

傳統醫學科

● **學經歷** ● 中國醫藥大學中西醫結合研究所醫學碩士
高雄榮總傳統醫學科主治醫師
教育部部定講師

● **專長** ● 兒科疾病 | 生長發育調理 | 婦科疾病
月經不調 | 不孕症 | 皮膚疾病



主治醫師 林琬羚



兒童性早熟之中醫觀點

青春期是兒童生長發展的重要里程碑，此時第二性徵和生殖能力逐漸成熟。正常青春期的發育，會伴隨第二性徵的表現，女孩為胸部發育、陰毛長出、初經來潮，男孩為睪丸變大、陰莖變長、變聲、長鬍鬚等，通常在這樣的過程中，會伴隨身高的快速長高，然而若上述變化提前來臨(女孩8歲前、男孩9歲前)，我們便考慮為兒童性早熟。

性早熟的小朋友，因為有身高的快速長高，看起來可能比同年齡的小朋友高，但是只贏在起跑點，因為骨骼的年齡(骨齡)也同時超前，最後骨頭的生長板較同年齡的小朋友提早閉合，身高就有限度了。當這些青春期的表現過早出現時，應至小兒科門診檢查，確認是否有其他的問題所引起，必要時會給西藥藥物的治療。而同時，中醫認為大部分的小朋友是身體陰虛火旺體質所引起的，少部分為肝鬱體質或痰濕體質，導致陰陽失衡，可給予體質上的調理讓身體回復平衡，幫助身體自然的生長發育。曾有研究指出(註)，原發性性早熟的人，中醫治療者與未接受治療組相比，中醫治療者的骨成熟率減慢為0.95倍，而不治療組的骨成熟加速率為1.33倍，中醫治療後的預測身高可增加1.15cm，而未治療組的預測身高降低0.52cm。

兒童性早熟在中醫常見的分類為陰虛火旺型(可能伴有怕熱、手足心煩熱、便秘、月經提前)，其次為肝鬱型(伴有胸悶不舒、乳房脹痛、易怒、口臭、痤瘡、便秘)還有痰濕型(常合併肥胖、喜臥少動)。除以藥物治療外，以中醫觀點來看保有良好的健康生活習慣相當的重要，例如不要熬夜可以避免火氣變大，讓陰虛火旺型的人陰陽恢復平衡；每日適度運動有舒緩肝鬱的作用；不喝含糖飲料、減少油炸類食物可避免痰濕型更加嚴重；減少環境荷爾蒙的接觸例如塑膠容器、香水、指甲油等導致陰陽失衡；綜合來看作息正常、飲食均衡、健康的生活習慣，對於身高與促進健康都有幫忙。

註：Chao-Hui Yu et al. Traditional Chinese medicine for idiopathic precocious puberty: A hospital-based retrospective observational study. *Complementary Therapies in Medicine*. Volume 22, Issue 2, April 2014, Pages 258-265

