

近期，随着拳击奥运冠军夫妇分享给儿子打生长激素的经历，“打针增高”再次成为网友热议的话题。身高什么样的孩子要打生长激素？生长激素是否值得打？生长激素是否有副作用？除了打针，还有哪些方法促进身高增长？记者近日咨询了多位关注儿童生长发育的医生。

# 每天打一针 就能长高？

医生：并非所有孩子都适合



## 并非所有孩子都适合生长激素

“在临床实践中，生长激素的使用通常需要根据具体的适应症来决定。例如，针对因垂体功能障碍导致生长激素分泌不足而出现生长迟缓的情况，或是患有特纳综合征、小胖威利综合征等遗传性疾病的患者，以及小于胎龄儿、特发性矮小症的儿童等。”航空总医院内分泌科主任方红娟说，并非“矮小”的孩子都需要使用生长激素。有些孩子的身高虽然低于同龄人，但并未达到医学上定义的“矮小症”标准。

记者检索发现，生长激素的价格在每针500元至1000元，实际费用因类型、规格、地域、医院等因素有所不同，一年治疗费用通常在上万元。目前，重组人生长激素被纳入《国家基本医疗保险、工伤保险和生

育保险药品目录（2024年）》，其报销类别为乙类药品，为限制性用药。限制性条件为生长激素缺乏症。

“在门诊中，每年会有许多家长带着孩子因身高问题前来就诊。有的孩子还没青春发育，身高稍偏矮范围，家长就急着打生长激素，有的青春发育后期骨骼接近闭合，来要求打针促生长。”江苏南京儿童医院内分泌科主任医师顾威说，并非所有的孩子都适合生长激素，要确定一个孩子是否需要注射生长激素，还要查看儿童身高曲线图，与同年龄同性别同民族进行比较，只有被诊断为矮小症，才可能考虑使用生长激素，但这种治疗方式并非适用于所有矮小儿童，并且必须在经过详尽的医学检查后由专业医生评估决定。

## 生长激素是否有副作用？

家长的焦虑，是生长激素被使用甚至“热捧追逐”的重要原因之一。小悦的家长李女士就讲到了自己的经历，她知道身边有朋友在给小孩子打“增高针”，但多是在很亲密的小圈子里分享效果，“家长心头焦虑身高，不想让娃娃输在起跑线，别人都在想办法，你不想办法，感觉就对不起孩子，自己肯定不想落后嘛。”

曾有媒体报道，深圳有一个家庭为孩子身高而焦虑，带孩子注射

一年的生长激素，结果孩子的身高从109厘米长至120厘米，一年内长高了11厘米，而没打激素前一年只长高了五六厘米。可副作用也随之而来，孩子经常出现感冒、发烧等症状，却找不到病因。此外，每次上完体育课，孩子总感觉肌肉酸痛，早晚还会出现不明原因的头晕症状。后来，停用生长激素后，孩子身体才逐渐恢复正常。

生长激素是否有副作用？方红娟解释，任何药物都可能带来副作用，因此在使用生长激素前，必须进行严格筛查，特别是要检查是否存在潜在的肿瘤细胞或其他禁忌症。虽然生长激素本身不会直接引发肿瘤，但如果体内已有肿瘤细胞，使用生长激素则会成为禁忌。此外，生长激素的使用还可能引发一些副作用，如糖代谢异常、甲状腺功能异常、关节疼痛等问题。因此，接受生长激素治疗的儿童需要定期回访医院，监测健康状况，并根据具体情况调整治疗方案。

因此在使用生长激素前，必须进行严格筛查，特别是要检查是否存在潜在的肿瘤细胞或其他禁忌症。虽然生长激素本身不会直接引发肿瘤，但如果体内已有肿瘤细胞，使用生长激素则会成为禁忌。此外，生长激素的使用还可能引发一些副作用，如糖代谢异常、甲状腺功能异常、关节疼痛等问题。因此，接受生长激素治疗的儿童需要定期回访医院，监测健康状况，并根据具体情况调整治疗方案。

