

低身長について

子どもの成長は50cmぐらいで生まれ、1歳で約75cm、4歳で約100cmになります。幼児になると年間5～6cm伸び、女の子が10歳、男の子が11歳頃に思春期が訪れ男子が平均136cm、女子が131cmほどに達します。思春期に入るとスパークがかかり、日本人の最終身長平均は男性170cm、女性158cmぐらいです。

身長に関わる因子として遺伝的な素因はありますが、胎内での環境、乳児期での栄養、幼児から思春期は様々なホルモンが関わってきます。身長が伸びる時期は限られています。思春期が始まり、骨が成熟するとそれ以上は伸びません。医学的には身長が同姓、同年齢のお子さんと比較して平均値から-2SD(標準偏差の2倍)離れている場合と1年間の身長の増加が少ない場合を低身長と言います(1年間の身長

の伸びが4cm満たない場合は要注意です)。低身長の原因はいろいろありますがホルモンが関わる場合(成長ホルモン、甲状腺ホルモン、性ホルモン)、栄養が関係する場合(ネグレクトや摂食障害)、精神的な問題(虐待、PTSDなど)、遺伝的な場合、いろいろあります。

治療は早期に必要な場合と経過観察でいい場合があります。低身長の治療は骨の成熟しきらない思春期までに行わないといけません。可能な時期は限られていますのでご心配な方はお気軽に小児科医師にご相談ください。その時は母子手帳、保育園、幼稚園、学校の成長記録をご持参ください。

みやがわ小児科医院
院 師 宮 河 真 一 郎