

暑期，别耽误长高黄金期

孩子一辈子的身高问题 178cm并非高不可攀！

前言：在有些家长因为孩子身材矮小焦急万分，有时候恨不得生拉硬拽也想让孩子多长几公分。面对家长的急噪、盲目，面对家长的漫不经心，骨骼营养专业人士指出：了解长高，科学长高，1.78米并非高不可攀！但是，一旦错过自然长高的机会，哪怕让孩子长到1.68米都是个大难题！

凡对科学长高有所了解的家长都知道，孩子能否长高必须先检测骨骼发育状况与生长情况，然后再由骨骼生长专家根据面的骨骼生长数据，进行科学评估与分析，通过年龄与骨骼的对比，判断孩子是否还能通过科学的助长方案多长5-10厘米。

同时，骨骼生长专家也特别指出：并非所有的人都存在着再次长高的机会。自矮身材材料所成立以来，也曾接见过不少丧失最后长高机会的朋友。因为他们的年龄偏大，骨骺线已经完全闭合，要想长高只能做断骨长高手术。专家表示：只要孩子还存在着长高的机会，那么拥有一个理想的身高是完全有可能的。

如何寻找孩子隐藏的10厘米身高？

为什么孩子长得比别的同学慢？我们夫妻个子都不矮，孩子怎么就不长高？……越来越多的家长被孩子在生长发育过程中所面临各种问题困扰着，但常常苦于不知如何解决。因此，建立科学抚养知识体系，了解身高发育规律是家长最必要也是最紧迫的事情。

孩子身高增长3个黄金阶段

专家指出，骨骼“成长板”是长高的核心部位，孩子的成长板一旦关闭，就意味着长高终止。但是在长高的关键时期接受科学系统地长高指导，就有可能比自然生长的孩子高出数厘米，这对于孩子的最终身高是非常可观的。如：一个男孩的遗传身高是1.70米，后天抚养的好就有可能达到1.78米；反之可能只有1.62米左右的身高。

但是，女孩初潮、男孩变声停止长高后，家长发现孩子太矮才重视起来，这时往往已为时已晚。就像一棵植物已经开花结果，快成熟了，还要施肥让它长高，这是不可能的。因此，根据不同生长发育时期的规律，对孩子身高分阶段进行科学地干预，才是家长正确的选择：

阶段一：发育前(3-10岁)“二控+养+调”：严控早发育和发育不良，一有发育异常，立即到正规的

专业机构进行检测干预。此时，父母要给孩子养成良好的生活习惯以及生活规律。如饮食有度，不挑食、偏食；合理运动、保证足够的睡眠等，为青春期身高突增打下良好基础。

阶段二：发育中(10-14岁)“调+追+促”：补充综合性骨骼营养素，实现追赶性生长，促进生长因子的分泌。加速骨细胞分裂，延长孩子的身高突增期，持续保持良好的长势和增幅。

阶段三：发育后(14-18岁)“追+促+拖”：追赶性生长，促进生长因子的分泌。加速骨细胞分裂，延缓成长板闭合时间，让孩子再多长几公分。

影响孩子身高的因素

身高发育除了受发育阶段的影响外，还存在明显的个体差异。即使是同性别的孩子，生长发育状况也不尽相同。因此专家建议：孩子出现以下情况，应立即到专业机构进行骨龄检测，了解孩子的生长发育现状，抓住长高的黄金阶段，早发现，早干预！

- ★受遗传疾病影响，身高年均涨幅不足5厘米；
- ★女11岁，男13岁前出现第二性征；
- ★8-14岁长高“突增期”没有



- 明显蹿个；
- ★营养不良，厌食偏食、体质差、个子矮小；
- ★青春期缓长或停长；
- ★体重超过正常标准20%的孩子。

以往医院骨龄测试的主要目的是通过评价骨发育水平，来确定孩子是否病理性矮小，而对于大部分正常范围内偏矮的孩子来说，如何获得优势成长，才是更让父母关心的问题。新一代骨龄测试，目的是为了挖掘孩子的生长潜力，让孩

子长的更好，这与医院治疗目的是不同的。

新一代骨龄需要结合生长板厚度进行形态分析，并持续不断的对孩子不同时间的生长变化并进行监控，在问题刚出现时，积极干预预防，保证孩子不偏离正常的生长轨道。矮身材材料所最近在这一领域取得了巨大的突破，采用生物技术，表达出小分子多肽类生长关键物质，成功克服了以往该物质口服不能吸收的难题，且能提升自身生长关键物质的分泌量。

忠告：别让孩子停长在13、15岁！

市民拨打矮身材材料所电话：4000235677，暑假我省青少年可免费测骨龄



快满15岁了，身高才1米55，而且现在长得很慢，这个身高以后咋个办哟！”昨日，笔者从矮身材材料所了解到，该材料所对我市160名6-17.5岁的孩子进行骨龄检测，小于实际年龄1岁以上的占11.5%，近半孩子骨龄提前早熟。徐所长指出：9-13(女)11-15(男)岁是身高发育关键期，不少孩子吃亏就吃在一个“等”

