https://www.printo.it/pediatric-rheumatology/DK/intro

Smertesyndromer

Version af 2016

2. Kronisk Generaliseret Smertesyndrom (tidligere kaldet Juvenil Fibromyalgi)

2.1 Hvad er det?

Fibromyalgi hører til i gruppen "forstærkede bevægeapparatssmertesyndromer". Fibromyalgi er et syndrom med langvarige, udbredte smerter i bevægeapparatet. Smerterne sidder hyppigt i arme, ben, ryg, mave, brystkasse og nakke og er til stede i mere end 3 måneder. Samtidig optræder træthed, dårlig søvn og varierende problemer med koncentration, hukommelse og problemløsning.

2.2 Hvor hyppigt er det?

Fibromyalgi optræder hovedsageligt hos voksne og er sjældent i barnealderen. Det optræder hos unge med en hyppighed på omkring 1%.
Kvinder/piger rammes hyppigere end mænd/drenge. Børn og unge med denne tilstand deler mange træk med de, som rammes af "Kompleks Regional Smerte Syndrom".

2.3 Hvad er symptomerne?

Patienterne klager over diffuse fra bevægeapparatet. Sværhedsgraden varierer fra barn til barn og kan stamme fra alle dele af kroppen (arme, ben, ryg, mave, brystkasse, nakke eller kæbe)
Børn med tilstanden har ofte søvnproblemer og vågner trætte. En anden væsentlig klage er svær træthed og nedsat fysisk formåen.

Patienter med fibromyalgi klager over hovedpine, hævelse af arme eller ben (arme og ben føles hævede selvom der ikke er synlige hævelser), følelsesløshed og blåfarvning af fingrene. Disse symptomer kan medføre angst, depression og skolefravær.

2.4 Hvordan stilles diagnosen?

En sygdomshistorie med generaliserede smerter i mere end 3 dele af kroppen gennem mere end 3 måneder og samtidig en vis grad af træthed, dårlig søvn og kognitive symptomer (nedsat opmærksomhed, indlæring, hukommelse og problemløsning) er forenelig med diagnosen. Mange patienter har ømme punkter specifikke steder, men dette er ikke nødvendigt for at have diagnosen.

2.5 Hvad er behandlingen?

En vigtig del af behandlingen er at berolige patienten og familien. Selvom smerten er reel tilstede og kan være svær, er der ikke skade på kroppens væv og der er ikke tale om alvorlig fysisk sygdom. Behandlingen er en teamopgave og omfatter 3 dele. Første del er progressive fysisk træning af typen, som gavner blodkredsløbet. Svømning er specielt velegnet. Anden del er kognitiv terapi, som kan gives individuelt eller i grupper. Tredje del er hjælp til bedre søvn, det kan blive nødvendigt med sovemedicin i en kort periode.

2.6 Hvordan er prognosen?

Det kræver en stor indsats af både patienten og familien at blive helt rask. Overordnet går det langt bedre for børn end voksne, og de fleste bliver raske. Motivation ved den fysiske træning er vigtig, såvel som psykisk støtte og hjælp til bedre søvn.