

小曲線，大學問！

從兒童生長曲線 看生長發育問題的中醫療法

◎高雄長庚中醫婦兒科主治醫師 吳蓓禹

封面故事

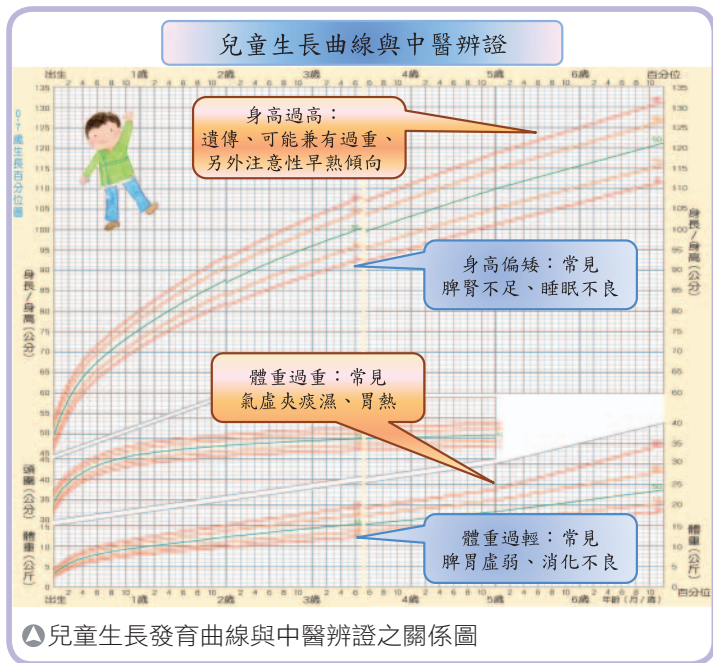


專長 | 生長發育與體質調整、
兒童急重症照護、
婦兒一般疾病

小軒是 32 週出生的早產兒，體重只有 820 公克。保溫箱住了 2 個多月後，小軒終於可以靠自己吸吮奶水，成長到 2000 公克出院。不過回家才是惡夢的開始，小軒就像是金頂電池，不想睡覺又睡不安穩，也不愛喝奶。這樣的狀況到了矯正年齡 6 個月大時，體重只有 5.2 公斤（小於第 3 百分位），總奶量每天至多只有 500~600 毫升！身心俱疲的媽媽帶來求診。初訪身形瘦小，活動力超好難掌控，已經有

往前爬的動作，對周遭非常好奇卻無法集中注意力。這樣的孩子消耗能量多，卻吃少睡少，因此影響發育。若體重過輕的狀況持續，也會影響到身高的成長。由於矯正年齡已滿 6 個月，建議可以開始嘗試各種副食品，培養對各種食物的興趣及口腔訓練。中藥的部分則從穩定睡眠、及調理腸胃幫助消化，並且運用香甜的中藥來「開脾」。生活作息上則可以多安排各種類型的活動，增加不同的感官刺激。在這樣調整之下，奶量上升到每日 800ml，再加上副食品，2 個月後體重也增加至 6.4 公斤。

小雨是個剛滿 4 歲的小女孩，因為進食問題前來中醫兒科門診。小雨的精神活動力都良好，有禮貌又乖巧，靜靜的量完身高體重後坐在診療椅上。身高是 99 公分，生長曲線位於 10~25 百分位，體重是 13.2 公斤生長曲線位於 3~10 百分位。奶奶就一連串的說小雨吃飯要餵很久，各種飯、麵、配菜都是吃一兩口就不吃，想盡辦法煮各種



口味、軟硬度仍然一樣不太吃，連小孩都愛的零食、餅乾、糖果都不吃。再細問後發現奶奶擔心孫女營養不夠，只好再讓她喝牛奶，一天會喝 2~4 次。小雨多數時候都是跟奶奶待在家中，喜歡畫畫和看故事書，很少去外面玩，缺乏與一般孩子的互動。因此給予的建議是先調整生活模式，鼓勵奶奶每天都帶小雨去公園草地進行大肢體的活動，例如玩球、飛盤、攀爬遊戲等，消耗體力才想吃東西，累了才會想睡。另外，也應逐漸戒掉用奶瓶喝牛奶，改成用杯子一天喝 1~2 次即可。這個年紀的孩子需要各種營養均衡的固體食物，不但有訓練咀嚼的作用，也對語言發展有幫助。也可考慮讓小雨去上幼兒園，這些進食問題可能都可以迎刃而解。我們告訴奶奶，重點還是在於生活模式調整，至於調整腸胃的中藥可以備而不用。

國小二年級的莉莉（8 歲 5 個月），從小就是個食慾很好的孩子，上了小學後更是胃口大開，每天的營養午餐都要吃 2 碗飯以上，食量是同學的兩倍，結果收到學校體重過重的通知單。有天媽媽發現她胸部已有微微隆起且有輕微壓痛，於是趕緊帶來兒童內分泌科就診。檢查後發現骨齡是 8 歲 10 個月仍在正常範圍，小兒科醫師則說胸部可能是脂肪較多，囑咐家長可以先觀察，

6 個月後再追蹤。莉莉來到中醫門診時，身高體重分別是 129cm（15~50 百分位）和 30kg（50~85 百分位）。骨齡雖正常，但這類胖嘟嘟的小女孩常發育迅速，可能一眨眼骨齡就會超前許多，這個階段體重的控制非常重要。我們會仔細向家長衛教體重和發育快速密切相關，注意飲食、運動和提早 10 點入睡，同時另外配合中藥協助控制食欲和體重。經過數次門診的用藥和反覆衛教，半年後的體重和骨齡已控制，身高長了 3cm，胸部已不痛。

綜上所述，每個年齡階段的孩子都有不同的特點，要針對個別孩子的生長發育，需要仔細的評估相關的生活作息、進食狀況及內容、活動量等等，給予適合的生活建議與遵循辯證治療的中藥，並不是單純的服藥調理就可以解決的呢！