



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

БОЛЕВЫЕ СИНДРОМЫ КОНЕЧНОСТЕЙ

Версия 2016

6. Синдром доброкачественной гипермобильности

6.1 Что это такое?

Термин «гипермобильность» относится к случаям, когда дети имеют гибкие или разболтанные суставы. Это заболевание известно также под названием «избыточная подвижность сустава». Некоторые дети могут испытывать боль. Синдром доброкачественной гипермобильности (СДГ) относится к ситуациям, когда дети испытывают боль в конечностях из-за повышенной подвижности (увеличенный объем движений) суставов, без каких-либо сопутствующих заболеваний соединительной ткани. Таким образом, СДГ – это не болезнь, а, скорее, вариант нормы.

6.2 Как часто встречается это заболевание?

СДГ чрезвычайно распространенное состояние у детей и подростков: оно встречается у 10 – 30% детей в возрасте до 10 лет, особенно часто у девочек. Его частота уменьшается с возрастом. Синдром часто встречается у нескольких членов одной семьи.

6.3 Каковы основные симптомы?

Гипермобильность часто приводит к прерывистым, глубоким ноющим и рецидивирующим болям в коленях, стопах и/или голеностопных суставах, которые появляются в конце дня или в ночное время. У детей, играющих на фортепиано, скрипке и т.д.,

боль может появляться в пальцах, а не в ступнях. Физическая активность и упражнения могут вызывать или усиливать боль. В редких случаях может присутствовать опухание суставов в легкой форме.

6.4 Как диагностируется данное заболевание?

Диагноз ставится на основании четко определенного набора критериев, которые количественно определяют подвижность суставов, при отсутствии других признаков заболевания соединительной ткани.

6.5 Как мы можем лечить это заболевание?

Лечение требуется очень редко. Если ребенок занимается определенными видами спорта с ударной нагрузкой, такими как футбол или гимнастика, и у него периодически развиваются растяжения/разрывы суставов, необходимо укрепление мышц и использование средств защиты суставов (эластичные или функциональные фиксаторы).

6.6 Как насчет повседневной жизни?

Гипермобильность – это доброкачественное состояние, которое имеет тенденцию разрешаться с возрастом. Члены семьи должны быть в курсе, что основные проблемы будут связаны с тем, если не давать ребенку жить нормальной жизнью.

Детей следует поощрять к тому, чтобы они поддерживали нормальный уровень активности, в том числе путем участия в каких-либо видах спорта, которыми они интересуются.