

111 年國民中小學兒童生長激素缺乏症衛教宣導

企劃書

◆ 前言

在台灣，許多家長認為孩子的生長應該「尊重自然」，不應該有過多的外力介入，「大雞慢啼」的觀念，也深深影響著家長的養育態度，因此可能會忽略兒童生長激素缺乏症的風險，而耽誤孩子的黃金治療期。

生長激素缺乏症（GHD）是好發於兒童的疾病。若未及時發現並治癒，可能導致終身身材矮小、骨質脆弱及運動能力不佳。根據數據的估計，在每 4,000 至 1 萬人中，便有一人因嚴重生長激素缺乏症而導致身材矮小，但只要及早發現診斷與治療可幫助孩童以正常速度發育成長，並達到根據雙親（父母）遺傳確認的健康成人身高。然而，女孩會在 14、15 歲，男孩會在 16、17 歲時生長板會閉合，當生長板閉合後孩子便無法再長高，即使補充再多的生長激素也法挽救，因此，如何協助父母及早發現問題，掌握黃金治療期是協助孩子回歸健康成長之路的首要任務。

自衛福部推動寶寶手冊與兒童健康檢查起，家長開始注意到孩子生長是否符合常態，國中小每學期也將替孩子進行基本的身高體重檢查，來協助父母掌握孩童的生長速度。美國 THE MAGIC FOUNDATION 指出，在生長期的孩童，每年平均需成長 4-5 公分，為正常的生長標準，但臨床環境下發現台灣家長較不清楚孩童一年需成長 4 公分的資訊，而錯失幫助孩子健康成長的機會。因此，透過今年的衛教推廣，希望能邀請教育局一同建立孩童心理、生理、環境等良好的成長環境。

台灣精準兒童健康協會以促進兒童生理、心理之健全發展為宗旨，期待能在臨床醫療外，更進一步結合學術、醫療等各界專業人士，共同倡導兒童健康觀念，過去經常以講座、專業文章、媒體合作等多元的形式建立大眾正確認知。此次，為協助家長了解兒童生長的重要性，並對孩童成長發育擁有正確認知、促動家長主動關心孩童生長狀況，台灣精準兒童健康協會誠摯邀請各公私立國民中小學合作「111 年國民中小學兒童生長衛教宣導規劃」，號召家長重視孩童生長議題，也期盼獲得臺北市教育局擔任指導單位，共同幫助家長建立正確的衛教觀念。

111年國民中小學兒童生長激素缺乏症衛教宣導規劃

◆ 主辦單位

- 台灣精準兒童健康協會

◆ 指導單位

- 臺北市政府教育局

◆ 內容規劃

- 執行期間：2022年8月至2023年1月
- 合作項目：孩童生長遲緩衛教素材，其中包含孩童衛教單張，期望透過學校傳遞給家長，建立孩童與家長對生長的重視。
- 教材內容規劃：
 - 衛教單張：將成長判斷標準、生長激素缺乏症的成因與介紹、生長落後的解決辦法等衛教資訊製成三折頁，建立國中小家長的疾病認知。
- 合作流程：

時間	項目	內容
【2022年8月起】 公/私立國民中小學	公/私立國民中小學 - 衛教文宣寄送	針對轄區內公/私立國民中小學 每校寄送 30 份衛教文宣
	公/私立國民中小學 - 補件需求聯繫追蹤	致電對焦後續合作細節 (衛教文宣補件數量)
	公/私立國民中小學 - 足量衛教文宣寄件	寄件提供足量衛教文宣 (持續追蹤與寄送至 2023 年 1 月)

◆ 敬請 各國民中小學協助事項

- 確認衛教文宣收件狀況
- 補件需求及數量 (補件申請連結：<https://forms.gle/nMXWskASKQ3TjTuk8>)
- 將衛教文宣轉交學童家長，呼籲孩童生長狀況重要性。



孩子生長追進度，家長不可不知！

孩子一年沒有長高 4 公分！該怎麼辦？

把握生長雙法寶



透過居家、學校定期測量身高、體重來對照生長曲線圖。若低於第3百分位，建議尋求專業醫師協助。



若對於孩童生長狀況有任何疑慮，建議前往「兒童內分泌」、「兒童生長發育門診」由專業醫師拍攝骨齡做判斷。

什麼是骨齡？

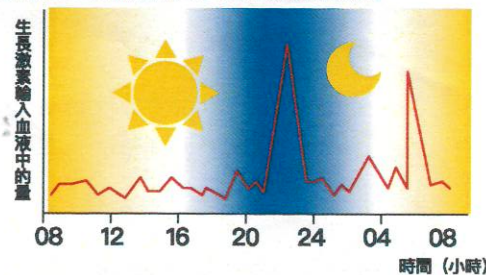
- 1/ 骨齡是一種骨骼成熟度的指標¹
- 2/ 與實際年齡比較，可用來幫助²診斷生長異常疾病
- 3/ 骨齡有助於預測身高

