

儿童矮身材的中医认识及辨证施治

王雪峰, 张秀英

基金项目:王雪峰全国名老中医药专家传承工作室建设项目(国中医药人教发[2022]75号);王雪峰辽宁省中医大师传承工作室建设项目(2022-1)

作者单位:110032 沈阳,辽宁中医药大学附属医院儿科

作者简介:王雪峰(1957—),女,医学博士,教授、主任医师。研究方向:中西医结合儿科治疗

通信作者:王雪峰, E-mail:lnzywxf@163.com

【摘要】 矮身材患儿因矮于同龄儿童,可能出现自卑心理,严重影响心理健康,并对未来的学习、生活等均产生不同程度的影响。中医药通过辨证论治可以改善儿童生长发育状态,在本病治疗方面具有一定的优势,本文首先对矮身材的历史沿革进行了梳理,中医对其系统地论述首见于王雪峰教授主编的全国中医药行业高等教育“十四五”规划教材《中西医结合儿科学》。其次对矮身材的病因病机进行了凝练,其病因不外乎先天禀赋不足和后天失养,病位在脾、肾,与心、肝、肺密切相关,病性多属虚。病机本质为五脏不足,精气亏虚。再次确定了扶脾益肾,兼顾他脏的基本治法;其中补肾养肝法适用于肝肾阴虚,筋骨失养者;扶脾健胃法适用于脾胃虚弱,气血不足者;滋肾清心法适用于心肾亏虚,水火失济者;健脾补肺法适用于肺脾两虚,子盗母气者;温补肾阳法适用于肾阳不足,温煦失司者。最后提出了多维调护,未病先防的调护策略,矮身材患儿应注意营养搭配均衡,适度增加运动,合理安排睡眠,顺应四时调体。

【关键词】 矮身材; 中医认识; 辨证施治

doi:10.3969/j.issn.1674-3865.2024.05.004

【中图分类号】 R339.3+5 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1674-3865(2024)05-0380-04

Traditional Chinese medicine understanding of short stature in children and syndrome differentiation and treatment for the disease

WANG Xuefeng, ZHANG Xiuying

Affiliated Hospital of Liaoning University of Traditional Chinese Medicine, Shenyang 110032, China

Corresponding author: WANG Xuefeng, E-mail: lnzywxf@163.com

【Abstract】 Because children with short stature are shorter than children of the same age, they may suffer from low self-esteem, which seriously affects their mental health and has different degrees of impact on their future learning and lives. Traditional Chinese medicine has some advantages in the treatment of this disease because its syndrome differentiation and treatment can improve the growth and development of children. This paper first sorts out the historical development of short stature, which, as an independent name of the disease, was firstly seen in the textbook of *Integrated Traditional Chinese and Western Medicine Pediatrics* edited by Prof. Wang Xuefeng. Then, the etiology and mechanism of short stature are summarized. Its etiology is the deficiency of innate endowment and the lack of nutrition in later life. The disease is located in the spleen and kidneys, and it is closely related to the heart, liver and lungs. The nature of the disease is mostly deficiency. The primary mechanism of the disease is the deficiency of the five organs and the deficiency of essence and qi. The basic treatment principle is determined again, which is to support the spleen and nourish kidneys and also to take into account other organs. Among the treatment methods, the method of tonifying the kidneys and nourishing the liver is suitable to those with deficiency of yin in the liver and kidneys and loss of nourishment of the muscles and bones; the method of supporting the spleen and strengthening the stomach is suitable to those with weakness of the spleen and stomach and deficiency of qi and blood; the method of nourishing the kidneys and clearing the heart is suitable to those with deficiency of the heart and kidneys and imbalance of water and fire; the method of strengthening the spleen and nourishing the lungs is suitable to those with deficiency in the lungs and spleen and loss of qi of the mother; the method of warming and tonifying the

kidney-yang is suitable to those with insufficiency of the kidney-yang and dysfunction of warming. Finally, the strategy of multi-dimensional care and prevention before the onset of disease is put forward. For children with short stature, attention should be paid to balanced nutrition, moderate increase in exercise, reasonable arrangement of sleep, and adjustment of the body in line with the four seasons.

