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

肢體疼痛綜合症

第? 版本

6. 良性過度活動症候群

6. 1 良性過度活動症候群是一種什麼的疾病?

良性過度活動症候群是指關節易彎曲或鬆散。該病也稱為關節鬆弛。患有該病的孩子大多數會出現疼痛。該病(BHS)是指由於關節的活動度（活動範圍）增加引起的肢體疼痛，與結締組織病無關。因此BHS並非是一種疾病，而是一種正常的現象。

6. 2 良性過度活動症候群是常見的嗎?

BHS在兒童和青少年中極其常見，目前約10-30%年齡小於10歲的孩子有此表現，且女孩多見。隨著年齡的增加，發病率下降。BHS常常在家族中出現。

6. 3 良性過度活動症候群的主要症狀是什麼?

良性過度活動症候群常常在傍晚或夜間出現膝、足或踝部間歇性深部痛。彈鋼琴或拉小提琴的兒童出現的是手指痛。體育活動和鍛煉可能觸發或加劇疼痛。偶爾有輕度的關節腫脹。

6. 4 如何診斷良性過度活動症候群?

其一是通過已定義好的標準來測量關節的活動度。其二是無結締組織受影響的症狀。

6. 5 如何治療良性過度活動症候群?

一般無需治療。如果進行反復的、高強度的運動，比如足球或橄欖球，並引起反復的關節扭傷/關節撕裂傷，應該應用肌力和關節保護措施（功能性支架）。

6. 6 關於日常生活如何?

良性過多活動症候群是一種良性疾病，隨著年齡的增加症狀會減輕。家人應該注意此病的主要危險在於不讓孩子過正常的生活。

1 / 2

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□