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

Schmerzsyndrome des Bewegungssystems

Version von 2016

6. Gutartiges Hypermobilitätssyndrom

6.1 Was ist das?

Mit Hypermobilität wird das Phänomen beschrieben, dass Kinder ungewöhnlich flexible oder bewegliche Gelenke haben. Eine andere Bezeichnung dafür lautet Überstreckbarkeit der Gelenke. Bei einigen Kindern können Schmerzen auftreten. Der Begriff gutartiges Hypermobilitätssyndrom (GHS) wird bei Kindern verwendet, die aufgrund der erhöhten Beweglichkeit der Gelenke unter Gliederschmerzen leiden, ohne dass gleichzeitig eine Bindegewebserkrankung vorliegt. Daher handelt es sich bei GHS nicht um eine Erkrankung, sondern eher um eine Normvariante.

6.2 Wie häufig tritt die Erkrankung auf?

Das gutartige Hypermobilitätssyndrom ist extrem häufig bei Kindern und Jugendlichen und kann bei 10 - 30 % der Kinder unter 10 Jahren, insbesondere bei Mädchen, beobachtet werden. Seine Häufigkeit nimmt mit zunehmendem Alter ab. Oft ist eine familiäre Häufung festzustellen.

6.3 Welches sind die Hauptsymptome?

Bei der Hypermobilität kommt es häufig zu wiederkehrenden, starken Schmerzen in den Knien, Füßen oder Knöcheln, die abends oder in der Nacht auftreten. Bei Kindern, die z. B. Klavier oder Geige spielen, können stattdessen die Finger betroffen sein. Körperliche Aktivitäten und Sport können die Schmerzen auslösen oder verstärken. Selten liegt auch eine leichte Schwellung des betroffenen Gelenks vor.

6.4 Wie wird die Erkrankung diagnostiziert?

Um die Diagnose gutartiges Hypermobilitätssyndrom zu stellen muss eine Reihe festgelegter Kriterien zur Bestimmung der Gelenkmobilität erfüllt sein, und es dürfen keine weiteren Anzeichen für eine Bindegewebserkrankung vorliegen.

6.5 Wie können wir die Erkrankung behandeln?

Nur sehr selten ist eine Behandlung erforderlich. Wenn das Kind bestimmte Sportarten betreibt, die mit einer starken Belastung einhergehen, wie z. B. Fußball oder Gymnastik, und es sich häufig die Gelenke verstaucht oder überdehnt, sollten Hilfsmittel zur Stärkung der Muskeln oder zum Schutz der Gelenke (elastische oder funktionelle Bandagen, Manschetten) angewandt werden. Informationen zu Gelenkschutz im Alltag sind sinnvoll.

6.6 Wie sieht es mit dem Alltag aus?

Die Hypermobilität ist ein gutartiger, harmloser Zustand, der mit der Zeit verschwindet. Die Angehörigen müssen sich darüber im Klaren sein, dass das größte Risiko für das Kind darin besteht, dass es davon abgehalten wird, ein normales Leben zu führen.
Das betroffene Kind sollte ermutigt werden, ein normales Maß an körperlicher Aktivität an den Tag zu legen und die Sportarten zu betreiben, zu denen es Lust hat.