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

肢體疼痛綜合症

第? 版本

5. 生長痛

5. 1生長痛是一種什麼樣的疾病?

生長痛是一個良性症狀，是肢體的一種特殊的疼痛類型。發病年齡常在3-10歲之間。也稱為"兒童良性肢體痛"或"週期性夜間肢體痛"

5. 2生長痛是常見的嗎?

在兒科，肢體疼痛是找專業醫生就診的首要原因之一，其中生長痛最為常見。男孩與女孩的發病率相同，世界範圍內10%-20%的兒童患有生長痛。

5. 3生長痛的主要症狀是什麼?

下肢（皮膚、小腿、膝或大腿的後部）疼痛最為常見，且為雙側性。疼痛常出現在傍晚或夜間，經常使病童痛醒。家長常常描述，孩子在體育活動後出現疼痛。

疼痛持續時間多為10-30分，但也可從幾分鐘到幾小時不等，疼痛的強度從輕度到重度不等。生長痛呈間斷性，間歇期為幾天到幾月，有些病人可能每天都有疼痛。

5. 4如何診斷生長痛?

具有特徵性的疼痛表現，早晨無症狀，體格檢查無特殊就可以診斷。實驗室檢查和X線檢查均正常，但是X線檢查可以排除其它疾病。

5. 5如何治療生長痛?

向孩子和家長解釋此病的良性特性可以減輕他們的焦慮，疼痛發作期間局部按摩、服用溫和的止痛劑可能會有幫助。對於疼痛發作頻繁的病童，給予每晚一劑的布洛芬可預防劇烈的疼痛。

5. 6生長痛預後如何?

生長痛並不會引起任何嚴重的器質性疾病，通常在兒童年齡大時緩解，隨著年齡的增長，100%的兒童疼痛消失。