【Keywords】 Short stature; Traditional Chinese medicine understanding; Syndrome differentiation and treatment

矮身材(矮小症)是指在相似生活环境下,同种族、同性别和年龄的个体身高低于正常人群平均身高 2 个标准差者(−2SD),或低于第 3 百分位数(−1.88SD)^[1]。其发病率男女存在一定差异,男性约为 4.87%,女性约为 4.19%^[2]。患儿因身材矮于同龄儿童,可能出现自卑心理,严重影响心理健康,并对未来的学习、生活等均产生不同程度的影响。其病因复杂,以生长激素缺乏症、特发性矮小症、体质性青春发育期延迟、家族性矮小和先天性甲状腺功能减低症为多见^[3]。西医对待矮身材主要是对因治疗及使用重组人生长激素进行治疗。重组人生长激素获批临床应用已有近 40 年历史,国际上各大数据库都验证了其具有明确地改善儿童身高的疗效和良好的安全性^[4]。近 10 年来,国内也上市了长效生长激素(聚乙二醇化重组人生长激素),临床研究证实其生长速率的改善优于每天注射的短效生长激素^[5]。尽管如此,由于矮身材病因复杂,不同体质的孩子对生长激素疗效反应不一,且存在生长激素抵抗及使用的禁忌证等。因此,近几年来,中医药通过辨证论治可以改善儿童生长发育状态,在本病治疗方面具有一定的优势,中西医结合则效果更好^[6]。本文仅就儿童矮身材的中医认识及辨证施治进行论述,以便指导临床,提高疗效。

1 矮身材的沿革

中医对本病的系统论述首见于王雪峰教授主编的全国中医药行业高等教育“十四五”规划教材《中西医结合儿科学》^[7],该教材对其定义、病因病机、辨病思路、辨证论治、中医外治疗法及预防调护均有相关描述,为本病在中医相关书籍的首次记载。考诸古文献,矮小患儿历来有之,学者多将其归为胎怯、胎弱、虚劳、五迟、五软等范畴。

1.1 胎怯、胎弱

陈自明《妇人大全良方·妊娠胎不长养方论》中云:“夫妊娠之人,有宿挟疾而后有娠。或有娠时,节适乖理,致生疾病,并令脏腑衰损,气力虚羸,令胎不长。”孕妇脏腑衰弱、气血不足时,可供给胎儿的营养物质就会缺乏,可以引起胎弱。张介宾在《景岳全书·妇人规》亦语:“妊娠胎气本乎血气。胎不长者,亦惟血气

之不足耳。”钱乙在《小儿药证直诀·胎怯》中描述:“生下面色无精光,肌肉薄,大便白水,身无血色,时时哽气多哕,目无精彩。”胎弱、胎怯均突出新生儿的身高和体质量的落后,是由于父母精气不足、气血不充造成的。

1.2 虚劳

也可称为虚损。《素问·通评虚实论篇》云:“精气夺则虚。”《素问·宣明五气篇》中提到的“五劳所伤”和《难经·十四难》中提到的“一损损于皮毛……二损损于血脉……三损损于肌肉……四损损于筋……五损损于骨……”均提示“劳”和“损”为过度使用而引起一些皮肉筋骨脉的损伤。虚劳经常是指一些疾病失治误治或者患病后未得到及时的调养而引起的一系列慢性虚损性证候。部分矮身材可由气血津液之虚和五脏之虚造成,似乎与虚劳病相关,但“虚劳”的范畴宽泛,无法突出身材矮小的症状特点。

1.3 五迟、五软

《张氏医通·五迟五硬五软》云:“五迟者,立迟、行迟、齿迟、发迟、语迟是也。”钱乙在《小儿药证直诀·杂病证》中提到“长大不行,行则脚细。齿久不生,生则不固。发久不生,生则不黑。”皆为五迟患儿的临床典型症状。《婴童百问·五软》言:“五软者,头软、项软、手软、脚软、肌肉软是也。”五迟、五软,病常相兼,故常合而称之。古代先贤认为五迟五软主要责之于父母精血不足,以致患儿所获先天之精缺乏,单靠后天补益效果不佳,即使获得充足的营养,也难有很好的改善,整体预后较差。临床上,矮身材的患儿可伴见五迟症状,但并不以五软为典型症状。因此,称其为“五迟、五软”亦不太合适。

