

性早熟之中醫照護

- ➔ 性早熟的徵兆包含第二性徵出現、發育年紀太早、明顯生長加速。
- ➔ 女生在 8 歲前出現胸部發育、陰毛腋毛發育甚至初經來潮。
- ➔ 男生在 9 歲以前有睪丸變大、陰莖變長、變聲等第二性徵發育。

為什麼會性早熟？

性成熟受基因遺傳、營養狀態、身體疾病、心理問題、環境荷爾蒙等多種因素影響。大部分的性早熟屬於特發性，也就是不明原因的性早熟，這類性早熟不需要過度擔心。

西醫治療

極少數疾病導致的性早熟，需治療疾病才能處理性早熟的問題，若為外在環境導致，則須找出原因並排除。

經醫師評估骨齡與最終身高，決定是否需要接受賀爾蒙治療。

中醫治療

透過口服中藥調理，調節陰陽失衡導致的機能過亢，並為未來長高發育做準備。

飲食與生活注意事項

1. 均衡飲食，減少油炸食物避免肥胖，攝取充足的蛋白質與蔬菜。
2. 充分睡眠。
3. 適度運動。
4. 大多數性早熟只需要注意小孩發育與定期追蹤，對生理健康與發育沒有不良影響，但需要家長關注因生理變化導致的心理適應問題。