40岁“小矮人”的心愿：长过 1.40 米就算成功

家长请注意，孩子出现性早熟就应警惕矮小症

十几名来自全国各地的“小矮人”，因为个子矮小，他们的人生经历了比普通人更多的艰辛和苦楚，为了实现长高的梦想，他们自力更生，四处打工筹集治疗费用。昨天，江苏省中医院儿科举办的“远离矮小 轻松成长夏令营”上，这些“小”患者们用自己的实际经验告诉同伴，个头矮小并不妨碍他们对生活的追求。

40岁的潘乾：骨龄只有 15 岁

潘乾已经 40 岁了，可是说话还带着童音。潘乾目前在淮安金湖县一家企业做文员，写的文章在很多报纸上发表过，他还会武术，一招一式有模有样。在他的圈子里，朋友们都称他为潘哥。可是潘乾的身高只有 1.36 米，而这还是治疗后的身高。为了长个，这么多年来，潘乾四处打工筹集医疗费。

13 岁的时候，他就感觉自己个子要比其他同学矮，从此他踏上了漫漫的求医路，从上海到南京，几十年，家里的积蓄被花光了。到了 20 多岁，潘乾的身高还是没有大的突破，维持在 1.30 米左右，家里人实在没有钱给他治病了，只有让他放弃。

可是潘乾内心，却一直没有放弃长高的梦想，没有钱，他就四处打工，自学文学，给各大报社投稿。去年，他来到江苏省中医院，医生告诉他，虽然他年龄已经 40 岁了，但他的骨龄还停留在 15 岁，没有完全闭合。服用生长激素完全有再长高的可能，这也让潘乾看到了长高的希望。他告诉记者，他的目标是超过 1.40 米，只要能长高，什么苦他都能吃。

20 岁的小梅：打工赚钱帮自己长高

小梅，白白的皮肤，细长的眼睛，很文静的一个女孩。可是，20 岁的她却不能像其他女孩一样念大学，挥洒青春的活力。为了筹集矮小症的治疗费用，她远赴北京打工。

小梅告诉记者，以前她只有 1.15 米，看起来和幼儿园小朋友差不多，刚开始，父母还以为她是“晚长类型”，一直没有当回事，直到 16 岁，父母才意识到问题的严重性，到医院一检查发现其生长激素严重缺乏。小梅说，“我曾经和大多数个子矮的朋友们一样，为工作伤心过很多次，也碰到过很多次尴尬的场面，但是最后还是坚持了下来。”

为了看病，从 18 岁开始，小梅就到北京打工，做一名电脑打字员，平时省吃俭用，两年攒了两万多元钱，全部用来打针服用生长激素。小梅的努力也获得了回报，她目前的个子已经达到 1.37 米。

小梅告诉记者：“我其实还是很介意个头的问题，医生说再经过治疗，我还会再长高些，到那个时候我肯定会和普通的女孩一样，过上正常的生活。”

医生：孩子性早熟应警惕矮小症

江苏省中医院儿科叶进副主任医师告诉记者，遗传因素对孩子的身高会有一定的影响，但并不说明身高不受后天因素的干预。如果孩子 4–12 岁（骨骺未闭合期）身材矮小，身高比一般同龄人矮了 10 厘米以上家长要高度重视，要及时带孩子到医院儿科做相关检查，如果检查出是生长激素缺乏而引起的矮小症，此时是最佳治疗时期，同时，配合合理的饮食、适当的锻炼、充足的睡眠等有利于孩子长高。

叶进告诉记者，孩子 3 岁后进入儿童期，生长激素在身高方面的作用就凸显出来，孩子身高每年会增长 5–7 厘米。但如果女孩子在 8 岁之前出现乳房增大，阴毛、腋毛生长等任何一项或多项第二性征，或月经初潮于 10 岁以前来潮；男孩在 9 岁之前出现阴茎及睾丸增大、阴毛生长，10 岁前变声等性发育表现，则为性早熟；此时往往身高感觉蹿了一下，再以后就不长个头，骨骺提早闭合。因而，家长们如果感觉孩子有早熟的现象，应警惕矮小症，并尽早到医院进行医学干预。

通讯员 冯瑶
快报记者 安莹

漫画 俞晓翔

两个多月 查出7人患乳腺癌

医生提醒：女性要定期检查乳房

快报讯（通讯员 孔晓明 记者 刘峻）乳房表面微微的凹陷、左右乳房轻微的不对称、乳房表面皮质有些增厚、长期的乳腺增生……就是这些不起眼的症状，结果却查出来是可怕的癌症。从今年4月起，短短两个多月时间，南京市妇幼保健院妇保所在对日常普通的妇女体检中已发现7例乳房癌患者，年龄30岁至55岁不等，负责体检的王丽君医生提醒说，女性要定期来医院检查乳房，以早期发现乳腺癌。

乳腺疾病已经成了现在女性最常见的一种病。王医生说，乳腺疾病一般不易被发现，而乳腺癌从上世纪90年代起则替代了宫颈癌，成了女性肿瘤的死亡“老大”。据相关数据显示，乳腺癌现已占全球癌症发病率的第二位，每年大约新增120万患者。

据王医生介绍，其实90%的一期乳腺癌患者是可以治愈的，还可以保留乳房，而晚期乳腺癌只有20%治疗后可以活过5年。为了防患于未然，在20–40岁之间的女性，应该每三年做一次乳腺检查，40岁以上应该每年检查一次，平常要注意自检，有情况应到医院做进一步检查。

骨头汤里其实没有多少钙

专家建议：孕期喝牛奶、服钙剂补钙更好

快报讯（通讯员 崔玉艳 记者 刘峻）怀孕 5 个多月的张女士最近小腿老抽筋，尤其是半夜里，常常疼醒。到医院检查后，医生说她缺钙了。可是张女士纳闷了，自己几乎每天都喝妈妈熬的骨头汤，怎么还会缺钙？东南大学附属中大医院妇产科林奇志副主任医师解释，单纯靠喝骨头汤是达不到补钙的目的的，如果想补钙，最好能在医生的指导下适当增加摄入含钙量较丰富的食品，如奶制品、鱼类、豆类、海藻类等。

传统的食补观念认为：喝骨头汤能补钙。但是最新的研究发现，用骨头熬汤，能溶解到汤中钙量极其有限。同时，骨油会大量地溶入汤中，而这会使骨头汤中含有大量的饱和脂肪酸，不利于孕妇消化吸收。所以说，喝骨头汤补钙的做法并不科学。

专家介绍，怀孕时孕妇身体对钙的需求量明显增加，可以达到非孕时的两倍以上。从怀孕的第 2 个月起，胎儿的骨骼开始形成，到孕中期，生长速度更快，对钙的需求明显增加。如果此时孕妇因钙摄入不足而发生缺钙时，容易出现下肢抽搐，甚至发生骨质疏松，同时也会给胎儿带来不利影响。据悉，正常的孕妇每日钙摄入量应在 1600 毫克左右。因此孕妇最好能在医生的指导下适当增加摄入含钙量较丰富的食品，如奶制品、鱼类、豆类、海藻类等，或服用具有活性成分的钙片、钙剂等。