



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

## Végtagfájdalom szindrómák

Verzió 2016

### 6. Jóindulatú hipermobilitás szindróma

#### 6.1 Mi ez?

A hipermobilitás azokra a gyermekekre utal, akiknek az ízületei rugalmasak vagy lazák. Ízületi laxitásnak (lazaságnak) is nevezik. A gyermekek némelyikénél fájdalom jelentkezhet. A jóindulatú hipermobilitás szindróma (Benign Hypermobility Syndrome - BHS) az ízületek fokozott mobilitása (mozgékonyosága) által okozott végtagfájdalomra utal, amelyhez nem társul kötőszöveti betegség. Következésképpen, a BHS nem egy betegség, hanem a normális állapot egy változata.

#### 6.2 Milyen gyakori?

A BHS rendkívül gyakori állapot gyermekeknél és fiataloknál; a 10 évesnél fiatalabbak 10-30%-át érinti, különösen a lányokat. Gyakorisága a kor előrehaladtával csökken. A BHS gyakran előfordul családon belül.

#### 6.3 Mik a fő tünetei?

A hipermobilitás következtében sokszor jelentkeznek átmeneti, erős és kiújuló fájdalom a térdben, lábfejben és/vagy bokában a nap végén vagy éjszaka. Azoknál a gyermekeknél, akik zongoráznak, hegedülnek stb., a fájdalom inkább az ujjakat érintheti. A fizikai tevékenységek és a testmozgás kiválthatja vagy fokozhatja a fájdalmat. Ritka esetben enyhe ízületi duzzanat is kialakulhat.

---

#### **6.4 Hogyan diagnosztizálható?**

A diagnózist az ízületi mozgékonytástot mennyiségileg mérő, előre meghatározott kritériumok, valamint a kötőszöveti betegség egyéb tüneteinek hiánya alapján állítják fel.

#### **6.5 Hogyan kezelhetjük?**

Kezelés nagyon ritkán szükséges. Ha a gyermek bizonyos, ismétlődően az ízületekre ható sportot úz, például futballozik vagy szertornázik, és kiújuló ízületi húzóóásai/szakadáái vannak, izomerősítő gyakorlatokat kell végeznie, és ízületvédő eszközöket (elasztikus vagy funkcionális kötést vagy szorítót) célszerű használnia.

#### **6.6 Befolyásolja-e a betegség a mindennapi életet?**

A hipermobilitás egy jóindulatú állapot, amely a kor előrehaladtával általában elmúlik. A családoknak tisztában kell lenniük azzal, hogy legfőbb kockázata abból adódik, ha megakadályozzák a gyermeket abban, hogy normális életet éljen.

A gyermekeket arra kell bátorítani, hogy fenntartsák a normális tevékenységi szintjüket, így folytassák a kedvenc sportjuk úzését is.