https://printo.it/pediatric-rheumatology/IN_HI/intro

अंग दर्द सिंड्रोम

के संस्करण 2016

५. ग्रोइंग पेन्स

५.१. यह क्या होता है?

यह नाम उस तकलीफ को दिया गया है जो घातक नहीं होती व् जिसमें एक विशिष्ट प्रकार का दर्द होता है।यह तकलीफ आम तौर से ३-१० वर्ष की आयु के बच्चों में देखने को मिलती है।इस तकलीफ को"बीनाइन लिंब पेन ऑफ़ चाइल्डहुड" या "रेकर्रेंट नॉक्टर्नल लिंब पेंस " भी कहा जाता है।

५.२. यह बीमारी कितनी आम है?

यह तकलीफ बच्चों में काफी आम होती है।विश्वभर में औसतन १०-२० प्रतिशत बच्चों में यह तकलीफ पायी जाती है।

५.३. इस बीमारी के प्रमुख लक्षण क्या हैं?

दर्द अधिकतर पैरों में ही होता है(ज्यादातर पिंडली व् टांगों में,घुटनों के पीछे व् जांघों में) व् आमतौर से दर्द दोनों पैरों में होता है।दर्द अधिकतर देर शाम को या रात को होता है व् इससे बच्चे की नींद भी खुल जाती है।अक्सर माता पिता कहते हैं की यह दर्द तब अधिक होता है जब बच्चे ने पूरे दिन शारीरिक परिश्रम किया हो जैसे अधिक खेल कूद इत्यादि।
दर्द आम तौर पर से १० से ३० मिनिट तक रहता है,पर यह कुछ मिनिटों से ले कर घंटों तक रह सकता है।इसकी तीव्रता भी बिलकुल कम से ले कर बहुत अधिक तक रह सकती है।यह दर्द रुक रुक कर आते हैं व् कभी कभी कई दिन या महीनों तक दर्द नहीं होता।इसके विपरीत कुछ बच्चों को दर्द प्रति दिन भी हो सकता है।

५.४. इसका निदान कैसे किया जाता है?

इसका निदान लक्षणों को देख कर किया जाता है: जैसे विशिष्ट प्रकार का दर्द,सुबह को बच्चे का एकदम ठीक होना और बच्चे की शारीरिक जाँच एकदम ठीक होना।लैबोरेट्री की जाँचें व्

क्ष रे एकदम सही आते हैं पर और बीमारियों की पहचान करने के लिए यह सब देखना आवश्यक होता है।

५.५. इसका इलाज कैसे करते हैं?

माता पिता को यह समझना आवश्यक है की यह बीमारी घातक नहीं होती,इससे उनकी चिंता कम हो जाती है।दर्द होने के समय,तेल से मालिश,गरम सिकाई व् दर्द निवारक दवाएं देने से दर्द कम हो जाता है।जिन बच्चों को बहुत तीव्र दर्द उठता है उन्हें शाम को आइबूप्रोफेन नमक दर्द निवारक दवा दी जा सकती है।

५.६. इस बीमारी का प्रोग्नोसिस क्या होता है?

यह बीमारी घातक नहीं होती व् आमतौर से कोई नुकसान नहीं पहुंचाती।बच्चों के बड़े होने क साथ यह अपने आप समाप्त हो जाती है।१००% बच्चों में यह बीमारी उम्र के साथ खत्म हो जाती है।