶到小兒新陳代謝內分泌科接受詳細檢查，以免錯過治療的黃金時機。這些情況是：

身高位在第3個百分位以下（可由生長曲線圖得知）。

身高發育往下掉落跨過二個主要百分位（例如由第75百分位以上落至第25百分位以下，亦可由生長曲線圖得知）。

2-3歲以後，每年身高成長少於4公分。

