

标准差相比所得比值。

### 3. 为什么婴儿/幼儿的生长不宜追求参考值的上限

每个婴儿出生体重不同，由于遗传和环境因素的影响，出生后增长速度和生长轨迹都不可能完全一样。在喂养得当、营养充分、健康良好的情况下，儿童的生长发育水平也存在一定的差异。生长曲线和参考值是基于大部分儿童的生长发育数据推算的范围，是群体研究结果。每一个儿童都会有其自己的生长曲线，并不是每个儿童的生长曲线一定处于平均水平或上游水平。参考值的上限指的是同龄儿童中处于上游 2% 或 3% 的水平，显然不可能所有的儿童都处于此水平。大部分儿童的生长指标都会比较接近均值或中位数 ( $P_{50}$ ) 水平，但均值或中位数水平也不是每个儿童的生长目标。评价某一个儿童的生长时，应将其现在的情况与以往进行比较，尤其应以其出生时的状况为基准，观察其发育动态，才更有意义。

如果盲目追求过快生长，可能会引起童年期肥胖，并增加成年期肥胖、糖尿病、高血压、心血管疾病的发生风险。因此，不要将婴儿的生长指标与参考值的上限相比，追求最高，也不要与平均水平相比，更不要与邻家孩子的指标相比，让婴儿沿其自身正常的生长轨迹成长。

## 【科学依据】

### 【关键事实】

- 婴儿期是生长发育的高峰期，体格指标与婴儿体格生长、智力发育水平有较强关联，是反映营养状况的全面指标。
- 体格生长指标是婴儿发展指标中最易于获得且最灵敏的观察指标。
- 追求过快生长，会增加远期健康风险。
- WHO《儿童生长标准》适用于各个国家。

### 1. 体格指标能全面、灵敏地反映婴儿营养状况，且易于获得

婴儿正处在生长发育的高峰期，充足的营养是促进体格、智力和免疫功能发展的物质基础。体格指标是所有发展评价指标中最易于获得而又灵敏的观察指标，因此定期对婴儿进行体格测量分析是保障婴儿获得健康生长的重要举措。体格指标主要包括体重、身长、头围等。

### 2. 追求过快生长，会增加远期健康风险

早期营养和相应的生长对成年期疾病的发生具有重要影响。营养缺乏导致的低出生体重和出生后生长迟缓，以及过度喂养导致的超重、肥胖，都具有明显的近、远期健康危害。在儿童养育过程中，营养和生长发育方面传统上追求的“多、高、大、快”，在体格、智力和免疫功能等方面带来一定近期效益的同时，也增加了远期健康的