



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

## Végtagfájdalom szindrómák

Verzió 2016

### 5. Növekedési fájdalom

#### 5.1 Mi ez?

A növekedési fájdalom a jóindulatú megnevezése a végtagfájdalom egy jellegzetes formájának, amely általában 3 és 10 év közötti gyermekeknél jelentkezik. „Gyermekekori jóindulatú végtagfájdalomnak” vagy „kiújuló éjszakai végtagfájdalomnak” is nevezik.

#### 5.2. Milyen gyakori?

A növekedési fájdalom gyakori panasz a gyermekgyógyászatban. Hasonló gyakorisággal fordul elő fiúknál és lányoknál, és a gyermekek 10-20%-át érinti világszerte.

#### 5.3 Mik a fő tünetei?

A fájdalom leginkább a lábszárakban (sípcsontban, vádliban, combban vagy a térd hátsó részében) jelenik meg, általában mindkét oldalon. A nap végén vagy éjszaka jelentkezik, és sokszor felébreszti a gyermeket. A szülők gyakran arról számolnak be, hogy a fájdalom a testmozgás után alakul ki.

A fájdalmas epizódok általában 10-30 percre tartanak, de időtartamuk néhány perctől több óráig terjedhet. A fájdalom lehet enyhe, vagy nagyon súlyos is. A növekedési fájdalmak átmenetiek, a fájdalommentes időszakok napokig vagy akár hónapokig is eltarthatnak. Bizonyos esetekben a fájdalmas epizódok naponta is jelentkezhetnek.

---

#### **5.4 Hogyan diagnosztizálható?**

A diagnózis alapját a jellegzetes fájdalom képezi, amely reggeli tünetmentes időszakkal és normális fizikális vizsgálati eredményekkel társul. A laboratóriumi tesztek és a röntgenvizsgálatok eredménye rendszerint nem kórosak. Az egyéb kórképek kizárása érdekében azonban röntgenvizsgálatra lehet szükség.

#### **5.5 Hogyan kezelhetjük?**

A folyamat jóindulatúságának hangsúlyozása csökkenti a szorongást a gyermekben és családjában. A fájdalmas epizódok közben helyi masszázs, forró borogatás és enyhe fájdalomcsillapítók segíthetnek. Azoknál a gyermekeknél, akiknél gyakran jelentkezik, egy adag ibuprofen este segíthet a súlyosabb epizódok enyhítésében.

#### **5.6 Mi a prognózis?**

A növekedési fájdalom nem függ össze semmilyen súlyos szervi megbetegedéssel, és általában a gyermekkor végére magától megszűnik. A kor előrehaladtával a fájdalom a gyermekek 100%-ánál elmúlik.