



Wachstumsschmerzen bei Kindern sind eine Ausschlussdiagnose

Berlin 2017 – Bis zu einem Drittel aller Kinder zwischen 2 und 12 Jahren leidet hin und wieder unter Wachstumsschmerzen. Bevor diese Diagnose gestellt werden kann, müssen ernsthafte Erkrankungen ausgeschlossen werden, etwa eine Infektion, ein Knochenbruch, Rheuma oder gar ein Knochentumor. Eltern sollten bei anhaltenden Schmerzen ihrer Kinder daher unbedingt einen Orthopäden und Unfallchirurgen aufsuchen. Auf einer Pressekonferenz im Vorfeld des Deutschen Kongresses für Orthopädie und Unfallchirurgie (DKOU) erklären Experten, was man heute über Wachstumsschmerzen weiß.

Klagt ein Vorschul- oder Schulkind vorwiegend nachts über brennende, ziehende oder klopfende Schmerzen in beiden Beinen oder Armen, können wachsende Knochen die Ursache sein. Üblicherweise treten die Beschwerden am Tag nicht auf. „Wachstumsschmerzen sind keine Gelenkschmerzen“, betont Professor Dr. Alexander Beck, Kongresspräsident des DKOU 2017 für den Berufsverband für Orthopädie und Unfallchirurgie (BVOU). „Der Schmerz tritt typischerweise in den Waden, Kniekehlen, Schienbeinen oder an den Vorderseiten der Oberschenkel auf.“

Wachstumsschmerzen sind in der Orthopädie ein häufiges Erscheinungsbild, doch bislang nur unzureichend erforscht. Es gibt auch keine diagnostischen Tests, mit denen sich Wachstumsschmerzen zweifelsfrei belegen lassen. „Wichtig ist daher, bei wiederkehrenden Schmerzsymptomen einen Orthopäden oder Unfallchirurgen aufzusuchen, um ernsthafte Erkrankungen des Bewegungs- und Halteapparates auszuschließen“, erklärt Beck, Chefarzt der Abteilung für Orthopädie, Unfall- und Wiederherstellungschirurgie am Juliusspital in Würzburg. Denn auch rheumatische Erkrankungen, Knochentumore, Knocheninfektionen oder unbemerkte Knochenverletzungen verursachen ähnliche Symptome. Solche schwerwiegenden Erkrankungen können mit bildgebenden Verfahren wie der Magnetresonanztomographie oder Blutuntersuchungen festgestellt werden.

Warum viele Kinder beim Wachsen Schmerzen haben, ist unklar. Eine Vermutung ist, dass die Weichteile langsamer wachsen als die Knochen. So gerät die Knochenhaut bei einem Wachstumsschub unter Spannung und verursacht Schmerzen. Eine andere Theorie besagt, dass der junge Knochen beim Wachstum ermüdet und der Schmerz Ausdruck dieser Ermüdung ist. Auch psychosoziale Faktoren könnten eine Rolle spielen, zum Beispiel, wenn Kinder über den Schmerz Konflikte mit den Eltern verarbeiten.

„Eine Therapie gibt es leider nicht“, bedauert Beck. „Eltern können den Schmerz mit Massagen oder einer Wärmflasche lindern. Manchen Kindern helfen auch Kühlpads. Wenn die Beschwerden sehr stark sind, kann auch ein leichtes Schmerzmittel verabreicht werden – aber nur in enger Absprache mit dem behandelnden Kinderorthopäden.“

Symptome des Wachstumsschmerzes im Überblick:

- Der Schmerz tritt erstmals im Vor- oder Grundschulalter auf.
- Die Beschwerden machen sich abends oder nachts bemerkbar, hauptsächlich in den Waden, Kniekehlen, Schienbeinen oder an den Vorderseiten der Oberschenkel, nicht in den Gelenken.
- Morgens sind die nächtlichen Beschwerden wie weggeblasen und das Kind kann sich uneingeschränkt schmerzfrei bewegen.
- Der Schmerz tritt in beiden Extremitäten gleichzeitig auf.
- Die Schmerzen treten nicht regelmäßig auf.
- Wachstumsschmerzen sind keine Belastungsschmerzen, sondern Ruheschmerzen.