

家长的“身高追逐战”到底有多火

近年来,国内儿科界流传着一则新数据:在过去35年里,中国19岁青少年平均身高增幅居全球前列,男孩猛增8.1厘米,达到175.7厘米;女孩增长6.1厘米,达到163.5厘米。孩子们的身高,远超父母一代。但这份调查同时显示,超75%的中国受访家庭认为,孩子“未达理想身高”。这种不满意在医院和消费市场上催生了一场愈演愈烈的“追高”热潮。

“身高门诊”火爆,就诊量逐年走高

周六下午2点多,上海中医药大学附属龙华医院儿科,背着书包的学龄儿童进进出出。小学一年级学生飞飞趴在一张治疗床上读着小说《海底两万里》,他的腰上排着一圈小药饼,正在进行穴位敷贴。这是广受家长欢迎的“生长贴”,在医院进行的“大敷贴”一次需要20分钟,“小敷贴”则可以带回家自行敷贴。

家长的“追高”热潮,在医院的数据上也有直观体现。2022年8月,上海中医药大学附属龙华医院首开“身高管理及生长发育”专病门诊,当时设置一周一个半天的专病门诊。此后,就诊人次逐年上升,2023年的接诊量为1500人次,2024年攀升到2200人次。如果算上这一年其他身高相关专家的门诊量,一年因身高就诊的孩子就达到4000人次。到了今年,仅第一季度,该医院身高管理相关专家、专病门诊已接诊近千人次。从本月开始,为满足患儿和家长的需求,龙华医院儿科在徐汇、航头两大院区的“身高门诊”增设至每周三个半天。

家长追逐“完美身高”,医生“压力不小”

春天长个子,有依据吗?中医确实有“冬储春发”之说,采访中,不少中医和西医也告诉记者,家长带孩子看身高的就诊高峰原本在寒暑假,但近年发生了变化,春天成为又一“追高”高峰期。

龙华医院儿科医生万莉萍发现,此前,大多数孩子的干预期在6岁左右,可如今两三岁的幼儿也来了。

“不少家长认为,女孩身高最好不要超过一米七,不然找对象困难,男孩则要一米八以上,找对象、找工作的机会都会增加。”上海交通大学医学院附属瑞金医院儿科主任医师陆文丽与同事们做过一个小调研发现,现今上海家长认为的“完美身高”是:女孩169厘米,男



孩180厘米以上。

多名医生表示,真有家长到门诊提出“要让孩子长多少厘米”的具体目标,“对这样的要求,我们压力很大”。

要知道,人体的最终身高是诸多因素共同影响的结果,遗传因素对身高的影响占60%到80%,后天因素约占20%到40%,包括营养、环境、疾病、心理等。而医院开设的生长发育相关门诊,实际上是面向向生长发育存在缺陷的孩子的,比如矮小症等。此外,还可能会涉及一些罕见病。医生们估计,当前约半数就诊的孩子,并不属于这些患者群体。

“厘米焦虑”下,孩子留下终身遗憾

不能接受“矮人一截”的家长,还在寻觅着各种“拔苗”手段。

龙华医院儿科副主任石李发现,不少前来问诊的家庭中,错误的“追高”方法一大堆。“首先要搞清楚孩子为什么生长落后,须先排除疾病因素。实际上,更多孩子长不高,是因为平时运动量少,或长期睡眠不足。要知道,运动、营养、睡眠三大因素对生长发

育太重要了。这三点做好,不需要额外干预。”石李还发现,不少孩子是“吃”出了问题,比如,有家长长期给孩子吃人参、太子参、西洋参等。

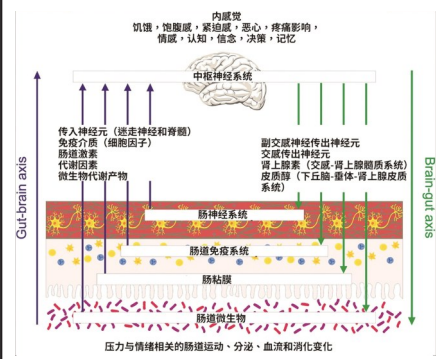
抱着希望孩子“高人一等”的心态,更有家长在市场上寻求干预手段。从骨龄检测到生长激素注射,相关产品市场份额逐年走高。以生长激素为例,在我国已形成百亿市场格局。有医生感慨,生长激素何尝不是家长们的“豪赌”,动辄上万元的价格,需要每月注射。

