

省儿童医院的新鲜事：不少小学生脚太大想“缩脚”

“童鞋”们的烦恼：脚大真的长更高吗

文：今日女报 / 凤网记者 李诗韵 通讯员 李雅雯

“这孩子脚这么大，以后一定是大高个。”带孩子买鞋，家长总能听到售货员这般夸赞。殊不知，“人小脚大”却也是孩子们的一大苦恼——且不说换鞋的速度有多快，更麻烦的是，童鞋商店都可能买不到合适尺码的鞋。

为什么现在的孩子脚越来越大？3月12日，今日女报 / 凤网记者从湖南省儿童医院了解到，每年春季，因“人小脚大”而入院看诊的孩子并不少，月门诊量可达150例，其中，家长们最关心的话题就是：“脚大真的长更高吗？”



扫一扫，
分享健康知识

小科普 >>

宝宝吃奶尖叫，当心吞气症

文 / 易倩 (湖南省儿童医院神经内科)

孩子奶吃到一半时突然尖叫、头向后仰、面色苍白，家长容易惊慌失措。其实，这是遇上了婴儿吞气症，此病多发于性情急躁的孩子，尤其3个月左右的男孩较多。预防婴儿吞气症，应从寻找原因做起：若是母亲奶头凹陷或过短，平时要经常轻轻向外提拉。可在喂奶前用手掌进行按摩，按顺时针和逆时针方向各按摩10余次，然后再喂奶。喂奶后应将小儿竖直抱起，让其上身伏在母亲肩上，再轻轻拍其背部，以便使孩子胃内的空气迅速排出。然后把孩子放在床上，右侧卧位，让奶汁从胃内缓缓进入小肠。这样，婴儿吞气症就不会再发生了。另外，发生吞气症时，可用湿热毛巾敷在小儿腹部或用手轻轻按摩，肠痉挛就会很快消失。

注意这几项，保护孩子颈椎

文 / 王敏 (湖南省儿童医院耳鼻喉科头颈外科)

婴儿的颈椎很容易受伤。有的女性第一次当母亲，热情有余、经验不足，婴儿一哭就过早地抱起，这就大大增加了婴儿颈椎损伤的几率。我们经常可以在大街上看到婴儿已低头睡着了，大人还继续推着婴儿车走，这是造成婴幼儿颈椎损伤的又一常见因素。另外幼儿会站立后，从手推车上头朝下摔伤头颈的事也不罕见。幼儿会爬、会走时，从床上掉下是颈椎损伤的一种突发因素。由于幼儿掉下床时多着头着地，医生常常只想到脑外伤，实际上颈椎外伤远比脑外伤多。

孩子长时间腿疼不妨查个血

文 / 胡飘飘 (湖南省儿童医院麻醉手术科)

很多人认为得了白血病会流血不止，却不知还会腿疼！原来，白血病损伤的是人体造血干细胞的造血功能，在儿童时期，全身的骨髓都有造血功能，随着年龄增长，长骨(比如膝盖上下的下肢骨骼)就渐渐失去造血功能，所以当儿童得了白血病，坏细胞不断增殖，越来越多，就会压迫神经出现腿疼症状。而且这种腿疼和一般腿疼没有什么区别。所以如果孩子不是因为外伤引起的腿疼，家长最好带着孩子到正规医院查个血相，不要盲目地只治腿疾，甚至做麻醉手术。



■门诊

家有“大脚娃”，买不到童鞋想“缩脚”



“我儿子的脚真的长太快啦！”3月12日，记者来到湖南省儿童医院儿童保健门诊，等待就诊的家长黄女士正跟旁人吐槽着今年刚上小学三年级的儿子。

黄女士的儿子小维今年10岁，是长沙市砂子塘小学的学生。自2018年报名体育训练课后，就有了“童鞋”的烦恼——孩子半年换了3双鞋，脚丫子长得“飞快”。今年刚立春时，小维就因脚长到了39码买不到童鞋。

