

แม่จ๋า.....หนูปวดขาจัง

อ.พญ.ศิริรัตน์ จารุวณิช

ภาควิชากุมารเวชศาสตร์

Faculty of Medicine Siriraj Hospital

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

ภาวะปวดขาแบบที่ไม่เป็นอันตรายในเด็ก (Benign Nocturnal Pains of Childhood) หรือที่มีอีกชื่อว่าภาวะปวดขาจากการเจริญเติบโตในเด็ก (Growing Pains) เป็นอาการที่พบได้บ่อยในเด็กวัยก่อนเรียนและเด็กวัยเรียนช่วงอายุ 3 ถึง 12 ปี พบได้ทั้งเด็กชายและเด็กหญิง

เด็กมักมีอาการปวดลึกๆ บริเวณขาทั้ง 2 ข้าง โดยอาจปวดบริเวณต้นขา หน้าแข้ง น่อง หรือหลังข้อเข่า โดยไม่มีอาการปวดบริเวณข้อ หรือพบว่ามีข้อบวม โดยมากมักมีอาการช่วงเย็น หลังกลับจากโรงเรียน หรือช่วงกลางคืน ในบางรายอาจมีอาการปวดมากจนทำให้เด็กตื่นนอน ตอนกลางคืนได้ แต่อย่างไรก็ตามในช่วงเช้าอาการปวดจะหายไป เด็กจะดูสบายดีและสามารถไปโรงเรียนได้ตามปกติ เด็กมักมีอาการปวดขาหลังจากออกกำลังกาย เช่น เรียนวิชาพลศึกษา หนัก และอาการปวดขามักจะบรรเทาลงด้วยการนวดหรือยาแก้ปวด หน้าที่ของการปวดไม่แน่นอนอาจมีอาการทุกวันหรือมีระยะเว้นช่วงการปวดเป็นเดือน อาการปวดขาแบบที่ไม่เป็นอันตรายในเด็กนี้จะค่อย ๆ หายไปเมื่อเด็กโตขึ้น

สิ่งที่สำคัญคือ ภาวะปวดขาแบบที่ไม่เป็นอันตรายในเด็กนี้ เด็กจะไม่มีไข้ เหงื่อออก กลางคืน น้ำหนักลด เลือดออกง่าย มีจุดจ้ำเลือดตามผิวหนัง ข้อบวม ข้อตืดฝืดช่วงเช้า หรือเดินกะเผลกร่วมด้วย ถ้าเด็กมีอาการดังกล่าวข้างต้น ผู้ปกครองจำเป็นต้องพาเด็กไปพบแพทย์ เพื่อหาสาเหตุที่แท้จริงของอาการปวดขาและรับการรักษาที่เหมาะสมต่อไป