www.printo.it/pediatric-rheumatology/AT/intro

# Schmerzsyndrome des Bewegungssystems

Version von 2016

## 5. Wachstumsschmerzen

### 5.1 Was ist das?

Der Begriff Wachstumsschmerzen beschreibt ein typisches Muster gutartiger Gliederschmerzen, die in der Regel bei Kindern zwischen 3 und 10 Jahren auftreten. Andere Bezeichnungen lauten „gutartige kindliche Gliederschmerzen" oder „wiederkehrende nächtliche Gliederschmerzen".

### 5,2. Wie häufig tritt die Erkrankung auf?

Wachstumsschmerzen gehören zu den häufigsten Beschwerden im Kindesalter. Sie treten bei Jungen und Mädchen gleich häufig auf und betreffen ca. 10 - 20 % der Kinder weltweit.

### 5.3 Welches sind die Hauptsymptome?

Die Schmerzen treten hauptsächlich in den Beinen (Schienbein, Wade, Schenkel oder Kniekehle) und in der Regel beidseitig auf. Sie machen sich abends oder nachts bemerkbar, und die betroffenen Kinder wachen häufig davon auf. Die Eltern berichten, dass die Schmerzen oft nach körperlicher Betätigung auftreten. Eine Überstreckbarkeit der Gelenke ist bei diesen Kindern häufig vorhanden.
In der Regel halten die Schmerzanfälle 10 bis 30 Minuten an, können sich aber im Prinzip über Zeiträume von wenigen Minuten bis mehrere Stunden erstrecken. Es kann sich um leichte oder sehr starke Schmerzen handeln. Wachstumsschmerzen sind intermittierend, d. h. es gibt schmerzfreie Zeiträume, die mehrere Tage bis Monate andauern

können. Bei einigen Patienten treten die Schmerzanfälle jeden Tag auf.

### 5.4 Wie wird die Erkrankung diagnostiziert?

Die Diagnose Wachstumsschmerzen wird gestellt, wenn das typische Schmerzmuster vorliegt, am Morgen keine Beschwerden auftreten und die körperliche Untersuchung unauffällig war. Grundsätzlich dürfen die Ergebnisse der Laboruntersuchungen und die Röntgenaufnahmen keine Auffälligkeiten aufweisen. Röntgenaufnahmen sollten jedoch angefertigt werden, um andere Erkrankungen auszuschließen.

### 5.5 Wie können wir die Erkrankung behandeln?

Um dem Kind und seinen Angehörigen die Angst zu nehmen, ist es wichtig, ihnen zu erklären, dass es sich um einen gutartigen und harmlosen Wachstumsprozess handelt. Während der Schmerzanfälle können eine Massage der betroffenen Stelle, Wärmebehandlungen, Ablenkungsmaßnahmen und leichte Schmerzmittel Linderung verschaffen. Bei Kindern, die häufiger unter Schmerzanfällen leiden, kann es sinnvoll sein, abends Ibuprofen zu verabreichen, um Episoden mit stärkeren Schmerzen in den Griff zu bekommen.

### 5.6 Wie sieht die Prognose aus?

Wachstumsschmerzen gehen nicht mit einer schweren organischen Erkrankung einher und bilden sich am Ende der Kindheit in der Regel von selbst zurück. Bei fast allen Kindern verschwinden die Schmerzen im Laufe des Wachstumsprozesses.