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

Pijnsyndromen van de ledematen

Versie 2016

title PIJNSYNDROMEN VAN DE LEDEMATEN

6. Goedaardig Hypermobiliteitssyndroom

6.1 Wat is het?

Hypermobiliteit (=toegenomen beweeglijkheid) refereert aan kinderen met flexibele of slappe gewrichten. Het wordt ook wel gewrichtsslapte genoemd. Sommige kinderen kunnen hierbij pijn hebben. Het Goedaardige (=benigne) Hypermobiliteitssyndroom (BHS) refereert aan kinderen die pijn aan de ledematen ervaren vanwege een toegenomen mobiliteit van de gewrichten, zonder dat dit gepaard gaat met een bindweefselaandoening. Daarom is BHS geen ziekte maar een variatie op de norm.

6.2 Hoe vaak komt het voor?

BHS komt extreem veel voor bij kinderen en tieners; bij zo'n 10 tot 30% van de kinderen jonger dan 10 jaar en vooral bij meisjes. Hoe ouder hoe minder vaak het voorkomt. Het komt vaak binnen families voor.

6.3 Wat zijn de belangrijkste symptomen?

Hypermobiliteit heeft vaak onderbroken, diepe en terugkerende pijn tot gevolg. De pijn treedt meestal op aan het einde van de dag of nacht en het zit vak in de knieën, voeten en/of enkels. Bij kinderen die piano of viool spelen kan het ook de vingers aandoen. Lichamelijke activiteit en training kan de pijn triggeren of doen toenemen. In zeldzame gevallen zijn de gewrichten opgezwollen.

6.4 Hoe wordt het gediagnosticeerd?

De diagnose wordt gesteld op basis van een aantal criteria die de mate van gewrichtsmobiliteit bepalen waarbij de afwezigheid van andere tekenen van een bindweefselaandoening beoordeeld worden.

6.5 Hoe kunnen we het behandelen?

De behandeling is vaak niet nodig. Als het kind sporten beoefent zoals voetbal of gymnastiek en vaak gewrichten verstuikt of kneust moeten de spieren sterker gemaakt worden en moet gewrichtsbescherming (elastische of functionele bandages) gebruikt worden.

6.6 Hoe zit het met het dagelijkse leven?

Hypermobiliteit is een goedaardige aandoening, die naar mate het kind ouder wordt overgaat. Families moeten erop gewezen worden dat het grootste risico is dat ze het kind geen normaal leven laten leiden. Kinderen moeten aangemoedigd worden om een gewoon aan activiteiten en de sporten die ze leuk vinden deel te blijven nemen.