



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

## Smertesyndromer

Version af 2016

### 6 Hypermobilitetssyndrom

#### 6.1 Hvad er det?

Hypermobilitet er betegnelsen for løse led og ledbånd. Kaldes også leddeløshed. Nogen børn oplever smerter fra leddene.

Hypermobilitetssyndrom henviser til børn, som har smerter pga. udvidet bevægelighed af leddene uden underliggende sygdom i bindevævet. Hypermobilitetssyndrom er ikke en sygdom, men en normal variation

#### 6.2 Hvor hyppigt er det?

Hypermobilitetssyndrom er meget hyppigt hos børn, og er til stede hos mellem 10 og 30% af børn under 10 år. Især piger har tilstanden, som hyppigt løber i familier. Hyppigheden aftager med alderer.

#### 6.3 Hvad er symptomerne?

Hypermobilitet kan give vekslende, tilbagevendende dybe smerter sidst på dagen, typisk i knæ, fødder eller ankler. Fysisk aktivitet og belastning kan udløse eller forværre smerterne. F.eks. kan klaver eller violin træning udløse fingersmerter. Sjældent er der lette ledhævelser.

#### 6.4 Hvordan stilles diagnosen?

Diagnosen stilles ud fra veldefinerede kriterier for normal bevægelighed af leddene og samtidig fravær af anden bindevævssygdom.

---

## **6.5 Hvad er behandlingen?**

Behandling er sjældent nødvendig. Ved gentagen, ledbelastende sport som fodbold eller springgymnastik kan det være nødvendigt at afvende stabiliserende bandager og muskelstyrkende øvelser.

## **6.6 Livet i dagligdagen**

Hypermobilitet er en godartet tilstand, som aftager med alderen. Den største fare er, at børn afholdes fra at deltage i normale aktiviteter. Børn skal opfordres til at opretholde et normalt aktivitetsniveau og deltage i sport efter eget ønske.