



[https://printo.it/pediatric-rheumatology/BE\\_FM/intro](https://printo.it/pediatric-rheumatology/BE_FM/intro)

## **Pijnsyndromen van de Ledematen**

Versie 2016

### **6. Goedaardig hypermobiliteitssyndroom**

#### **6.1 Wat is het?**

Hypermobiliteit verwijst naar kinderen met flexibele of slappe gewrichten. Het wordt ook wel gewrichtszwakte genoemd. Sommige kinderen kunnen pijn hebben. Het goedaardig hypermobiliteitssyndroom verwijst naar kinderen die pijn aan de ledematen ervaren vanwege een toegenomen mobiliteit (bewegingsmogelijkheid) van de gewrichten, zonder dat dit gepaard gaat met een bindweefselaandoening. Daarom is het goedaardig hypermobiliteitssyndroom geen ziekte maar een variatie op de norm.

#### **6.2 Hoe vaak komt het voor?**

Het goedaardig hypermobiliteitssyndroom komt extreem veel voor bij kinderen en tieners; bij zo'n 10 tot 30% van de kinderen jonger dan 10 jaar en vooral bij meisjes. Hoe ouder, hoe minder vaak het voorkomt. Het zit vaak in de familie.

#### **6.3 Wat zijn de belangrijkste symptomen?**

Hypermobiliteit resulteert vaak in onderbroken, diepe en terugkerende pijn aan het einde van de dag of nacht in de knieën, voeten en/of enkels. Bij kinderen die piano of viool spelen, kan het ook de vingers aantasten. Lichamelijke activiteit en inspanning kunnen de pijn uitlokken of doen toenemen. In zeldzame gevallen zijn de gewrichten opgezwollen.

---

#### **6.4 Hoe wordt het gediagnosticeerd?**

De diagnose wordt gesteld op basis van een vooraf gedefinieerde set criteria die de gewrichtsmobiliteit en de afwezigheid van andere tekenen van een bindweefselaandoening bepalen.

#### **6.5 Hoe kunnen we het behandelen?**

Er is erg zelden behandeling nodig. Als het kind sporten beoefent zoals voetbal of gymnastiek en vaak gewrichten verstuikt of kneust, moeten de spieren sterker gemaakt worden en moet gewrichtsbescherming (elastische of functionele bandages) gebruikt worden.

#### **6.6 Hoe zit het met het dagelijkse leven?**

Hypermobiliteit is een goedaardige aandoening die naar mate het kind ouder wordt, overgaat. Families moeten erop gewezen worden dat het grootste risico is dat ze het kind geen normaal leven laten leiden. Kinderen moeten aangemoedigd worden om een gewoon aan activiteiten en de sporten die ze leuk vinden deel te blijven nemen.