于是，妈妈很担心小维的骨骼发育过早，以后长不高，便带着孩子来医院求诊。殊不知，到了医院才知道，与自己有同样困惑的家长还不少。

“我女儿今年上初一了，身高1米6，鞋子却要穿39码！”同样正候诊的家长陈女士告诉记者，目前自己比女儿的身高高一些，但鞋子只穿36码，“每次看到她踩着双那么大的鞋走路，就觉得难受，脚的大小与身高完全不成正比！我想来问问医生，有没有办法缩脚？”

随后，记者在长沙市砂子塘小学家长微信群中提问，不少家长纷纷报出了自家“大脚娃”的情况：“儿子9岁，现在穿38码的鞋，他爸1米78才穿41码的。”“我女儿1米58，我1米65，她穿38码的鞋，我穿36码！真担心她以后穿不了高跟鞋！”



■求诊

“大手大脚”的孩子长更高吗

今日女报 / 凤网记者在采访过程中了解到，相比对外形的担忧，更多家长担心孩子的脚丫发育太早会影响长个子。可这样的担心有没有医学根据呢？

“孩子的脚越来越大，这样的现象确实存在。”湖南省儿童医院骨科主任医师唐进表示，虽然没有专门的数据研究，但从临床来看，现在6至12岁的儿童手大脚大是普遍趋势。但从骨科门诊来看，只要没有导致相关疾病，“人小脚大”也是一种正常现象。

唐进介绍，从生长发育角度看，人的个子70%靠遗传，30%在后天培养，手脚也一样。后天因素里，营养、运动、生活环境等对孩子的成长有很大影响。另外，人体的脚丫发育时间本就早于四肢和脊柱，所以孩子在小学、初中期间就“长大脚”是没问题的。

“很多家长都会问我们这个问题：孩子手脚都那么大，是不是会长更高？”唐进说，这种想法并不科学。从骨骼发育角度来看，手脚的长度与身高是不完全成正比的。

唐进向记者举例，如果将脚丫、四肢和脊柱发育看作一场跑步比赛，脚丫是最先起跑的，脊柱是最晚起跑的，虽说一路上都在跑，但速度并不一样，很可能脚丫最早

跑到了终点，脊柱却放慢了速度甚至不跑了。也就是说，“大手大脚”的孩子更高的说法，是一个概率问题，并非绝对。

那么，鞋子穿得松紧程度与孩子“长大脚”有关吗？唐进并不完全认同，“除非是刻意从小裹小脚，否则不论孩子的鞋穿得松或紧，影响程度都不会太大，一般来说鞋子的力量还不足以束缚孩子长脚。”

不过，唐进提醒，如果孩子的鞋子穿得太紧，容易造成的问题是脚趾头变形或者脚趾甲扭曲，变成甲沟炎。而鞋子太松则容易因“拖拉”而发生危险，或者影响走路姿势。



■支招

有些大脚可以纠正

“足部的骨骼发育分为多个阶段，从出生时足部70%为软性骨骼到足部出现硬性骨骼、出现足弓，足弓出现形态和增加稳定性，再到足部可以对抗运动的稳定性，基本需要12年以上时间。”唐进表示，儿童和青少年发育时，足部发育不仅包括长度，还包括：厚度、宽度

和稳定性的韧带，有时确实会与主要为纵向生长的长干骨出现短时间的比例失衡。所以，如果感觉到大小比例失衡并有畸形表现，就得来医院进行检查，了解确诊是否有扁平足、足跟内外翻等问题，从而进行及时的矫正治疗。

“12岁以前的孩子尽量不要穿硬底

鞋。”唐进提醒，人体在12岁前足部的发育是从软性骨骼、韧带组织向硬性、稳定结构发育的过程，过早穿硬底鞋会影响发育、导致足部变形，在发育过程中穿过大的鞋子，尤其是穿超过正常鞋码的鞋子进行运动，这些会影响儿童和青少年足部稳定结构的发育成熟。