

令和3年1月10日号 (第215回)

# 阿伎留通信

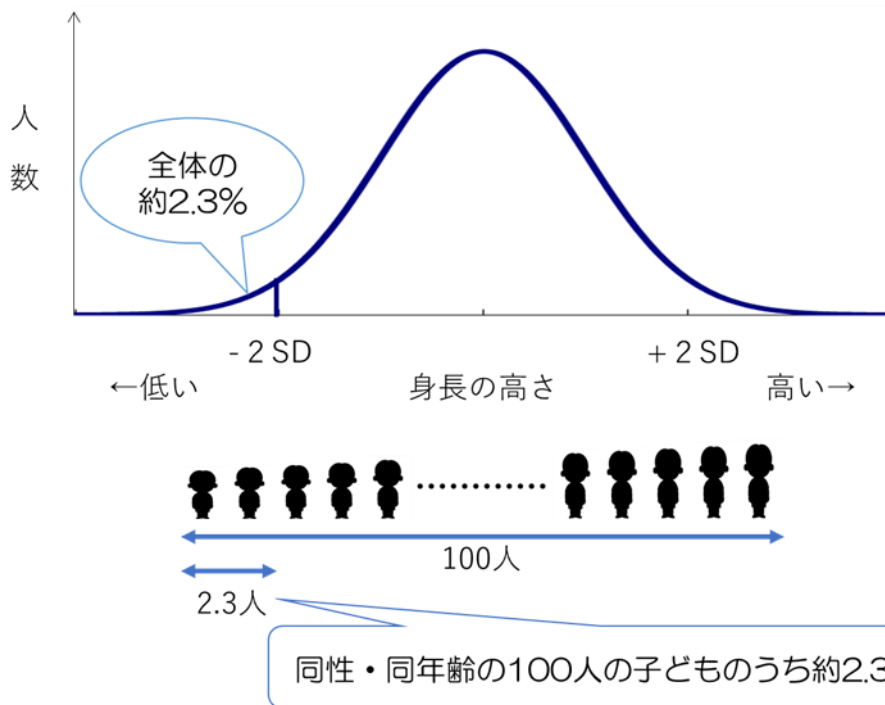
公立阿伎留医療センターは、医の心を重んじ、患者の生命と健康と生活の質を考える良質の医療を実践し、地域医療の最適化に努力します。

今回の阿伎留通信は、「小児科疾患」をテーマに、小児科の鈴木 潤一 医師よりお話しさせていただきます。

子どもの疾患は多岐にわたりますが、今回は小児期に特有の成長障害・低身長についてお話しします。

## 低身長とは

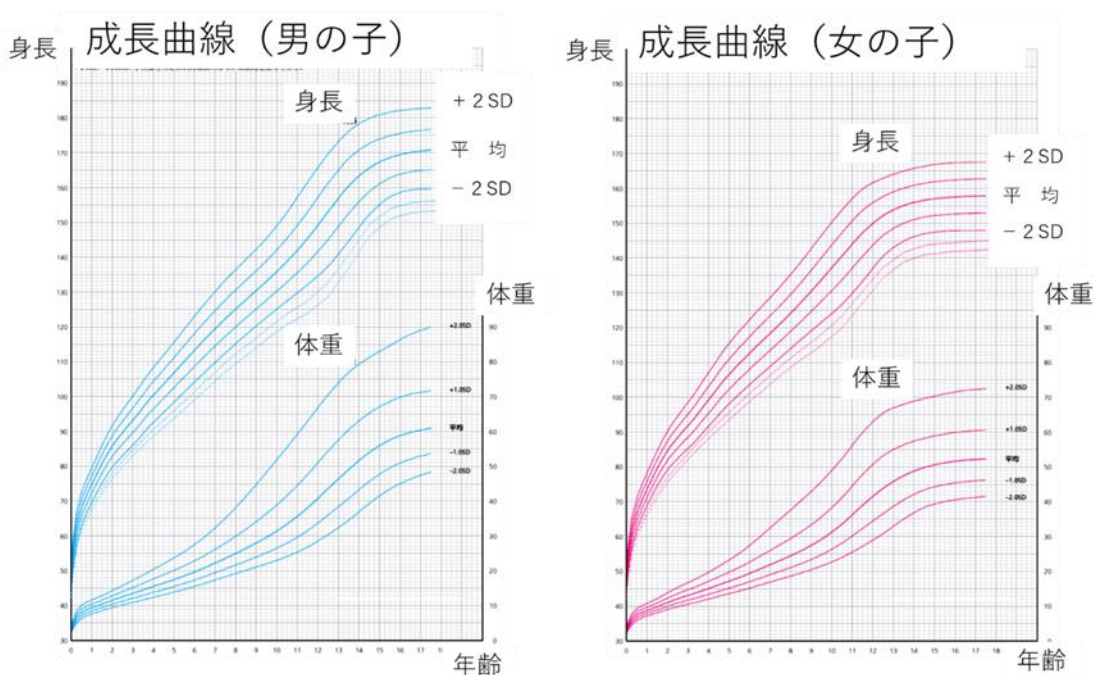
子どもにはそれぞれの個性があり、身長や発育も違います。発育のパターンも個人差があり、背が高い子もいれば、低い子もいるわけです。では、「低身長」とは、どれだけ身長が低いことを意味するのでしょうか？



