

# EDS hos barn och ungdomar

Josefin Cosmo, barnläkare & Christine Jones, sjukgymnast

Barn och Ungdomskliniken

Nyköping

# EDS hos barn och unga

- ◆ Det är viktigt att ha HSD/hEDS och hypermobilitet i åtanke som **biomekanisk förklaring till muskuloskelettal smärta hos barn**
- ◆ **Ledöverrörlighet** är i grunden ett **normaltillstånd** hos små barn
  - ◆ För pojkar i åldrarna 11–17 år är förekomsten av hypermobilitet 10–15 %
  - ◆ För flickor är den 20–40 %
- ◆ Hypermobilitet som skapar **smärta och trötthet** skall utredas

# Symtom hos barn och unga

- ◆ **Ovanligt** vig och rörlig, **rastlös**, **svårt att sitta stilla**, **byter sittställning** eller har kroppen i **ovanliga positioner**.
- ◆ **Motoriskt sena, ofta med balans- och koordinationssvårigheter**  
DCD (Developmental Coordination Disorder) är vanligt förekommande.
- ◆ **Luxationer**/subluxationer.
- ◆ **Växtvärk, värk och trötthet** efter en fysisk aktivitet.
- ◆ **Instabila fotleder och plattfot**

# Symtom hos barn och unga

- ◆ **Huden** mjuk, känslig. lätt att få **blåmärken**.
- ◆ Problem med **mun och käke /tänder**
- ◆ Behandlingskrävande **förstoppning** (dysautonomi)
- ◆ **Sömnsvårigheter**
- ◆ **Koncentrationsproblem** p.g.a. ökad trötthet eller värk, eller ett tecken på **neuropsykiatriska diagnoser** (överrepresenterat vid EDS)

# Diagnostik av barn - nackdelar

- ◆ Nuvarande **hEDS-kriterier** är ej validerade för barn
- ