医院体检时医生通常会建议家长做骨密度检查，这个检查到底是不是必要的呢？首先我们需要了解什么是骨密度

**骨密度全称是骨骼矿物质密度，是骨骼强度的一个重要指标。**

骨的生长发育分为生长期（出生开始-20岁）、稳定期（20-35岁）和衰老期（男性>40岁，女性>50岁）。

骨骼加速生长有两个阶段：0-2岁和青春期,一般而言在25-35岁左右达高峰（骨峰值）。

儿童及青少年时期正常的骨骼发育，对我们未来骨骼的健康状况至关重要，人一生中50%-80%的骨量和骨強度都是在儿童或者青少年时期累积的。有研究指出，儿童期的“脆弱骨骼”可能是导致的主要原因之一，儿童时期骨密度偏低，不仅可能导致老年骨质疏松，更重要的是**影响孩子的身高增长**。

IMG_256**身高预测的参考年龄区间**IMG_257  
  
儿童身高预测3周岁即可开始，但一般在青春发育期，即女12-15周岁，男13-16周岁期间，预测成年身高相对较准确。

IMG_258**孩子长高有哪些方法**IMG_259

儿童科学增高需从合理营养、适量运动、充足睡眠入手，多吃蔬菜、牛奶等食品，保证充分营养，多参加跳绳、游泳、打篮球、慢跑、跑楼梯等运动，保证充足睡眠。除了真正需要治疗的矮身材，正常身高的孩子在发育期间是不主张用药的，如果真的觉得孩子需要增高，应该及时到正规医院问诊，由医生判断是否需要进行人为干预即生长激素治疗，切不可盲目信赖各式各样的增高药、增高仪，以免耽误了孩子生长发育的最好时机。

IMG_260

**许多家长有疑问，骨密度检测结果偏低是否代表我家宝宝“缺钙”？**

骨密度检测不是唯一衡量宝宝缺钙的检测手段，检测结果只能反映骨骼强度较低，仍需要结合其他血项检查辅助判断。

IMG_261**骨龄异常有哪些疾病**IMG_262

骨龄 - 生活年龄的差值在±1岁以内的称为发育正常。

骨龄 - 生活年龄的差值>1岁的称为发育提前(简称:早熟)。

骨龄- 生活年龄的差值<-1岁的称为发育落后(简称:晚熟)。

骨龄的异常，常常是儿科某些内分泌疾病所表现的一个方面。

许多疾病将影响骨骼发育，或使其提前或使其落后，如肾上腺皮质增生症或肿瘤、Alreb-ert综合征、性早熟、甲亢、卵巢颗粒细胞瘤等将导致骨龄提前;而卵巢发育不全(Turner综合症)、软骨发育不全、甲低等将导致骨龄明显落后。

IMG_263IMG_264  
  
科室咨询电话：13869747808