

Врз основа на член 27 став (1) од Законот за здравствената заштита („Службен весник на Република Македонија“ број 43/12, 145/12, 87/13, 164/13, 39/14 и 43/14), министерот за здравство донесе

У П А Т С Т В О
ЗА ПРАКТИКУВАЊЕ НА МЕДИЦИНА ЗАСНОВАНА НА ДОКАЗИ ПРИ
РАСТЕЧКИ БОЛКИ ВО ЕКСТРЕМИТЕТИТЕ (“НЕВИНИ БОЛКИ”) КАЈ ДЕЦА

Член 1

Со ова упатство се пропишува медицинско згрижување преку практикување на медицина заснована на докази при растечки болки во екстремитетите кај деца.

Член 2

Начинот на третман на растечки болки во екстремитетите е даден во прилог, кој е составен дел на ова упатство.

Член 3

Здравствените работници и здравствените соработници ја вршат здравствената дејност на третман на растечки болки во екстремитетите кај деца, по правило согласно ова упатство.

По исклучок од став 1 на овој член, во поединечни случаи по оценка на докторот, може да се отстапи од одредбите на ова упатство, со соодветно писмено образложение за причините и потребата за отстапување и со проценка за натамошниот тек на третманот, при што од страна на докторот тоа соодветно се документира во писмена форма во медицинското досие на пациентот.

Член 4

Ова упатство влегува во сила наредниот ден од денот на неговото донесување.

Бр. 07-2834/1
12 март 2014 година
Скопје

МИНИСТЕР
Никола Тодоров

РАСТЕЧКИ БОЛКИ ВО ЕКСТРЕМИТЕТИТЕ (“НЕВИНИ БОЛКИ”) КАЈ ДЕЦА

МЗД Упатства

12.8.2010

- Основни правила
- Епидемиологија
- Анамнеза и клиничка презентација
- Испитувања
- Третман
- Поврзани докази
- Референци

Основни правила

- Како по правило, дијагнозата и третманот заземаат место во примарната здравствена заштита.
- Растечките болки во екстремитетите (“невини болки”) кај деца може да се идентификуваат врз основа на анамнезата и клиничката слика (1).
- Суспектни се други причини за болка ако детето е под 3-годишна возраст или ако болката доведува до накривување на детето или ако има објективни наоди.

Епидемиологија

- Рекурентна болка со необјаслива причина во долните екстремитети кај деца во раст.
- Можни фактори како причина за растечката болка вклучуваат исчашување, поврзано со вежбање за време на денот и/или хипермобилност на зглобот (2).
- Преваленцата е највисока кај деца помеѓу 3-8 години. Повеќе од една третина од децата од 4 доб-годишна возраст имаат болка поврзана со растот (растечка болка) (ннд-Ц).
- Фамилијарната појава е честа.

Анамнеза и клиничка презентација

- Потколениците на долните екстремитети и колената се најчести места на појава на болка.
- Болката е најчесто симетрична: таа се чувствува во двата долни екстремитети или таа се префрла од еден на друг екстремитет.
- Болката, вообичаено, е присутна во вечерните часови, за време на спиењето или во текот на ноќта, но речиси никогаш во утринските часови (за разлика од артритисот кој предизвикува утринска вкочанетост).
- Болката е присутна за време на одмор, но не за време на вежбањето.
- Болката трае 0.5–5 часови.
- Варијации, поврзани со растот во морфологијата на долните екстремитети не се поврзани со појавата на растечката болка.
- Наодите на клиничките испитувања се потполно нормални, во асоцијација со растечката болка.
- Други причини за болка треба да се земат предвид ако детето има:
 - Накривување или прекин на играта или вежбите заради болка.
 - Придружни симптоми (на пример влошена општа состојба).
 - Континуирана унилатерална болка.
 - Симптоми во утринските часови или во текот на денот.

Испитувања

- Ако презентацијата не е апсолутно типична, на пример има унилатерална болка, болка во горните екстремитети, утринска вкочанетост, оток на зглобот или системски симптоми температура, намалување на телесната тежина, замор) треба да се испита барем следново:
 - Комплетна крвна слика (да се исклучи леукемија).
 - Седиментација (суспектно за артритис).
- РТГ испитување ретко е потребно и само ако има некои објективни локални наоди (исклучување на траума или ортопедска болест).

Третман

- Клинички испитувања (1) се потребни за да се исклучат другите заболувања и потребно е да се објасни природата на симптомите на родителите.
- Сопствена грижа со масажа, топлина и друго е често тоа што е потребно.
- Парацетамолот е ефикасен аналгетик (15 mg/kg како поединечна доза) и може да се користи повремено.

Референци

1. Lowe RM, Hashkes PJ. Growing pains: a noninflammatory pain syndrome of early childhood. *Nat Clin Pract Rheumatol* 2008 Oct; 4(10):542-9. **PubMed**
2. Viswanathan V, Khubchandani RP. Joint hypermobility and growing pains in school children. *Clin Exp Rheumatol* 2008 Sep-Oct; 26(5):962-6. **PubMed**

Автори: Pekka Lahdenne

Претходни автори: Pentti Kallio

Article ID: ebm00661 (030.026)

© 2012 Duodecim Medical Publications Ltd

1. **EBM Guidelines, 12.8.2010, www.ebm-guidelines.com**
2. **Упатството треба да се ажурира еднаш на 5 години.**
3. **Предвидено е следно ажурирање до август 2015 година.**