## 对于激素有误解，但也应慎重使用

“生长激素只在符合适应症的情况下才会被使用。”成都大学临床医学院、附属医院儿科副主任医师/副教授董文渊指出，生长激素是激素的一种，在专业医生的指导下使用是安全的。

所谓“符合适应症”，就是包括生长激素缺乏症、染色体异常、特纳综合征、SHOX基因缺陷、努南综合征、小胖威利综合征以及特发性矮小症（ISS）等。但在实际的生长发育门诊中，董文渊遇到了不少家长对激素存在误解和恐

惧。“以前人们提及的激素多指糖皮质激素，它与生长激素有本质区别。糖皮质激素危害较大，可能引发水盐代谢紊乱等副作用，生长激素是一种肽类激素，其结构与人体内生长激素几乎一致，通过分泌生长因子促进软骨增长。”

董文渊强调，所有药物都可能产生不良反应，生长激素也可能有。如果孩子符合生长激素的适应症，医生会明确告知家长可能出现的不良反应，比如可能出现亚临床甲状腺功能减退、高胰岛素血症、骨密

度下降等情况。

除了临床干预外，顾威建议家长们关注日常生活习惯对孩子身高的影响。“饮食荤素搭配，要保证蛋白质的摄入。还要有充足的睡眠，比如在睡后一个小时内，人体内的生长激素出现，在深睡眠一小时后生长激素分泌达到高峰。还有一些跳跃性的有氧运动，比如跳绳、游泳、打篮球等，有助于刺激生长激素的自然分泌。”

（来源：人民日报健康客户端、封面新闻等）

## 医保额度年底 就要清零了？

多地辟谣

临近年底，社交平台上关于“医保额度”的话题又热了起来，“职工门诊统筹额度再不用完，12月底就要清零了”“要抓紧时间用，不然白白浪费了”……这些说法是真的吗？媒体求证发现，所谓的“年底清零”纯属无稽之谈，此前已被多地医疗保障局公开辟谣。

近日，上海市医保局通过官方微信对“个人账户是否会清零”做出解释：根据我国相关现行政策，参加职工医保的参保人都有医保个人账户，这个账户包括当年度个人账户和往年累计结余账户两部分。当年账户资金，是在每年7月1日一个医保年度起始时，预先计入医保个人账户的资金；历年结余资金，是在次年6月30日年度未按规定清算利息后，留存在医保个人账户的资金。每年的财政年度末，当年账户中的剩余资金会自动转入往年累计结余账户，并且这些资金的本金和利息始终属于个人。

至于另一个容易引起误解的“医保统筹额度”，则是指一个自然年度内医保基金可以支付的医疗费用上限，即参保人在一个年度里的报销上限。这个额度是根据每个自然年度的统计数据来确定的，并且新的自然年度开始时进行更新，确保参保人能够持续获得充分保障而做出的一种制度安排。

换句话说，2024年结束进入2025年后，参保人的医保统筹年度报销额度将根据2025年新的统计数据更新，进入新的自然年度进行计算。因此，并不存在报销额度“清零”“浪费”等说法。

（来源：上海网络辟谣）

## 官方设立 “共赴小康”APP？ 假的！

中国社会福利基金会发布声明称，近日接公众举报，有不法分子假冒民政部、财政部发文，杜撰“共赴小康项目”，盗用中国社会福利基金会信息，通过所谓的“注册抽奖”“创投收益”“财政专款发放”等欺诈手段，骗取公众信任，实施网络诈骗活动。

对此，中国社会福利基金会发布警示声明，中国社会福利基金会从未设立过“共赴小康项目”，从未开发、使用过“共赴小康”APP，更未实施过任何所谓的“投资收益性产品”。慈善捐赠受《中华人民共和国慈善法》保护。公众在参与慈善捐赠活动前，须确保自身行为是基于慈善目的自愿、无偿赠与财产的活动，并留意互联网公开募捐服务平台在支付操作前的提示信息。捐赠人如需撤销捐赠行为，须满足《中华人民共和国慈善法》所明确的相关条件。为保障自身合法权益不受侵害，请广大社会公众提高警惕，如遇可疑情况，请及时向当地公安机关报案。

（来源：证券时报）