教えてドクター

低身長は何かのサイン？
成長曲線をきっちりつける習慣を！

はぐはぐキッズクリニック
院長　東出崇先生

関西医科大学医学部医学科卒業。大阪市立大学大学院医学研究科修了。PL病院などに勤務後、平成20年開院。大阪市立大学医学部附属病院での診療も継続

学校や幼稚園で身長を測ったら、その数値を曲線にして記録していますか？「成長曲線からは、子どものからだとこころの変化が見て取れる」と話す、はぐはぐキッズクリニック院長・東出崇先生に、低身長について聞きました。

低身長の定義はマイナス2SD以下
標準曲線のカーブから外れるようなら要注意

身長がマイナス2SDよりも低い場合を、医学的に低身長と定義しています。マイナス2SDというのは、同性、同年齢の100人が縦一列に並んだとき、前から2番目か3番目のこと。同年齢の友達に比べて極端に小柄だ―など、気になったら、まずは成長曲線を描いてください。

6歳までは、母子手帳でみてもかまいません が、母子手帳の曲線は、一番下のラインがマイナス1・9SDに当たります。なお、インターネットではデータを入力すれば、自動的にグラフにして伸びているなら大丈夫。でも、そのカーブが横になっていたら、伸びない原因が何か起こっていることも考えられます。

記入するときには、何歳何カ月かを間違わないようにすることと、1年前、2年前の数値を線で結んで伸び方のカーブを見ていくことも大事です。標準のラインに沿って、お子さんの成長を見守ってあげてください。

なるべく同じ場所、同じ時間帯で、1年に1度は身長を測りましょう。そして、成長曲線をつけて、お子さんの成長を見守ってあげてください。

成長曲線から分かる低身長の原因はさまざま
ホルモンや染色体に異常はないか調べることも大事

伸び方のカーブが気になったら、発育発達を診ることができる小児科に相談をしてください。専門医は、成長曲線を見るだけでおおよそのことが分かりますが、さらに血液検査、骨の成熟度を確かめるために左手のレントゲン写真を撮るなどして、背が伸びない原因となる病気がないかを調べます。ただし、親も小柄だと、体質的に子どもも背が低いということもあります。

3歳くらいまでの成長は、栄養が大きく関係しています。思春期までは成長ホルモンが、そして思春期が始まると性ホルモンが影響します。成長ホルモンの分泌が足りない場合、3歳ごろから低身長が目立ってきます と、一時的に成長が止まることもあります。

甲状腺ホルモンの異常や、脳腫瘍などのために成長ホルモンの分泌が妨げられると、途中から急に伸びなくなります（左図②の場合）。女子で極端に小柄な場合は、染色体の異常も疑われます（ターナー症候群）。精神的なストレスを受けます。

逆に、まだ小学生になる前なのに、ぐんぐん背が伸びだすのも要注意。大人になったとき、結果的に背が低くなってしまうことがあります（左図④の場合）。

このように、成長曲線から様々なことがわかります。

不足している成長ホルモンを補う治療法もあります
しかし、まずは規則正しい生活とたっぷりの愛情を

伸びが悪い原因が分かれば、それに応じた対応を行います。

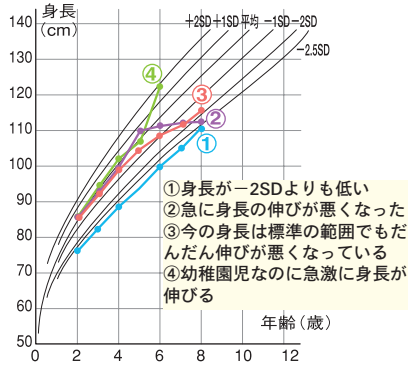
例えば、成長ホルモンの分泌不全で背が伸びない場合には、成長ホルモンを夜寝る前に自己注射します。注射といっても針も細いし、全自動で注射できるものも発売されています。昔から、寝る子は育つと言われてきたように、成長ホルモンは夜ぐっすり眠っている間にたくさん出るもの。のびのびとこころの成長を育んでいってください。そして、しい生活と、たっぷりの愛情が必要です。お子さんとコミュニケーションしょう。

また、小さいお子さんの場合、おうちの方が注射してあげることの方が多いようです。もちろんそのほかの病気が見つかれば、その治療を真っ先に行います。

健康的な成長のためには、早寝早起き、規則正

をとりながら、からだと

成長曲線を描いてみよう！
こんな場合は小児科に相談して



2008年9月27日付　「リビング吹田・箕面」に掲載されました