若是有生長激素不足症的孩童，骨齡通常比健康孩童的骨齡較小。^{3,4}



生長激素每日分泌的時間

夜間是生長激素大量分泌的關鍵期。



掌握生長4關鍵 幫助孩童健康成長



均衡營養²
維持孩童身體健康



適當運動⁴
運動能促進生長激素



睡眠充足³
10點前入睡，把握生長激素最活躍時刻！



必要時透過藥物治療
在醫師評估下接受治療幫助孩童達到生長曲線



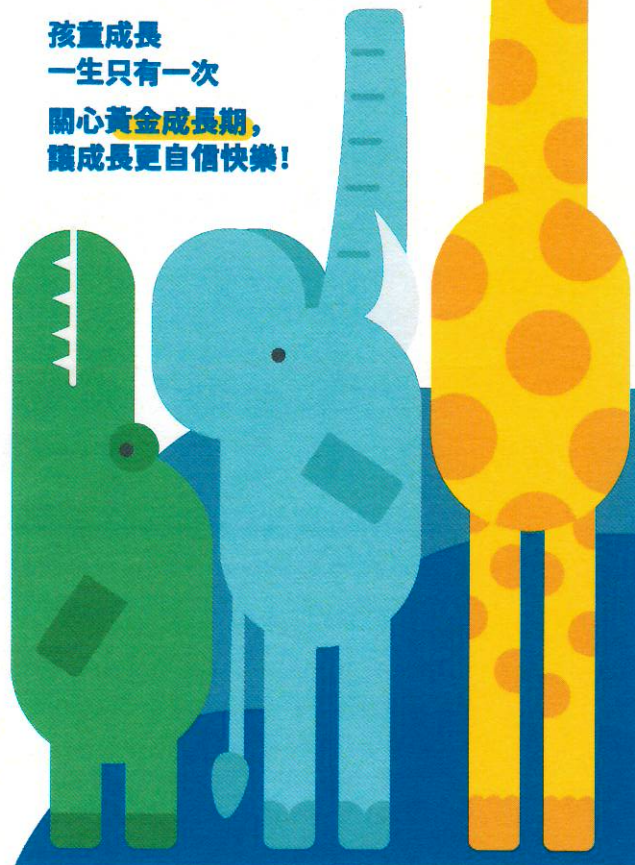
切勿隨意聽信坊間民俗療法，建議尋求正當醫療諮詢，進行相關的檢查與評估。

希望尋求專業醫師評估？參考院所▶▶▶



孩子成長 關鍵黃金期！

孩童成長 一生只有一次
關心黃金成長期，讓成長更自信快樂！



● 資料來源
1. Moseley, Michael A. et al. Pediatr. 118(10): 2014. doi:10.1093/ped/118.10.1402
2. Muller-Glaser, G. Clin. Pediatr. (Phila). 2006; 45(4): 443-449.
3. Hooper, A. et al. J. Pediatr. 2014; 165(5): 1011-1014.
4. Shinar, D., et al. J. Endocrinol. Invest. 2017; 40(10): 1253-1264.

● 資料來源
1. World Health Organization. WHO Growth Reference Study. WHO Child Growth Standards: International Survey of Body Fluids. Geneva: WHO, 2006.
2. World Health Organization. WHO Growth Reference Study. WHO Child Growth Standards: International Survey of Body Fluids. Geneva: WHO, 2006.
3. World Health Organization. WHO Growth Reference Study. WHO Child Growth Standards: International Survey of Body Fluids. Geneva: WHO, 2006.
4. World Health Organization. WHO Growth Reference Study. WHO Child Growth Standards: International Survey of Body Fluids. Geneva: WHO, 2006.

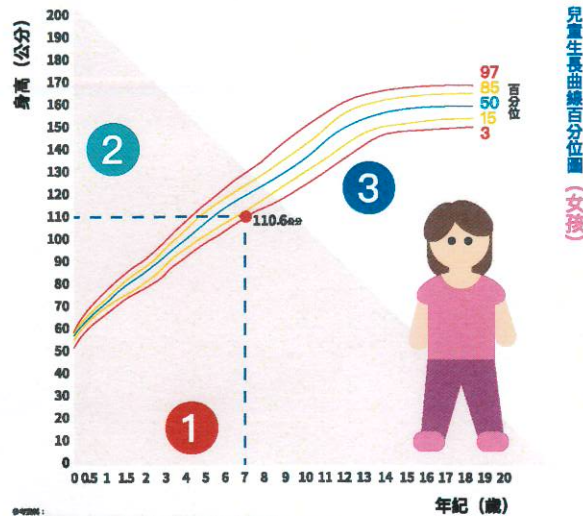
孩子的成長有跟上進度嗎？

孩童成長該如何追蹤呢？

國小到青春期一年需要增加5至6公分才是健康成長的範圍！
若沒有長高4公分就要當心！

爸爸媽媽可以用什麼工具監測孩童的成長狀況呢？

- 利用國小定期測量身高記錄表計算
- 國健署孩童生長曲線圖²，對照孩童年齡與身高交會點是否有在範圍內，太多或太少都需要多加留心呦！



© 2018
1. 國健署兒童生長曲線圖，2018年更新。2018。2018。國健署兒童生長曲線圖。http://health.gov.tw/health-topics/child-health/health-chronometer
2. 國健署兒童生長曲線圖，2018年更新。2018。2018。國健署兒童生長曲線圖。http://health.gov.tw/health-topics/child-health/health-chronometer

