

علائم و دلایل بلوغ زودرس در نوجوانان چیست؟

بلوغ زودرس به ظاهر شدن زودهنگام علائم بلوغ جسمی و هورمونی گفته می‌شود. این اختلال می‌تواند دلایل بسیار مختلفی داشته باشد و مانند هر پدیده‌ی غیرطبیعی دیگری، پیامدهایی در پی خواهد داشت. با ما همراه شوید تا با علت و علائم بلوغ زودرس بیشتر آشنا شوید.

فهمیدن اینکه فرزندان دچار بلوغ زودرس شده است، می‌تواند زنگ خطری برای شما باشد. چرا این اتفاق می‌افتد؟ آیا واقعا فرزند شما می‌تواند اثرات جسمی و روانی بلوغ زودرس را مدیریت کند؟

بسیاری از کودکانی که دچار بلوغ زودرس می‌شوند، نیازی به درمان ندارند. در موارد ضروری هم درمان فقط به توقف روند بلوغ کمک می‌کند. در ادامه به حقایق دربارهی علل بلوغ زودرس و اثرات احتمالی آن روی کودکان اشاره می‌کنیم.

بلوغ زودرس چیست؟

بلوغ معمولا در دختران بین سنین ۸ تا ۱۳ سال و در پسرها بین سنین ۹ تا ۱۴ سال آغاز می‌شود. پزشکان بلوغ زودرس را زمانی تشخیص می‌دهند که به دلایلی نامعلوم، این روند طبیعی زودتر آغاز شود و با رشد استخوان و جهش رشدی همراه باشد.

بلوغ زودرس در دخترانی که قبل از سن ۷ سالگی و پسرانی که قبل از سن ۹ سالگی نشانه‌های مهم بلوغ در آنها دیده شود، تشخیص داده می‌شود. تقریبا ۱ کودک از میان ۵ هزار کودک به بلوغ زودرس دچار می‌شود.

انواع بلوغ زودرس

- بلوغ زودرس مرکزی؛
- بلوغ زودرس محیطی.

بلوغ زودرس مرکزی شایع‌تر از بلوغ زودرس محیطی است. این روند برای بلوغ طبیعی نیز یکسان است اما زودتر از موعد اتفاق می‌افتد. غده‌ی هیپوفیز هورمونی به نام گونادوتروپین تولید می‌کند. این هورمون باعث تحریک بیضه‌ها و تخمدان‌ها می‌شود تا هورمون‌های دیگر یعنی تستوسترون یا استروژن تولید شود. اینها هورمون‌های جنسی هستند که باعث تغییرات جنسی در دوران بلوغ (مانند رشد سینه‌ها در دختران) می‌شوند.

بلوغ زودرس محیطی یا بلوغ زودرس کاذب، شرایط متفاوتی دارد. این نوع بلوغ زودرس به‌ندرت اتفاق می‌افتد. هورمون‌های استروژن و تستوسترون باعث بروز علائم بلوغ می‌شوند، اما مغز و غده‌ی هیپوفیز درگیر نمی‌شوند. بلوغ زودرس محیطی معمولاً در اثر اختلالاتی در تخمدان‌ها، بیضه‌ها، غدد آدرنال یا غده‌ی تیروئید بسیار کم‌کار ایجاد می‌شود.

تلاک زودرس (Premature thelarche) به بزرگ شدن زودهنگام سینه‌ها گفته می‌شود. این اختلال معمولاً در دختران بسیار خردسال مشاهده می‌شود. در چنین مواقعی، اغلب والدین گمان می‌کنند که فرزندشان دچار بلوغ زودرس شده است، اما این اختلال با بلوغ زودرس فرق دارد. اگرچه این علائم می‌تواند برای والدین نگران‌کننده باشد، اما به درمان نیاز ندارد و فقط باید مورد بررسی قرار گیرد.

پوبارک زودرس هم به رشد زودرس موهای ناحیه‌ی تناسلی یا زیربغل در سنین پایین اطلاق می‌شود. این اختلال زمانی که غدد آدرنال در سنین پایین شروع به ترشح هورمون می‌کنند، ایجاد می‌شود. پوبارک زودرس هم می‌تواند برای والدین نگران‌کننده باشد اما به‌طور کلی مشکلی به‌وجود نمی‌آورد و از نشانه‌های بلوغ زودرس نیست.