1.4 侏儒

《礼记·王制》:“瘠聋、跛躄、断者、侏儒、百工,各以其器食之。”郑玄注:“侏儒,短人也。”侏儒一般泛指身材矮小之人。《左传·襄公四年》:“臧纥救鄆……我君小子,朱儒是使。”杜预注:“臧纥短小,故曰朱儒。”东晋·葛洪《抱朴子·明本》云:“夫侏儒之手,不足以倾嵩华;焦侥之胫,不足以测沧海。”可见,“侏儒”却可代指身材矮小之意,但从传统文化继承角度来看,其含义宽泛且略带贬义,且在现代医学中已经有“侏

儒症”这一病名,属于病理性矮小中单纯的生长激素缺乏引起的身材矮小。可见,侏儒症不能涵盖矮身材,故其不能作为相应的中医病名。

2 五脏不足,精气亏虚为病机关键

矮身材病因不外乎先天禀赋不足和后天失养,病位在脾、肾,与心、肝、肺密切相关,病性多属虚。

2.1 肝肾阴虚,筋骨失养

《灵枢·经脉》曰:“人始生,先成精。”《素问·上古天真论》曰:“肾者主水,受五脏六腑之精而藏之。”肾藏精,主骨生髓,促进机体的生长、发育和生殖,调节机体代谢和生理功能活动。肝藏血,在体合筋,肝血充足,筋骨得养,生长正常。若先天胎禀怯弱,或因后天疾病影响,耗损津液,致肝肾亏损,筋骨失养,则筋骨生长缓慢,身材矮小。

2.2 脾胃虚弱,气血不足

《医宗必读》曰:“一有此身,必资谷气,谷气入于胃,洒陈于六腑而气至,和调于五脏而血生,而人资之以为生者也,故曰后天之本在脾。”脾主运化,将水谷运化为精微物质,濡养四肢、脏腑和经络,供给小儿的生长发育。若后天饮食失节或因疾病导致脾胃虚弱,运化无力,气血两虚,五脏失养,进而生长发育缓慢。

2.3 心肾亏虚,水火失济

《素问·五藏生成篇》曰:“诸血者,皆属于心。”《素问·痿论篇》曰:“心主身之血脉。”《灵枢·本神》曰“心藏脉,脉舍神……肾藏精……”,表明了心主血脉而藏神,肾主骨生髓而藏精。心在上焦,属火;肾在下焦,属水。心中之阳下降至肾,能温养肾阳;肾中之阴上升至心,则能涵养心阴。肾阴亏损,阴精不能上承,因而心火偏亢,失于下降,水火失于互济,神志不得安宁,则生长缓慢。

2.4 肺脾两虚,子盗母气

吴鞠通在《温病条辨·解儿难》中指出,小儿“其脏腑薄,藩篱疏,易于传变;肌肤嫩,神气怯,易于感触。”《素问·阴阳应象大论》曰:“天气通于肺。”《素问·六节藏象论》曰:“肺者,气之本,魄之处也;其华在毛,其充在皮。”肺为华盖,六淫邪气通过口鼻或者皮毛而入,首先犯肺。小儿“肺常不足”,腠理疏松,肺卫不固,每遇时邪易于感触^[8]。反复外感,子盗母气,久则损耗正气,影响脾的运化功能,气血生化乏源则影响其生长发育。

2.5 肾阳不足,温煦失司

肾精化为肾气,肾气由肾阴和肾阳两部分组成,肾阳为一身阳气之本,肾阳对机体有温煦、激发、兴奋作用,能促进气化过程,促进精血津液的化生,能加快人体各种生理活动的进程。小儿“肾常虚”,若胎禀怯