对于来到门诊、希望给孩子注射生长激素的家长,陆文丽总会婉拒,因为“超适应症使用,会引发颅内高压、血糖紊乱乃至肿瘤风险上升等副作用”。

即便如此,依然有少部分家长“走极端”,在网上交流给孩子注射生长激素的经验,更有甚者跨国寻求“断骨增高手术”。陆文丽接触过手术失败回国的病例,直言“非常可惜”。

“这些孩子其实长得不矮,往往就因为差了几厘米,没达到所谓的理想身高,家长就铤而走险。”陆文丽说,一些家长陷入的“厘米焦虑”,让孩子留下了终身遗憾。 本报综合消息

为什么压力一大就胃疼?



胃疼、反酸、恶心……这些常见的不适症状,往往让人第一反应是“是不是吃坏了”“没吃饱”或“吃太多”。但你有没有想过,有时候真正让你“胃不舒服”的,可能不是食物,而是情绪、压力?

近些年来,越来越多的研究逐渐揭示了我们的肠道和大脑之间确实存在一条神秘的“隐形通道”,它让情绪波动影响胃的功能,也让胃的不适反过来扰乱情绪。

胃和大脑之间有一条“隐形通道”

胃真的能“听得见”我们的情绪。

2011年发表于《自然评论—神经科学》的一篇综述指出,大脑和胃之间有一条双向通信通道,被称为“肠—脑轴”,它的核心构成包括:大脑的情绪调控中枢、肠神经系统(被称为“第二大脑”)、自主神经系统(包括交感与副交感)、下丘脑—垂体—肾上腺轴(HPA轴),以及肠道激素和微生物代谢产物。

在这套系统中,胃和大脑之间的联系可谓密切无间。情绪波动,如压力、焦虑或愤怒,会

激活大脑的杏仁核、前额叶皮质等区域,这些区域通过交感神经和HPA轴迅速将“情绪信号”传导到胃部,引起胃酸分泌、胃肠蠕动加快或减缓、括约肌张力变化等一系列变化。

更有趣的是,信息并不是单向传递的,胃也会“回话”。一篇基于跨学科的大量研究成果的综述指出,胃里的感受器和肠神经系统能感知化学物质、压力、疼痛等信息,然后通过迷走神经将这些信号反馈到大脑。这种“上行通道”会影响人的情绪状态、警觉水平,甚至决策和记忆。

这种双向通道解释了很多常见现象:压力大会导致胃痛、心烦意乱时食欲不振、情绪低落时容易便秘,甚至“靠肚子感觉做决定”的直觉反应,其实也可能是肠—脑通信在发挥作用。

总的来说,大脑和胃之间的这条通道就像一条双向高速公路,连接着大脑和肠道。当你感到情绪紧张时,大脑会通过神经信号把这些情绪“传达”给胃,影响胃酸分泌、胃肠蠕动,甚至引发胃痛、反酸、腹泻等不适。反过来,肠胃的状态也会影响到情绪。比如当肠道菌群紊乱时,可能让人情绪低落或焦虑。

压力下,胃真的会“变形”

当我们承受压力时,大脑不会独自受累,肠胃往往是最早“出镜”的器官之一。别看胃平时沉默寡言,一旦情绪紧张,它真的会在身体里“变样”。

爱尔兰科克大学和美国空军研究实验室的多个研究团队总结了急性与慢性心理应激对胃的影响:

1. 胃酸分泌异常

在急性压力下,大脑会释放一类叫作促肾上腺皮质激素释放因子(CRF)的物质,它能直

接影响胃酸的分泌功能。这种紊乱可能导致有些人压力大时胃酸过多,出现反酸、灼烧感,也可能让另一些人分泌不足,影响消化。

2. 胃蠕动功能的变化

压力激活的交感神经会分泌去甲肾上腺素,抑制乙酰胆碱的释放,从而削弱胃肠平滑肌的收缩力,让胃“懒”下来。胃排空变慢,食物滞留更久,就容易觉得胃胀、消化不良。在一些动物实验中,研究人员还发现压力会诱发结肠的异常收缩,表现为排便频率增多甚至腹泻。

3. 食欲受到影响

除了胃酸和蠕动,食欲也会受到压力“操控”。在急性压力下,部分人会出现“食欲丧失”,这是因为大脑优先启动应激通路,抑制非紧急的摄食行为。而在慢性压力状态下,某些人则可能出现“情绪性进食”,因为压力会影响肠—脑信号通路中的饥饿激素与奖励机制,促使人通过进食缓解情绪。

4. 胃肠道出现“结构性变化”

如果压力是短暂的,身体还能自我调节;但长期处于慢性压力下,胃肠道会逐渐出现“结构性变化”,可能诱发胃呈现“内脏高敏感”状态,在没有器质性病变的情况下出现胃痛、胀气、恶心等不适。

如何保护我们的“情绪胃”?

