

三大特征
鉴别生长痛

通常,生长痛多发于3岁~12岁的幼儿(统计数字显示以女孩居多),典型症状就是在其生长发育过程中,发生不明原因的下肢疼痛。

特征一、多为下肢疼痛

疼痛范围多为下肢疼痛,尤其以小腿后侧、大腿前侧及膝盖周围的肌肉最容易发生,上肢的疼痛并不常见。

特征二、肌肉性疼痛

生长痛主要是肌肉疼痛,而不是关节或骨骼疼痛。疼痛的部位也不会有红肿或发热现象。

特征三、夜间症状明显

生长痛几乎都发生在晚上。难道孩子白天就不会感到疼痛吗?其实白天由于孩子的活动量比较大,就算感到不舒服,孩子也可能因为专注于其他事物而没有察觉。等到夜里身心都放松下来,准备好休息时,生长痛的症状就会让孩子感到特别不舒服,甚至难以忍受。(潘俊伟)



编者的话

生长痛,多发生在学龄期前后的生长发育较快的孩子身上,主要与这一时期儿童活动量相对增多,长骨生长较快,局部肌肉筋腱生长发育不协调有关。

生长痛主要表现为肢体的

疼痛,以两下肢大腿部位多见。特点是多为单侧性疼痛,一般可以忍受;疼痛持续时间较长,有时可达数月甚至更久;疼痛多发生在下午或晚上,经一夜休息会有所减轻。

一般来说,生长痛是一种生

理性疼痛,是暂时的,不必进行特殊治疗。但因为孩子的耐受力不强,每当疼痛袭来孩子就会吵嚷甚至哭闹,搞得家长心神不宁。

那么,怎样应对生长痛呢?让我们听听专家们怎么说——

怎样照顾
生长痛的孩子

方法1 服用止痛药

疼痛难忍时,可遵医嘱服用止痛药。

方法2 转移注意力

给水或饮料,充当心理安慰剂;或陪孩子做其他事情,使其转移注意力,暂时忘记疼痛。

方法3 热敷或按摩

对疼痛部位进行按摩或热敷,平缓孩子的情绪,可以稍微缓解疼痛和不适。

方法4 少剧烈活动

对有生长痛的孩子,医生多半会建议不要从事太剧烈的运动,让肌肉好好休息。

由于生长痛不是病,只是一种症候群,因此,不必刻意限制孩子的活动。(侯东方)

膳食治疗生长痛

如果孩子确实是儿童生长痛,可选用下列药膳食疗方:

乌藤膏

组方:鸡血藤、首乌藤各250克,蜂蜜适量。

制法:将二藤水煎两次(每次半小时),二液合并,文火浓缩后加入等量蜂蜜,煮沸即成。每次20毫升,每日2次~3次,温开水冲服。

功用:养血通络,温筋止痛。

山药蹄筋汤

组方:山药250克,猪蹄筋(其他动物蹄筋亦可)100克,调料适量。

制法:将猪蹄筋泡软、切段,加清水适量炖沸,加入山药及调料,文火炖熟服食。

功用:养肝益肾,通络温筋。

血藤蹄筋汤

组方:鸡血藤30克,猪蹄筋(其他动物蹄筋亦可)100克,调料适量。

制法:将鸡血藤布包,猪蹄筋泡软、洗净、切段,两者加水同炖至烂熟后,去药渣调服。

功用:养肝益肾,通络止痛。

(刘炎)

皮肤毛囊堵塞
易引起毛孔角
化症

本病多发于男、女青年,皮损呈直径,大小红色点状,毛囊性丘疹,中间有一可被除去的角栓,无融合倾向。女子发于四肢及身侧,无明显症状,但病情会逐渐扩大,患者一般忽视治疗或者用皮质激素类药物,使毛孔长期处于堵塞状态,影响人体内分泌和免疫的平衡和美观。

治疗:一般采用调理内衡、疏通汗腺的方法,是完全可以恢复的。

垂询电话:3976644
3322774

不久前,一位年轻妈妈来医院找到周大夫,说她的女儿5岁了,经常腿痛,也不发热,医生说是生长痛。周大夫这样告诉她:

一、诱因

1.生长较快的孩子。以4岁~9岁最为多见。

2.活动过多。如在某幼儿园集体郊游后第二天,多名孩子同时出现腿痛。

3.受凉因素。天气变化或夜间受凉。

4.上呼吸道感染。有学者认为病毒也可引起生长痛。

5.个体因素。有过敏体质的儿童容易得生长痛。

二、临床特点

1.不定期性和发病持续时间多样性。一般无规律,可一个月发作数次,也可半年或一年发作一次;每次持续时间最短数小时,长可达数天甚至十几天。据统计,大多数生长痛的孩子发作持续时间在1天~3天,且多数无预兆,为突

然发病。

2.多部位性和相对关节固定性。小儿生长痛可发生于肢体的任何部位和关节。但下肢多于上肢,膝关节多于其他关节,右侧多于左侧,单侧肢体多于双侧肢体。除此以外,肩、肘、腕、髌、踝等关节均可见到。

3.疼痛的性质和差异性。半数以上的小儿因表现为跛行而就诊;疼痛部位大多无明显阳性体征,多数无活动障碍,局部无红肿。疼痛的差异性极大,或疼痛难忍,或仅有不适感;有的可伴随短时精神倦怠,不思活动,饮食差等;一般无发热。

三、预防与治疗

避免让小儿过度玩耍,防止受凉,随天气变化及时增添衣服;患上感和肠炎时,要及时治疗。如果确诊为生长性疼痛,最重要的治疗措施就是限制活动;其次,采取保暖措施,多数疼痛可逐渐消失;对大龄儿童可口服维生素C

和维生素B₆等,能缩短病程;如果疼痛厉害,可在医生指导下服用止痛药物。

四、医生的提示和忠告

与生长痛类似的疾病有:1.骨软骨炎:这是一种无菌性局部缺血营养不良性骨软骨坏死性疾病,好发于小儿大腿根部。此病的发病以男孩居多,可能与活动过度致局部损伤有关。

2.结核性髌关节炎:此病多见于学龄前小儿,发病较缓慢,以单侧多见。

3.风湿病:发病前多有发热,病变主要侵犯心脏、血管、关节等组织器官,关节疼痛多数为游走性,以膝、踝等大关节为主,局部可出现红肿、热痛。

4.类风湿病:此病在小儿中较少见。病变常侵犯全身大、中、小关节,以指(趾)小关节肿胀、疼痛为主,多数呈对称性。病程发展缓慢,呈渐进性反复发作。

(晓卫)

鹤房预售证第2005-011号

在鹤壁新城每年都有众多的楼盘和社区诞生

其中的一小部分所要接受的认可和考验旁人无法想象

被要求的更多,被赋予的使命也更重,它注定是睿智人士的最佳选择

香江翡翠城,鹤壁新城的理想家园

热烈庆祝鹤壁仁泰三胞房地产开发有限公司荣登“2006年中国首届房地产诚信企业排行榜”



500 强



本资料所有细节,均以政府有关部门批准的图则为准,发展商保留最终解释权。

0392-2178888 2179999 鹤壁仁泰三胞房地产开发有限公司 鹤壁市新闻出版局一楼 香江翡翠城接待中心