弱,肾精不足,无以化气成形,致髓亏骨弱,则影响生长发育。阳虚则肌表肌肤失于温煦,故畏寒肢冷。

3 扶脾益肾,兼顾他脏为基本治法

3.1 补肾养肝法

适用于肝肾阴虚,筋骨失养者,症见形体瘦小,四肢细软,生长缓慢,发稀萎黄,气怯神疲,面容不华,肢冷畏寒,腰膝酸软,舌淡少苔,脉沉无力。可给予加味六味地黄丸加减。兼有舌苔花剥,甚至无苔者加生地、麦冬;兼有神烦易怒者加白芍、郁金、合欢花;兼有虚热者加地骨皮、白薇;兼有盗汗者加浮小麦、煅牡蛎。

3.2 扶脾健胃法

适用于脾胃虚弱,气血不足者,症见形体虚羸,身材矮小,少气懒言,四肢乏力,面色萎黄,纳食欠佳,大便稀溏,舌质淡,苔薄白,脉细无力。可给予归脾汤加减。兼有身困体乏者加西洋参;兼有舌质白腻者加藿香、砂仁;兼有食滞者加神曲、山楂;兼有大便秘溏者加白扁豆、山药。

3.3 滋肾清心法

适用于心肾亏虚,水火失济者,症见身材矮小,虚烦心悸,夜寐不安,失眠多梦,口舌生疮,大便干燥,舌红少苔,脉细数。可给予天王补心丹加减。兼有精神恍惚,言语失常者,加小麦、甘草、大枣;咽干口燥、盗汗者,加白芍、五味子;纳呆、失眠者加茯苓、麦芽;心悸不安者,加龙眼肉、夜交藤。

3.4 健脾补肺法

适用于肺脾两虚,子盗母气者,症见身材矮小,反复外感,面黄少华,动则多汗,少气懒言,形体消瘦,肌肉松弛,厌食,或大便溏薄,口唇色淡,舌质淡红,脉数无力。可给予玉屏风散加减。食少者,加鸡内金、炒谷芽、生山楂开胃消食;便溏者,加炒苡仁、茯苓健脾化湿。

3.5 温补肾阳法

适用于肾阳不足,温煦失司者,症见身材矮小,面色白,骨骼脆弱,筋骨痿软,畏寒肢冷,舌淡胖,苔黄腻或白腻,脉沉细。可给予右归饮加味。若腰膝酸软或足跟痛,加淫羊藿、狗脊;兼有夜寐不安者加酸枣仁、茯神;兼有遗尿者加益智仁、桑螵蛸、金樱子;兼有先天禀赋不足者加枸杞子;兼有智力低下者加益智仁、五味子。

4 多维调护,未病先防

4.1 营养搭配均衡

生长激素/胰岛素样生长因子轴是调控生长的重要途径。研究显示,短期内热量摄入的减少,可导致胰岛素样生长因子1浓度降低;蛋白质、微量元素

摄入不足,也会降低胰岛素样生长因子 1 的水平,进而影响生长发育^[9]。小儿脾常不足,加之小儿乳食不节,或父母喂养失当,易伤脾胃,脾不运化,运化失职,影响水谷传输和水液代谢。此外,小儿“阳常有余,阴常不足”,尤其素体阴亏患儿,平素过食辛辣厚味之品,可致青春期发育提前,骨骺闭合加速。研究发现,青春发育提前与肥胖呈正相关^[10]。因此,小儿平素应饮食有节,勿嗜食膏粱厚味辛辣之品,防止青春发育提前。

4.2 适度增加运动

《素问·宣明五气篇》曰:“久视伤血,久卧伤气,久坐伤肉,久立伤骨,久行伤筋。”积极的体育锻炼有助于气机舒畅、气血调和、筋骨强健、肌肉发达,能促进小儿生长发育。研究发现,中等强度有氧运动 10 min 可使生长激素水平增加^[11]。因此,建议生长发育期的小儿应积极参加体育锻炼,同时结合个人体力及耐受能力,劳逸结合,做到“形劳而不倦”。

