



<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.