

# 警惕孩子青春期发育延迟及早就医 避免影响婚育

相比于性早熟，青春期发育延迟似乎不那么常见，实际不然。若男孩、女孩到了正常的青春期发育年龄仍无性发育的现象，就是疾病的表现，称为青春期发育延迟。其中，青春期发育延迟更易发生在男孩身上，男女比例为 5:1。专家表示，发育延迟若早干预，可减少日后因身体状况出现的婚育难题。

男 14 岁、女 13 岁后无青春期表现为发育延迟

专家告诉记者，青春发育期是从儿童过渡到性成熟的一个重要时期，最终获得生殖能力，是儿童发育的最后阶段，也是身高增长的第二个高峰期。以性器官和第二性征的迅速发育及体格发育的加速为其主要特征，并伴有心理和行为诸方面的相应变化。

“现在大城市里年轻人婚育年龄偏晚，高龄产妇不少，她们除了易有早产等问题外，随着年龄的增加，胎儿出现染色体异常的几率也增加。”专家表示，胎儿染色体异常可影响性腺发育，不但可能导致孩子日后性征发育，还可出现青春期发育延迟。有数据显示，青春期延迟的发生率约 5%。有专家认为，这甚至比性

早熟的发生率更高。

对正常男孩来说，一般 11、12 岁青春启动，表现为身高骤长、出现第二性征（阴毛、腋毛、喉结出现，阴茎、阴囊增大）。一般来说，男孩年龄超过 14 岁、女孩超过 13 岁，无任何青春期表现者为青春延迟。而衡量孩子是不是青春延迟，一般要结合身高和第二性征。就男孩来说，要综合考量生殖器有无发育、有无色素沉着，阴茎、睾丸有无增大，骨龄是否合乎标准等。正常人从第二性征出现到具有成人性特征一般需 4~5 年，如青春启动到生殖器发育完善超过 5 年，或停止发育 2 年，也是青春延迟。

体质差或睾丸、垂体功能差均可致发育延迟

专家指出，发育延迟分体质性和器质性两类。体质性发育延迟最常见，多因营养差、小时多病、下丘脑启动慢等原因导致，一般有家族性，无器质性病变。而器质性发育延迟又可分为两种类型，一种是睾丸性的，是睾丸功能不好导致的，如克氏综合征；另一种是垂体-下丘脑性的，因促性激素分泌不足，如 kallmann 综合征。体质性的发育延迟一般可治疗缓解，它和器质性的发育延迟可通过促性激素检测、垂体检查来分辨，

难鉴定的可做基因检测。

尽管原因各不相同，但其临床表现的共同特点是：青春期发育延迟或不发育，体格检查显示外生殖器幼稚，处于青春期发育前的阶段；阴毛、腋毛生长不明显；睾丸体积多小于 4ml，声音仍为童音；由于面貌幼稚，家长、老师和同学常把患者当小孩对待，损害了患者的自尊心，甚至出现自卑心理，不愿参加集体活动，从而影响成人后的人际关系处理能力。

尽早发现、尽早干预或避免日后婚育问题

“大多数病人年轻时不知道有发育延迟的问题，到了生育年龄无法过性生活、无法生育时才求助于医生。”专家表示，发育延迟的治疗，可根据年龄考量。如年龄小，可继续观察，每半年随诊 1 次，观察第二性征，外生殖器发育情况。LH、FSH、性激素水平，骨龄、身高，第二性征等。有些病人在若干月后可自动启动青春期发育。如果孩子骨龄明显落后，家长及患者本人思想压力大，不管诊断是否明确，可先用小剂量的性激

素治疗，促进第二性征发育和骨龄缓慢向前进展，此对身材明显矮小者尤为重要。

常见的睾丸性发育延迟克氏综合征部分可治疗改善，生殖器未发育、希望能生育的可通过补充激素促进发育，或通过显微取精进行人工助孕手段达到生育的目的；常见的垂体-下丘脑性发育延迟 kallmann 综合征大部分可治疗，三四成患者经系统治疗后可生育孩子。

（梁瑜）



## 冬季养胎 孕妇饮食有四忌



冬季来了，准妈妈们挺着大肚子，吃什么、该怎么吃必须得讲究！妇产科专家表示，冬季很多应季食品，并不适合孕妇吃，孕妈们饮食有四忌：

### 一、忌火锅

火锅可谓是冬季的必备品，但是建议准妈妈们最好不要吃火锅，特别是肉类火锅。“因为吃火锅的时候，为了确保肉质的鲜嫩，都喜欢把各种鲜嫩的肉片火锅中，稍微烫一烫就食用，但是这样并不能杀死肉内携带的寄生虫。”专家表示，孕妇食用不熟的肉可能会感染弓形虫，弓形虫可导致胎儿畸形。

### 二、忌水煮食物

像麻辣烫、水煮鱼一类的水煮食物，虽然味道鲜美，但是由于比较辣，食用后容易上火，导致便秘。长期便秘会导致孕妇腹痛、腹胀，而且还会导致肠道毒素堆积，可能还会引发肠源性内毒素血症，对准妈妈的身体造成极严重的后果。所以，孕妈们最好不要多吃水煮食物，若出现便秘的情况，不能胡乱服用泻药，需及时到医院检查，采取有效的手段进

行治疗。

### 三、忌生冷食物

冬季的一些特色食物，例如冻梨、冻柿子等，准妈妈们都要避免食用。生冷的食物进入肠道，由于温差较大，可能导致血管痉挛，从而引起腹痛、腹泻甚至诱发流产、早产。

不仅准妈妈们对生冷的食物很敏感，胎儿也是。当孕妇进食生冷食物的时候，子宫内的胎儿会变得躁动不安，胎动会变得频繁。

### 四、少吃上火补品

人参、桂圆千万不能多吃，其并不适合每个人，尤其孕妇不适合进食过多的性温、大热的食物，否则容易“火上加油”，严重的甚至还会出现见红、腹痛等先兆流产和早产症状。

另外，很多准妈妈也喜欢每天喝很多豆浆，认为豆浆对身体有益，可如果过量摄取，会加重肝肾负担，还易造成肥胖，反而对身体不利。

（梁瑜）