4.3 合理安排睡眠

《素问·金匱真言论》曰:“合夜至鸡鸣,天之阴,阴中之阴也;鸡鸣至平旦,天之阴,阴中之阳也。故人亦应之。”人体的生长激素分泌主要在夜间。良好的睡眠质量可以保证夜间生长激素的分泌,促进生长,而睡眠障碍时生长激素则处于低分泌。因此,生长发育期儿童睡前避免过度兴奋,营造安静、舒适的睡眠环境。同时,《素问·逆调论》曰:“胃不和,则卧不安。”故应做到睡前不进食,保证 22 点前进入良好的深睡眠。此外,也应警惕并治疗影响儿童睡眠的相关疾病,如腺样体肥大、过敏性鼻炎、阻塞性睡眠呼吸暂停等。

4.4 顺应四时调体

《史记·太史公自序》曰:“春生夏长,秋收冬藏。”研究显示,儿童的生长发育具有季节性,春夏之交长得最快^[12-13]。儿童生长发育的这种季节性规律与“春生夏长,秋收冬藏”相一致。因而应顺天时调养身体,春夏万物生发时,建议多参加户外活动,加强锻炼,有助于身高增长;秋冬万物收藏时,养阴调体,可适当给予膏方调理,为来年春季生长做准备。

儿童的生长及终身高受遗传因素、先天因素、出生时体质量和身高、营养和睡眠等因素共同作用。临床观察发现,矮身材患儿经实验室检查排除各项

疾病后,不明原因的特发性身材矮小居多。针对该类患儿的临床特征,在常规使用生长激素治疗基础之上运用中药辨证论治,并配合运动(特别是弹跳为主的下肢运动)、合理饮食、充足的睡眠,均取得了较为理想的疗效^[14]。且中药价格低廉,不良反应少,家长易于接受。因此,中西医治疗身材矮小患儿值得临床进一步推广。

参考文献

- [1] 中华医学会儿科学分会内分泌遗传代谢学组. 矮身材儿童诊治指南[J]. 中华儿科杂志, 2008, 46(6): 428-430.
- [2] 季成叶. 中国矮身材青少年的地域分布及体质健康现状分析[J]. 中国学校卫生, 1996, 17(1): 7-9.
- [3] 廖燕. 身材矮小儿童病因的研究进展[J]. 广东医学, 2016, 37(3): 460-462.
- [4] 中华医学会儿科学分会内分泌遗传代谢学组. 《中华儿科杂志》编辑委员会. 基因重组人生长激素儿科临床规范应用的建议[J]. 中华儿科杂志, 2013, 51(6): 426-432.
- [5] Luo X, Hou L, Liang L, et al. Long-acting PEGylated recombinant human growth hormone (Jintrolong) for children with growth hormone deficiency: phase II and phase III multicenter, randomized studies[J]. Eur J Endocrinol, 2017, 177(2): 195-205.
- [6] 丛明, 董丹, 吕珂瑶, 等. 中西医结合治疗儿童特发性矮小 Meta 分析[J]. 中国中西医结合儿科学, 2022, 14(6): 545-552.
- [7] 王雪峰, 郑健. 中西医结合儿科学[M]. 北京: 中国中医药出版社, 2021.
- [8] 潘翌翌, 王雪峰. 从“肺常不足”论呼吸道病毒易感性[J]. 中医儿科杂志, 2010, 6(6): 11-13.
- [9] Hawkes CP, Grimberg A. Insulin-like growth factor-I is a marker for the nutritional state[J]. Pediatr Endocrinol Rev, 2015, 13(2): 499-511.
- [10] Chen C, Zhang Y, Sun W, et al. Investigating the relationship between precocious puberty and obesity: a cross-sectional study in Shanghai, China[J]. BMJ Open, 2017, 7(4): e014004.
- [11] Sauro LM, Kanaley JA. The effect of exercise duration and mode on the growth hormone responses in young women on oral contraceptives[J]. Eur J Appl Physiol, 2003, 90(1-2): 69-75.
- [12] 杨玉霞, 王海燕, 张丽平. 季节对海岛婴幼儿体格生长的影响[J]. 中国儿童保健杂志, 2009, 17(6): 716-718.
- [13] 胡爱华. 季节对婴幼儿体格生长的影响[J]. 浙江预防医学, 2005, 17(7): 53-58.
- [14] 于永慧, 叶进. 特发性矮小的中医临床辨证论治[J]. 长春中医药大学学报, 2011, 27(4): 605-606.

(收稿日期: 2024-10-06)