上図をご覧ください。身長と人数の多さを表した曲線です。「SD」というのは、標準偏差を意味します。身長には個人差がありますので、平均値(0SD)からどのくらい離れているか？という「幅」を示すのがSDです。一般的な目安として、子どもの身長が+2SDから-2SD

の間であれば、標準範囲内ということになります。約 95%の子どもは標準の範囲内に入りますが、100 人のうち約 2~3 人程度の子どものは、 $-2SD$  を下回ります。医学的には、この場合を、低身長とよびます。

お子さんの身長が気になる場合は、成長曲線を描いてみましょう。インターネット等にある成長曲線を利用して、その上に成長の記録をつけてください。お子さんの身長の伸びが標準的な範囲 ( $-2.0SD$  から  $+2.0SD$ ) を大きく外れていなければ、あまり問題はありませぬ。しかし、平均身長との差が大きい場合や身長の伸びが悪くなっている場合には病気が原因のこともありますので、早めに小児科医に相談しましょう。



## 低身長の原因

子どもの低身長の原因では、両親も背が低いなどの遺伝や体質によるものや栄養の問題などが関係したものが大部分を占めます。健やかな子どもの成長に大切なのは、「食事」、「睡眠」、「運動」の3つの要素です。子どもがもっている身長を伸ばす力を十分発揮させるためには、バランスの良い食事、十分で質の良い睡眠、適度な運動を心掛けて、規則正しい生活リズムを習慣づけることが非常に大切です。

一方で、低身長の子どものなかには成長ホルモンなどの身長を伸ばすホルモンが十分出していない場合や、まれですが、染色体や骨の病気によって身長が伸びない場合もあります。これらの病気はそれほど多くはありませんが、早めに治療を受けることで身長を伸ばすことができます。

### (1) 成長ホルモンや甲状腺ホルモンの病気

脳の下垂体と呼ばれる部分から成長ホルモンが十分分泌されないために身長の伸びが悪くなって、徐々に低身長がめだってきます。軽度の成長ホルモン分泌不全の場合には、はっきりした原因がなくても身長の伸びが悪くなることがあります。また、甲状腺ホルモンの分泌が不足したときにも身長の伸びが悪くなる場合があります。これらの病気では、不足している成長ホルモンや甲状腺ホルモンなどを治療で補うことにより身長の伸びが改善

します。

## (2) 染色体の病気 (ターナー症候群やプラダー・ウィリー症候群など)

ターナー症候群は二千人に一人くらいの割合でみられ、女の子にある2本のX染色体が一本しかなかったり、一部が欠けていたりします。均整のとれた低身長ですが、卵巣の発育が悪いので思春期が到来せず、また心臓病や難聴などの合併症の問題もあります。ターナー症候群では、成長ホルモン治療や女性ホルモン治療を行います。

プラダー・ウィリー症候群は15番染色体の変異による病気で、一万人に一人くらいの割合でみられます。低身長だけでなく性腺の発育も悪く、乳幼児期には筋緊張の低下がみられ、肥満や発達障害などの症状もあります。成長ホルモン治療により、身長を伸ばすだけでなく筋力や体の代謝も改善します。

## (3) SGA 性低身長症

妊娠週数に比べて小さい体格で生まれた子の多くは、3歳までに正常範囲内まで身長が伸びますが、3歳までに十分な身長の伸びがみられない子の場合は、その後も低身長が続くことが知られています。この場合をSGA性低身長とよび、一定の条件を満たす場合には成長ホルモン治療をおこないます。

## (4) 骨や軟骨の病気 (軟骨無形成症・軟骨低形成症)

骨や軟骨の異常のために身長が伸びず、胴体にくらべて手足が短いなど、体のバランスに特徴がみられます。この病気は遺伝しますが、ご家族に同じ病気がない場合でも突然変異で子どもだけに病気が見られることがあります。このうちもっとも頻度が多い軟骨異栄養症では、身長を伸ばすために成長ホルモン治療や整形外科で骨延長術を行うことがあります。

## (5) 心臓・肝臓・腎臓などの臓器の異常

心臓、肝臓、消化器などの重要な臓器に病気があると身長の伸びが悪くなります。また、低身長の検査でかくれていた臓器の病気がみつかることもあります。その場合は、臓器の病気の治療を行います。治療によって臓器がよくなれば、身長も伸びることが期待できます。小児慢性腎不全でも低身長となりますが、標準身長の-2.5SDを下回る場合は成長ホルモン治療を行います。

身長が伸びる時期には限りがあり、男の子では声変わり、女の子では生理が始まるとその後の身長の伸びはわずかになります。お子さんの低身長が心配な場合は、早めに小児科医に相談してください。

阿伎留通信については、バックナンバーを公立阿伎留医療センターのホームページで御覧になることができます。ホームページアドレス(<http://www.akiru-med.jp>)