

沧州中西医结合医院对3万多名中小学生的体检表明,孩子们的平均身高较前几年有所增长,但也出现了高矮差距较大的情况——

高个子·矮个子

本报记者 吴艳 李小贤 本报通讯员 高娜



对中小學生进行健康体检

校服发愁:14岁的儿子今年上八年级,身高190厘米,因为腿长,穿着190码的裤子像穿九分裤一样露着脚踝。

为了让儿子穿上合适的裤子,郑亚芳还曾经在淘宝上买过两条定制的特体校服裤。但是收到之后才发现,网上买的衣服和儿子的校服不太一样,存在色差。

“老师,咱们的校服只有加肥号码吗?能不能向厂家反映一下,订制两条瘦版加长码的裤子呢?”郑亚芳有点无奈地询问老师。

同龄人身高差距竟达55厘米

根据国家卫健委发布的《儿童青少年发育水平的综合评价》,青少年的身高是衡量体质健康重要的指标之一。

近年来,随着社会经济发展和生活水平的提高,我国青少年的身高有了普遍增长。据沧州中西医结合医院体检中心主任侯英荣介绍,从统计数据可以看出,受检群体的身高水平总体呈上升趋势,中等及以上水平人数比例约占八成。也就是说,近八成中小学生的身高达到中等及以上水平,两成的学生身高偏矮。

根据这份统计数据,男生身高普遍高于女生。不过在4年级至6年级学生中,男女生身高差距很小。到了初中,男生身高明显高于女生,差距越来越大。

据侯英荣分析,女生在9岁时,先于男生进入第二次生长发育期,开始加速生长,10岁时身高平均水平超过男生。男生在11岁时进入第二次生长发育期,开始加速生长,12岁时身高平均水平赶上并超过女生,男女生身高差异逐渐加大。

“影响身高发育的因素包括遗传、睡眠、运动、疾病、情绪和营养等。”侯英荣告诉记者,虽然孩子的身高与遗传有关,但环境因素造成孩子身材矮小的问题也不容忽视。

夜间深睡眠时,生长激素分泌达到高峰。一般来说,孩子在深睡眠后,生长激素分泌量逐渐增加,晚上10点到凌晨两点左右呈现高值,早晨5点以后开始逐渐下降。

此外,孩子的青春前期后,是身高增长比较快速的时期,所以当孩子出现胃口大增,衣服鞋子更新比较快,有的孩子甚至晚上睡觉喊腿疼的现象,父母一定要引起高度重视,及时了解孩子身体发出的信号,重点从丰富饮食、规律运动以及愉悦心情三方面入手,帮助孩子争取宝贵的“身高额度”,让孩子收获更多自信。

(照片由沧州中西医结合医院体检中心提供)

“我家孩子身高118厘米,本想订125码的校服,后来看班上其他同学最小号订的是130,我也订了个130,会不会太大呀?”“我儿子又高又壮,我给订了160码的。”两位一年级学生家长等待接孩子时,聊起了订校服的尺码。说完后,两位家长互视了一眼,这才反应过来:同在一个班级,穿衣服竟然能差出好几个尺码,难道同龄孩子的身高差距那么大吗?

沧州中西医结合医院体检中心日前对运河区3万余名中小學生进行了健康体检。

在这份统计数据中,记者发现,6岁组中,最矮的同学110厘米,最高的同学136厘米,身高差距为26厘米;11岁组中,最矮的同学137厘米,最高的同学174厘米,身高差距为37厘米;14岁组中,最矮的同学138厘米,最高的同学193厘米,身高差距达55厘米。

高矮差距拉大

每当学生放学的时候,接孩子的家长们都会看到整齐的队伍中,学生们的身高参差不齐,尤其是中小学阶段。

“现在小学生的身高较前几年有所增长,但也出现了高矮差距较大的情况。”沧州市育红小学德育副校长朱洪英表示,去年,学校的学生进行了体检,其中包括测量身高和体重。以六年级为例,有的男生身高已经达到175厘米,而有的男生身高不到150厘米,差了近30厘米。

沧州市迎宾路小学教学副校长张建培告诉记者,每到新学期开学时,孩子们都会和她比个头。看着孩子们蹿个,她心里可高兴了。有一个女生六年级毕业时,身高达到了176厘米,比她高出了一头多。和个子高的孩子们说话,她都得仰着头。