第一,识别并正视压力源,规律作息、保持适度运动和心理调节。

第二,增强对身体内部状态的觉察力。在日常生活中,可以通过冥想、深呼吸训练等方式提升这种身体觉察力,让我们更早觉察到身体的“预警信号”。

第三,要照顾好肠道微生态。保持膳食均衡,摄入富含膳食纤维与发酵食物,有助于稳定菌群,从源头“调节情绪”。 本报综合消息

女子购婚房买到“凶宅”楼栋 一审获赔50万元

近日,据媒体报道,2023年9月,一女子在北京购置了一套售价708万元的婚房。购房前,她多次向北京某房产中介强调绝不考虑有凶宅的楼栋。

然而,在支付了20万元定金和14万余元居间费后,女子得知自己购买的楼栋不久前发生过非正常死亡事件。决定不再履行合约,并开始维权。

2025年2月,北京市海淀区人民法院一审判决该房产经纪公司应向女子支付50万元违约金,女子自行承担20万元的定金损失及案件诉讼费。目前,该公司不服判决,已提起上诉。

法律实践中“凶宅”如何认定?

对此,北京市京都律师事务所律师李泽瑞律师表示,凶宅不是一个法律概念,并无明确的定义,但是结合传统文化和社会实践,可以简单总结凶宅的两大特征:第一,房间内的专有部分发生过死亡事件;第二,死亡形式是非正常死亡,包括他杀、自杀以及其他意外死亡的情形,不是正常病亡、自然死亡等情形。

“不愿意购买凶宅,是人们日常生活中趋利避害、追求吉利的正常表现,因此,在房屋交易中,房屋是否曾经发生过不幸事件,成为一个关键信息。对于大多数人来说,这类信息会直接影响他们是否购买房屋的决策。”李泽瑞介绍,凶宅买卖一般有两种情况:

第一种是卖方恶意隐瞒房屋实际情况,导致买方购买房屋。“此事件中女子遭遇的就是这种情况,购房前,她多次强调绝不考虑有凶宅的楼栋。房产经纪公司却提供虚假信息,故意隐瞒与订立合同有关的重要事实,所以一审被判支付违约金。”李泽瑞介绍,根据《中华人民共和国民法典》第一百四十八条规定,一方以欺诈手段,使对方在违背意愿的情况下实施的民事法律行为,受欺诈方有权请求人民法院或者仲裁机构予以撤销。卖家故意隐瞒关键信息,导致买家误判,买家有权请求法院撤销原购房合同。卖家应当返还购房款,并对所造成的损失予以赔偿。所造成的损失可能包括:过户费、装修费等。

第二种是房屋买卖合同签订后甚至过户后,正式交房前,房屋发生不幸事件,导致买家希望解除合同,退还费用。“这种情况下法院往往会认为,虽然房屋结构没有发生损失,但是仍然构成重大瑕疵,可以支持退房。”李泽瑞介绍,此前杭州的一个案例,一卖家在卖房后和买家商定返租,双方签订合同,完成过户,约定一年后交房。不幸的是在完成交房前,卖家返租期间,其孩子在房间内非正常死亡。法院一审支持了买家要求退房并返还购房款的诉求。

怎样才能避免买到“凶宅”?

李泽瑞提醒,买房人在确定购买二手房前,应向小区物业公司、业主等了解房屋情况。同时,买房时还需选择可靠度、信用度较好的房产经纪公司,并在购房时将自己的需求进行明确告知,防止中介机构隐瞒事实进行交易。还要特别注意的是,买房人应当对房屋是否为“凶宅”以及其他购房硬性需求在购房合同中进行明确约定,确定违约责任,以便更好地保护自身合法权益。 本报综合消息