पीडियाट्रिक एंडोक्रिनोलॉजी तथ्य चार्ट
छोटा कद: परिवारों के लिए मार्गदर्शक जानकारी

छोटा कद क्या होता है?

'छोटे कद' का अर्थ है अपनी उम्र और लिंग के बच्चों की तुलना में कम लम्बाई होना। विकास या ग्रोथ चार्ट पर तीसरे या पांचवें परसेंटाइल से कम लम्बाई होने को 'छोटा कद' कहा जाता है।

विकास चार्ट (ग्रोथ चार्ट) क्या होता है?

विकास चार्ट एक निश्चित आयु, लिंग और लम्बाई के बच्चे के औसत विकास को पंक्तियों द्वारा प्रदर्शित करता है। उदाहरण के लिए, यदि किसी लड़के का कद 25वीं परसेंटाइल की रेखा पर है, तो 100 में से लगभग 25 लड़कों का कद उसकी तुलना में कम होगा। अक्सर बच्चों का विकास पूर्णतः इन पंक्तियों के अनुसार नहीं होता। हालांकि ज्यादातर बच्चों की लम्बाई इन पंक्तियों के समांतर होती है। यह विकास चार्ट सेंटर फॉर डिजीज कंट्रोल एंड प्रिवेंशन की वेबसाइट https://www.cdc.gov/growthcharts/data/set1clinical/set1bw/pdf पर मिल सकते हैं।

किस प्रकार का विकास या ग्रोथ पैटर्न असामान्य होता है?

बच्चे के विकास का निरीक्षण करते समय एंडोक्रिनोलोजिस्ट कई चीजों को ध्यान में रखते हैं, जैसे की बच्चे के माता और पिता की लम्बाई क्या है। यदि माता या पिता खुद छोटे कद के हों, तो बच्चे का कद भी छोटा होने की सम्भावना होती है। कद बढ़ने की गति या ग्रोथ वेलोसिटी भी महत्वपूर्ण है। सामान्य से कम विकास गति होना किसी रोग का संकेत हो सकता है।

छोटे कद के क्या कारण हो सकते हैं?

हालांकि अपनी उम्र के बच्चों की तुलना में कम विकास होना किसी रोग का संकेत हो सकता है, ज्यादातर छोटे कद के बच्चे बिलकुल स्वस्थ होते हैं।

स्वस्थ बच्चों में छोटे कद के कारण हैं:

1. पारिवारिक छोटा कद: एक या दोनों माता-पिता का कद कम होना, लेकिन बच्चे की विकास गति सामान्य होना
2. संवैधानिक यौवन विलंब: बचपन के दौरान बच्चे का कद छोटा होता है और युवावस्था की शुरुआत देर से होती है। लेकिन यौवन शुरू होने के बाद सामान्य गति से लम्बाई में बढ़ोतरी देखी जाती है।
3. इडियोपैथिक छोटा कद: छोटे कद का कोई कारण नहीं मिल पाता और बच्चा स्वस्थ होता है।

छोटा कद किसी रोग का संकेत भी हो सकता है। हालांकि ऐसी स्थिति में बच्चे में कुछ अन्य लक्षण भी होते हैं। विकास को प्रभावित करने वाले रोगों में निम्न शामिल हो सकते हैं:

1. लम्बे समय तक चलने वाली बीमारियाँ: हृदय रोग, अस्थमा, सीलियेक रोग, सूजन आंत्र रोग, गुर्दे के रोग, खून की कमी, हड्डी संबंधी विकार और किसी भी प्रमुख अंग को प्रभावित करने वाले रोग
2. कैंसर या कीमोथेरेपी के इलाज के बाद
3. हार्मोन की कमी जैसे हाइपोथायरायडिज्म, विकास या ग्रोथ हार्मोन की कमी, मधुमेह
4. कुशिंग डिजीज जिसमें शरीर बहुत ज्यादा कोर्टिसोल (शरीर का तनाव हार्मोन) बनाता है
5. लम्बे समय तक स्टेरॉयड दवाइयों के साथ ईलाज

6. डाउन सिंड्रोम, टर्नर सिंड्रोम, सिल्वर-रसल सिंड्रोम और नूनैन सिंड्रोम जैसी अनुवांशिक स्थितियां
7. खराब पोषण
8. जन्म के समय कम वज़न या गर्भकालीन के समय कम विकास
9. दवाइयों का प्रयोग, जैसे अस्थमा के लिए स्टेरॉयड इन्हेलर या अटेन्शन डेफ़िसिट हाइपर - ऐक्टिविटी डिसॉर्डर की दवाइयाँ

बच्चे के छोटे कद का परीक्षण कैसे किया जाता है?

सबसे अच्छा "परीक्षण" विकास चार्ट का उपयोग करके समय के साथ बच्चे के विकास की निगरानी करना है । कम से कम 6 महीनों तक विकास की निगरानी करना ज़रूरी है । इस दौरान यदि बच्चे की विकास गति सामान्य है, तो किसी अन्य जांच की आवश्यकता नहीं होती । कभी-कभी बच्चे की पूर्ण लम्बाई का अंदाज़ा लगने के लिए, हाथ के एक्सरे (बाएं हाथ और कलाई) की सहायता ली जा सकती है । स्वस्थ लेकिन छोटे कद के बच्चे में रक्त की जांच कम उपयोगी साबित होती है। यदि बच्चा 3वीं परसेंटाइल की रेखा से नीचे है या सामान्य से कम गति से बढ़ रहा है, तो आपके चिकित्सक आमतौर पर खून की जांच करेंगें।

यह जानकारी पीडियाट्रिक एंडोक्राइन सोसाइटी के मरीज शिक्षा अनुभाग की सहायता से छपी है ।

PES PEDIATRIC ENDOCRINE SOCIETY