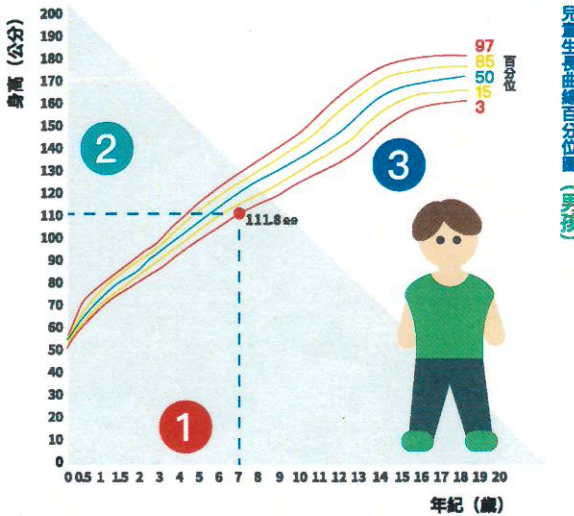
曲線圖對照 三步驟！¹

- 1/ 先看橫座標找出孩童年齡，並往上延伸
- 2/ 再看縱座標找出孩童身高，並往右延伸
- 3/ 找出 2 個數值延伸的交會點，看看落在哪一條曲線上。

只要在2條紅色曲線 (第3及97百分位) 之間，都是正常範圍！

簡單小問答：
*若有以下情形請尋求專業醫師協助呦！

- 與去年相比，孩子於班上的座位是否停留於前排？
- 與同齡孩童相比，孩子明顯較為嬌小
- 與去年相比，孩子是否有長高4公分？
- 對照生長曲線圖後，孩子身高百分位在3以下



© 2018
1. 國健署兒童生長曲線圖，2018年更新。2018。2018。國健署兒童生長曲線圖。http://health.gov.tw/health-topics/child-health/health-chronometer

孩子長得慢，只是大雞慢啼？



順其自然的養育方式可能潛藏風險，長得慢不一定是大雞慢啼可能是「生長激素缺乏症」！

什麼是生長激素不足症？

生長激素缺乏症是一種腦下垂體分泌的生長激素不足的疾病，當生長激素分泌不足時，會直接影響到孩童生長，若無及時發現治療，將造成終身影響¹。

疾病成因



疾病症狀¹



© 2018
1. National Organization for Rare Disorders / Growth Hormone Deficiency. https://rarediseases.org/rare-diseases/growth-hormone-deficiency/. Accessed in Aug 2018



醫院名單



區域	醫院	地址
北部	臺北榮民總醫院	台北市北投區石牌路二段201號
	三軍總醫院	台北市內湖區成功路二段325號
	台北長庚紀念醫院	台北市松山區敦化北路199號
	台北醫學大學附設醫院	台北市信義區吳興街252號
	台大兒童醫院	台北市中正區中山南路8號
	馬偕紀念醫院	台北市中山區中山北路二段92號
	台北慈濟醫院	新北市新店區建國路289號
	亞東紀念醫院	新北市板橋區南雅南路二段21號
	衛生福利部雙和醫院	新北市中和區中正路291號
	林口長庚紀念醫院	桃園市龜山區復興街5號
中部	中山醫學大學附設醫院	台中市南區建國北路一段110號
	中國醫藥大學附設醫院	台中市北區育德路2號
	臺中榮民總醫院	台中市西屯區台灣大道四段1650號
	彰化基督教醫院	彰化縣彰化市南校街135號
	嘉義基督教醫院	嘉義市東區忠孝路539號
南部	國立成功大學醫學院附設醫院	台南市北區勝利路138號
	衛生福利部臺南醫院	台南市中西區中山路125號
	奇美醫院	台南市永康區中華路901號
	高雄長庚紀念醫院	高雄市鳥松區大埤路123號
	馨蕙馨醫院	高雄市左營區明誠二路541號
	高雄榮民總醫院	高雄市左營區大中一路386號
	高雄醫學大學附設中和紀念醫院	高雄市三民區十全一路100號
	義大醫療財團法人義大醫院	高雄市燕巢區義大路1號
東部	花蓮慈濟醫院	花蓮縣花蓮市中央路三段707號

