

新

健康

よもやま話



134

現在の日本では、出生時の平均的な体格が身長約40cm、体重約3kgとなつています(男児49・2cm、3076g、女児48・7cm、2990g)。厚生労働省資料より)。1歳になると身長が約75cm、体重が約9kgに、4歳になると身長が約100cm、体重が約15kgに成長します。その後も成長が進み、男子は12歳頃から、女子は10歳頃から二次性徴が始まり、数年後に成人身長に達します。毎年、身長体重がどのように伸びているか、記録をつけて作成されるのが成長曲線です。この成長曲線は日本全国の子ども達の体格データを元に作成されています。個人差はありますが、多くの子ども達は、この成長曲線に沿って体の成長が進みます。

この成長曲線から身長、体重

こどもの成長

～急な変化は要注意～

成長曲線を見てお子様の健康管理を



まつうら ひろき
小児科部長 松浦 宏樹

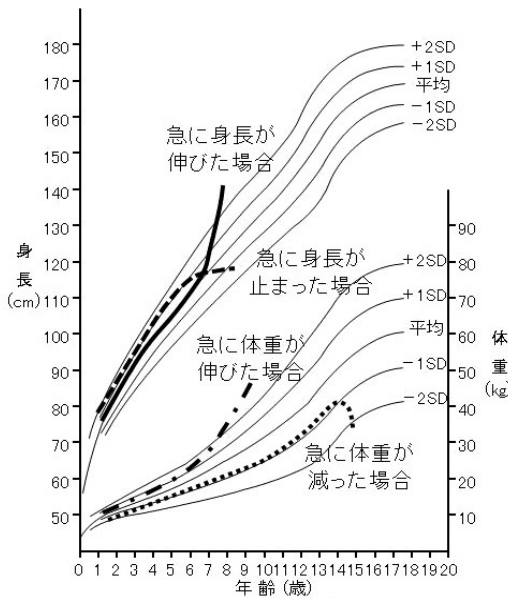
が外れた場合には注意が必要です。特に、急に成長曲線から外れてしまった時は、体に何か異変が起こったことを示していることが多く、診察が必要になっている場合が多いです。

諏訪赤十字病院

まず、突然身長の伸びが止まってしまった場合です。この場合、成長に必要な栄養や身長を伸ばす作用のある成長ホルモン等のホルモンが突然不足してしまつたと予想されます。放っておくと将来の成長にも悪影響の出る恐れもあり、しっかりと診察を受けましょう。

次に、急に身長が伸びた時です。背が伸びることはよいことだと考えそのままにしてしまいがちですが、早く身長が伸び始

～注意すべき成長曲線の例～



めると早く伸びも止まり、大人になつた時にはむしろ身長が低くなつてしまつことが多いです。また、その原因が腫瘍による場合もあります。小学校低学年で急に身長が伸び始め、恥毛が出たり、胸が大きくなつたりした場合は必ず小児科医に相談して下さい。

中学生までに改善しない場合、成人後も続く可能性が高くなります。また、生活環境変化によるストレスの結果、肥満を起すこともあります。急に体重が増えた時、お子さんに何か起こつたのではないかと気をかけてあげて下さい。

とても大変です。お子さんが急に食事を減らしたり、体重の伸びが止まつてしまつたりしたらかかりつけ医に相談してください。

以上、身長体重に急な変化が生じた際の注意点を挙げてみました。平成28年から文部科学省の通達により学校において積極的な成長曲線の活用が通達されています。是非、成長曲線を見ていただき、お子様の健康管理一助としていただければ幸いです。

次回は10月18日掲載予定

筆者プロフィール
松浦 宏樹(まつうら ひろき)
諏訪赤十字病院 小児科部長
【所属学会 専門医等】
・日本小児科学会 小児科専門医、指導医
・日本内分泌学会 内分泌(小児科)専門医
・日本小児内分泌学会
・日本小児思春期糖尿病学会
・日本糖尿病学会
【出身】
長野市