با این حال این اختلال می‌تواند از علائم اولیه‌ی ترشح غیرطبیعی و بیش از اندازه‌ی هورمون آدرنال باشد که باید مورد ارزیابی قرار گیرد.

بسیاری از کارشناسان معتقدند که امروزه به‌طور میانگین، بلوغ در بعضی کشورها مانند آمریکا، نسبت به گذشته زودتر شروع می‌شود. با این حال که سن متوسط عادت ماهانه تقریباً همچون گذشته است و تغییری نکرده است اما نشانه‌های اولیه‌ی بلوغ (مانند بزرگ شدن سینه‌ها) یک سال زودتر از گذشته در بین نوجوانان دیده می‌شود.

علائم بلوغ زودرس

علائم بلوغ طبیعی و بلوغ زودرس تقریباً مشابه است، فقط «زمان وقوع بلوغ» تعیین‌کننده‌ی طبیعی یا زودرس بودن بلوغ است. این علائم عبارتند از:

در دختران:

- بزرگ شدن سینه (که اغلب اولین نشانه است)؛
- عادت ماهانه (که معمولاً ۲ یا ۳ سال بعد از شروع علائم اولیه دیده می‌شود)

در پسران:

- رشد بیضه‌ها، آلت تناسلی و کیسه‌ی بیضه؛
- بَم شدن صدا (که معمولاً آخرین نشانه‌ی بلوغ در پسران است)
- جهش رشد یکی دیگر از علائم بلوغ زودرس هم در پسران و هم در دختران است.

علل بلوغ زودرس مرکزی

در اغلب موارد، متخصصان نمی‌توانند بفهمند که چه چیزی باعث بلوغ زودرس مرکزی، به‌ویژه در دختران می‌شود. گاهی اوقات بلوغ زودرس مرکزی به‌دلیل مشکلات پزشکی ایجاد می‌شود. مشکلات پزشکی در پسران و کودکان زیر ۶ سال شایع‌تر از دختران است، به‌خصوص اگر بلوغ به‌سرعت در حال پیشرفت باشد. موارد زیر برخی از این مشکلات پزشکی هستند:

تومورها و انباشتگی غیرطبیعی سلول‌های گوشتی که اغلب خوش‌خیم هستند؛

آسیب مغزی که می‌تواند ناشی از جراحی یا ضربه به سر باشد که سبب می‌شود توازن هورمون‌ها به‌هم بریزد؛

التهاب مغز که گاهی اوقات از عفونت ناشی می‌شود.

این فهرست می‌تواند نگران‌کننده باشد، اما به‌خاطر بسپارید که تنها در موارد بسیار کمی بلوغ زودرس مرکزی در بین پسران، به‌دلیل مشکلات پزشکی اتفاق می‌افتد. وقوع بلوغ زودرس مرکزی بر اثر مشکلات پزشکی در دختران نیز بسیار نادر است.

عوامل مرتبط با بلوغ زودرس

عواملی که در اینجا ذکر می‌کنیم، علت اصلی نیستند، فقط مواردی هستند که به‌نظر می‌رسد با بلوغ زودرس ارتباط دارند:

جنسیت: دختران ۱۰ برابر بیشتر از پسران احتمال دارد دچار بلوغ زودرس مرکزی شوند.

نژاد: محققان دلیل این امر را نمی‌دانند اما به‌نظر می‌رسد به‌طور متوسط دختران آفریقایی-آمریکایی حدود یک سال زودتر از دختران سفیدپوست دچار بلوغ می‌شوند.

برخی متخصصان می‌گویند که بلوغ در دختران کمتر از ۶ سال آفریقایی-آمریکایی، بلوغ زودرس در نظر گرفته می‌شود.

چاقی: اگرچه برخی از مطالعات نشان می‌دهند که بین چاقی دختران کوچک و افزایش خطر ابتلا به بلوغ زودرس ارتباطهایی وجود دارد، اما چگونگی این ارتباط دقیقاً مشخص نیست. به نظر می‌رسد که چاقی در پسران به بلوغ زودرس ارتباطی ندارد.