六年级学生耿炳浩身高170厘米,他有一个同龄的好朋友个子比较矮,身高只有140厘米。俩人出去玩时耿炳浩喜欢一只手搭在好朋友的肩膀上。

一次,在小区里,一位熟悉的邻居和耿炳浩打招呼:“这是你表弟呀?上二年级了吧?”一听这话,耿炳浩和朋友笑成一团。止住笑后,耿炳浩郑重地解释:“这是我同学。”

看到邻居愕然的表情,两人刚刚止住的笑又开始了。

孩子们对身高的差距可能只是觉得有趣,但在家长看来,可就是忧虑和烦恼了。尤其是个子比较矮的学生的家长,心里就会五味杂陈,虽说学生身高有先长有后长,但是总担心孩子以后的身高会受影响。

孩子“小个子”家长忧虑多

佳佳是一名一年级的学生。可是,很多人却认为他还在上幼儿园。

他个子比同龄孩子矮。每次,佳佳的妈妈张倩倩去接他,看到佳佳都是站在班级队伍的前几名,在他后面,有的同学要高出他近一头。

前几天,佳佳要订做夏季的校服,厂家到学校内为他们量体,给出了合适的尺码。

佳佳的班主任将每个孩子的校服建议尺码告诉了家长。佳佳所需要的校服尺码是班里最小的,而有的同学的尺码已经比佳佳的大出了5个尺码。这又引发了张倩倩的忧虑。

面对佳佳个子矮的问题,很多人劝张倩倩别太着急:孩子们有的长得早,有的长得晚,佳佳以后会长高的。可张倩倩却不认同这个说法。张倩倩夫妇二人在人群中属于个子比较矮的,正是因为这样的基因,他们才担心佳佳长不高。

张倩倩曾给孩子补钙,让孩子增加体育锻炼。可是佳佳的身高增长速度还是比同龄孩子要慢一些。

同张倩倩一样为孩子身高焦虑的还有市民李岩岩。李岩岩的儿子今年上七年级,也是班里的小个子。

看着别的孩子像雨后春笋

一样蹿个,自家孩子却不怎么长,李岩岩格外着急。

李岩岩告诉记者,孩子小时候,当同龄孩子坐车、去景点需要买票时,她家孩子因为个子矮,仍享受着这些免费“福利”。她期盼着孩子赶快长个,哪怕多花些钱,她也是乐意的。

孩子“个子高”家长也烦恼

不光矮个学生的家长忧虑多,高个学生的家长也有不少烦恼。

市民郑亚芳身高168厘米,爱人身高181厘米,儿子从小就个子很高。

每次郑亚芳说起儿子长得太高时,朋友或同事都会说她是“凡尔赛”。

但郑亚芳却觉得因为儿子的身高产生的烦恼一直伴随着她:儿子3岁时,她带儿子上女厕所,就曾被别人指指点点,这大大男孩还上女厕所;4岁去游乐场玩就要买票,而同行的6岁表哥还可以享受免票优惠……

儿子上小学时,大大的教室,课桌从讲台一直排到了后门。而无论怎样调桌,郑亚芳的儿子都被安排到最后一排。

郑亚芳也曾找过老师,能不能给调桌,老师说:你家这么高的个,坐到前面挡人啊!

整个小学阶段,郑亚芳的儿子一直坐在最后一排。

三年级时,身高155厘米的儿子说什么也不愿去接送站

了。原因是接送站的床只有1.5米,他躺在上面伸不开腿。

六年级时,儿子身高已经达到175厘米,郑亚芳看他时都需要微微抬眼了。

虽然身高175厘米,但毕竟是个12岁的孩子,儿子的衣服特别难买。买童装,没有那么大号;买成人装,样子不对劲,够长的裤子都肥,还要专门去改裤腰。

“腰疼”

有一天放学回家,儿子对郑亚芳说:“最近,总是腰疼。”

郑亚芳也没当回事,以为儿子体育课上抻着了,过两天自然就好了。

可是几天后,儿子的腰疼不仅没有减轻,反而还加重了。郑亚芳带儿子到医院就诊,医生的诊断是:长期姿势不良造成的轻度脊柱侧弯。

长期姿势不良?郑亚芳经过仔细询问儿子,才知道,学校的课桌比较矮,儿子书写时一直是弯腰状态。

郑亚芳只能找老师询问能否换张高一点的桌子,老师的答复仍然让她很烦恼:你儿子用的桌子已经比别人的高了,没有再高的桌子了。

升入初中后,班级很多孩子身高一下子蹿上来了。但儿子依然是其中的佼佼者,仍旧坐在最后一排。

最近,郑亚芳又为儿子的