



おうちの方へ

桜小学校では、年3回（4月・9月・1月）の発育測定の結果から、個々の児童の成長曲線を作成しています。「思春期やせ症」以外にも、成長曲線に異常をきたす病気があります。成長の様子が気になる方は、成長曲線をお渡ししますので、保健室までご連絡ください。

9月の身体測定の結果は、ほけん日より9月臨時号でお知らせします。

【引用文献】
保健教材ニュース 第221号 2017年
8月15・25日合併号 インタープレス

監修：政策研究大学院大学 保健管理センター 教授 鈴木 眞理 先生

心のSOSのサイン「思春期やせ症」

「思春期やせ症」とは

さまざまなきっかけから、「食べたくない」「食べられない」など、食事の量をひどく減らすことにより、からだが異常にやせる病気です。中高生の子が発症することの多い病気ですが、最近では小学生の子にも増えています。また、男子が発症することもあります。

病気の原因

「思春期やせ症」は心の病気です。多くの場合、学校や家でのストレス、なやみごとや不安など、心の問題がきっかけとなって発症します。

- 家庭内のトラブル
- 友達との関係
- 学校や塾の成績
- 受験 など

体重が減りつづけるとどうなるの？

- 笑わなくなる
- 髪の毛がぬげやすくなる
- 記憶力の低下
- 貧血・低血圧
- 集中力・判断力の低下
- 体毛がこくなる
- 気分が不安定になる
- 皮ふがかさつく
- 便秘

成長期に低体重がつづく 将来のからだにも影響がおよびます

身長が伸びなくなる

やせて栄養不足がつづく、成長にかかわるホルモンに異常が生じ、身長が伸びにくくなります。発見が遅れると、将来、低身長になることもあります。

初潮の遅れや月経異常

女子の場合、初潮が遅れたり、月経周期がみだれて止まったりすることがあります。また、将来、子どもができにくい不妊症になるおそれもあります。

骨粗しょう症になりやすくなる

思春期は骨の成長に大切な時期です。この時期に骨の量が十分に増えないと、大人になって骨折などをしやすくなる骨粗しょう症になる可能性が高まります。

あなたは「思春期やせ症」を見つけるために大丈夫？ 自分の成長曲線を作成しよう

成長曲線とは

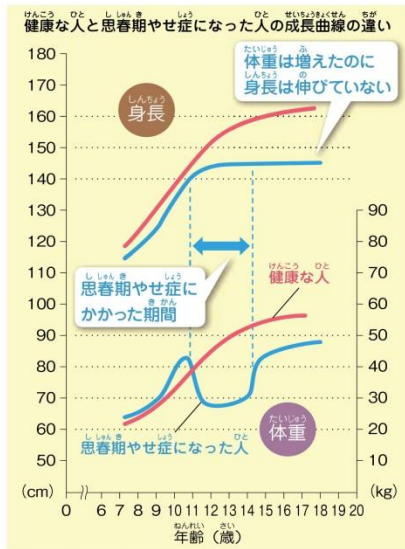
男女別にさまざまな年齢の子どもの身長や体重の記録をたくさん集めて、年齢別の平均値を曲線でつないだものです。自分の成長曲線と比べることで、思春期やせ症などの病気の発見に役立てることができます。

成長曲線の作成方法

- ① これまでの身体測定の結果から、年齢ごとの自分の身長と体重に印をつける
- ② ①でつけた印と印をむすんで曲線にする

どうして病気が見つかるの？

成長期は、身長・体重がどちらも増える時期です。そのため、健康な人の曲線は身長・体重とも上向きに伸びますが、思春期やせ症では、曲線が下向きや水平になるなど異常がみられます。



思春期やせ症は、早めの発見と治療で重症化を防ぐことができます。成長曲線を見て気になることがあれば、家の人や先生に相談しましょう。

ストレスを減らして「思春期やせ症」を防ごう！

- なやみや不安はひとりでかかえこまず、家の人や先生に話してみよう。
- 自分が本当に好きなことを楽しむ時間を大切にしよう。
- 友だちが急にやせたり元気がなくなったりしたら、「大丈夫？」と声をかけよう。