ژنتیک: گاهی اوقات بلوغ زودرس می‌تواند در نتیجه‌ی جهش‌های ژنتیکی باشد که باعث ترشح هورمون‌های جنسی می‌شود. در اکثر مواقع، کودکانی که به این علت دچار بلوغ زودرس مرکزی می‌شوند، والدین یا خواهر و برادرشان نیز به این اختلال دچار بوده‌اند.

فرزندخواندگی بین‌المللی: مطالعه‌ای نشان داده است کودکانی که از خارج از کشور به فرزندخواندگی قبول می‌شوند، بین ۱۰ الی ۲۰ برابر بیشتر احتمال دارد که به بلوغ زودرس دچار شوند. در این مورد هم محققان و متخصصان در مورد علت این امر اطمینان ندارند اما عدم اطمینان از سن دقیق کودکانی که به فرزندخواندگی قبول می‌شوند، می‌تواند نتایج تحقیق را تحت تأثیر قرار بدهد.

پیامدهای بلوغ زودرس

بلوغ زودرس در کودکان ممکن است مشکلات جسمی و روحی زیادی در برداشته باشد که در زیر به آنها اشاره می‌کنیم.

۱. کوتاهی قد

اگرچه کودکانی که به بلوغ زودرس دچار می‌شوند، اغلب نسبت به سن خود قد بلندتری دارند، اما در بزرگسالی کوتاه‌قد می‌شوند، چرا؟ زمانی که مراحل بلوغ به پایان می‌رسد، رشد نیز متوقف می‌شود. وقتی که بلوغ زودرس، زودتر از بلوغ طبیعی به پایان می‌رسد، رشد این کودکان در سنین پایین‌تر متوقف می‌شود. در نتیجه گاهی اوقات قد این کودکان کوتاه‌تر از آنی می‌شود که در بلوغ طبیعی از آنها انتظار می‌رود.

۲. مشکلات رفتاری

نتایج برخی از مطالعات نشان از ارتباط بلوغ زودرس و مشکلات رفتاری دارد، به خصوص در کودکانی که تأخیر در رشد دارند. با این حال بسیاری از متخصصان احتمال صحت این نتایج را ضعیف می‌دانند.

۳. فعالیت‌های جنسی در سنین پایین‌تر

اگرچه این امر احتمال دارد که والدین را بسیار نگران کند اما شواهد محکمی برای اثبات این ادعا وجود ندارد.

۴. استرس

بلوغ به خودی خود دورانی طوفانی است، حتی اگر به موقع اتفاق بیفتد. بلوغ در بچه‌های کوچک‌تر می‌تواند استرس و فشار بیشتری به همراه داشته باشد. آنها احساس ناخوشایندی پیدا می‌کنند وقتی می‌بینند از لحاظ ظاهری با همسالان خود فرق دارند. عادت ماهانه برای دختران ۹ ساله و کوچک‌تر یا کسانی که دچار تأخیر رشد شده‌اند، می‌تواند نگران‌کننده باشد. والدین می‌توانند با آموزش کودکان در مورد تغییرات این دوران، به آنها در سپری کردن این دوره کمک کنند.

۵. فطرات دیگر

برخی مطالعات نشان از ارتباط میان بلوغ زودرس در دختران و افزایش اندک خطر ابتلا به سرطان سینه در مراحل بعدی زندگی دارد. با این حال شواهد کاملاً مشخص نیستند. برای اثبات این ادعا تحقیقات زیادی باید انجام شود.

نکاتی که باید والدین به یاد داشته باشند

نگران شدن درباره‌ی بلوغ زودرس کودکان کافی نیست! شما به‌عنوان پدر و مادر باید علائم بلوغ زودرس را جدی بگیرید. این علائم باید توسط متخصص غدد کودکان مورد بررسی قرار بگیرند.

کودکان و والدین نباید به بلوغ زودرس به چشم یک بیماری ترسناک نگاه کنند.

علائمی که ممکن است علائم بلوغ زودرس در نظر گرفته شود، اغلب به این اختلال ربطی ندارند و خودبه‌خود حل می‌شوند.

بسیاری از کودکانی که علائم بلوغ زودرس دارند، هم از لحاظ پزشکی، هم از لحاظ روانی و هم از لحاظ اجتماعی سالم هستند و مشکلی ندارند.