



<https://printo.it/pediatric-rheumatology/CN/intro>

## 肢体疼痛综合症

第几版本2016

### 5. 生长痛

#### 5.1 生长痛是一种什么样的疾病？

生长痛是一个良性综合征，是肢体的一种特殊的疼痛类型。发病年龄常在3-10岁之间。也称为"儿童良性肢体痛"或"周期性夜间肢体痛"

#### 5.2 生长痛是常见的吗？

在儿科，肢体疼痛是找专业医生就诊的首要原因之一，其中生长痛最为常见。男孩与女孩的发病率相同，世界范围内10%-20%的儿童患有生长痛。

#### 5.3 生长痛的主要症状是什么？

下肢（皮肤、小腿、膝或大腿的后部）疼痛最为常见，且为双侧性。疼痛常出现在傍晚或夜间，经常使患儿痛醒。家长常常描述，孩子在体育活动结束后出现疼痛。疼痛持续时间多为10-30分，但也可从几分钟到几小时不等，疼痛的强度从轻度到重度不等。生长痛呈间断性，间歇期为几天到几月，有些病人可能每天都有疼痛。

#### 5.4 如何诊断生长痛？

具有特征性的疼痛表现，早晨无症状，体格检查无特殊就可以诊断。实验室检查和X线检查均正常，但是X线检查可以排除其它疾病。

#### 5.5 如何治疗生长痛？

向孩子和家长解释此病的良性特性可以减轻他们的焦虑，疼痛发作期间局部按摩、服用温和的止痛剂可能会有帮助。对于疼痛发作频繁的患儿，给予每晚一剂的布洛芬可预防剧烈的疼痛。

#### 5.6 生长痛预后如何？

生长痛并不会引起任何严重的器质性疾病，通常在儿童年龄大时缓解，随着年龄的增长，100%的儿童疼痛消失。