项目取得实质性突破，矮身材材料所所长徐永剑介绍，骨龄它可以精确的反映骨骼的生长空间和所处的生长阶段。利用行业标准(CHN法)可以准确鉴定，明确孩子的成长潜力、成长周期的长短；知道孩子发育不良问题出在哪里！资深的专家通过骨龄检测为孩子实际发育情况制定科学个性成长方案。与此同时，用于控制早发育的产品也研制成功，可延缓骨龄成熟，确保青少年有足够的生长时间。专家提醒：长高需要和时间赛跑，任凭孩子自然生长已无法实现理想的身高，如果不及早寻求帮助，错过了孩子成长的最佳时机。警惕：因为骨骼一旦闭合，孩子很难再长高了。

32%的孩子的骨骺线提前闭合。经过总结发现，有六类青少年的骨骺线更容易提早闭合，他们是：

- 父母、家人身材相对矮小的
- 还没有发育就明显矮于同龄人的
- 有早发育迹象或已经早发育的
- 在青春期蹿高不明显的
- 发育后不久就开始缓长、停长的
- 连续两年年长幅明显比同龄孩子小的

矮身材材料所徐所长解释，以上青少年朋友并非没有再长高的机会，只要经过全面科学的骨骼检测，借助个性化助长方案完全可以延缓骨骺线闭合时间，拖延“骨龄”继续增大，从而达到理想身高。由于他们的长高机会更是迫在眉睫，家长们更抓住孩子一闪即逝的长高机会！

现象：别让孩子停长在13、15岁！“我女儿有13岁可身高才1米49，在1年时间里不增长半毫米！搞不清楚是咋回事！”“儿子

字上，后悔没有及早测骨龄发现问题及时调整，因矮小而遗憾一生。**提醒：测骨龄找矮身材材料所**“骨龄与身高助长”重大课题

长高时机有限，一旦骨骺线完全闭合，长高机会失不再来！令人痛心的是，矮身材材料所对来访者骨龄检测后，有近

相关链接 专家：孩子科学长高6大忠告

【点评】矮身材材料所徐永剑所长10多年来倡导科学成长，必须科学平衡间进行，6个忠告值得中国父母借鉴。

第一，不要从小给孩子服用党参、花旗参、北芪、蜂胶、花粉、蜂王浆、鸡胚、蚕蛹、牛初乳等营养补品。不要使用成人化妆品。

第二，有慢性疾病的孩子用药必须在医生指导下科学治疗。

第三，胃口不好，挑食、偏食引起的发育迟缓家长一定要别不当回事。

第四，家长别有传统观念总认为孩子“早不长晚长”。千万别错过孩子黄金青春期9-13岁(女)11-15岁(男)

第五，孩子一时没长高，家长别自行盲目自行用药治疗，生长激素更别随意用。找准原因，科学最关键。

第六，别等孩子个矮了才想起骨龄检测。家长在8岁(女)10岁(男)时，若出现生理发育进展过快或身高生长缓慢等情况，应及时检测骨龄，通过生活指导、药物干预等手段。

父母误区，孩子身高的障碍

1、晚长观念：孩子比同龄人矮了许多，还抱着“等等看”的念头，结果痛失长高机会，想帮时已来不及了。

2、遗传决定论：现代医学证明，遗传只决定孩子成人年身高的70%左右，后天帮助决定8-17厘米的差距中。

3、助长无用论：家长武断否定科学对长高的作用，不了解长高生命原理，等发现旁边有了成功的事例时，自己的孩子已定型，没办法再长了。

专家：长高需要和时间赛跑！

1、孩子单凭自然生长已经无法实现高身材的梦想，如果不及早寻求帮助，错过了孩子长高的最佳时机，孩子的身高将成为一辈子的遗憾！

2、骨龄偏大一岁，就早停长一年，身高就少长3-5厘米。

3、延缓骨龄闭合时间1年，就能比别的孩子多长1年，身高多长3-5厘米。多长2年，就能多长6-10厘米。

京沪渝专家组来合肥帮孩子检骨龄

主办方提示：矮身材材料所徐永剑所长与孙副所长带领的京沪渝专家组，8月10日到8月20日，将在合肥市淮河路266号香港

广场17楼(市府广场旁)现场重点帮扶7-19岁个矮小孩进行CHN检测骨龄，针对孩子个矮、早发育等令人堪忧的问题，免费制定科学成

长方案，全面促进骨骼生长。网址：www.zwwl.org.cn，在线报名：1061593209。家长可联系矮身材材料所热线：0551-7191987，7191986

报名咨询检测。报名前100名测骨龄者可免骨龄拍片费。(提醒：骨龄检测请认准矮身材材料所)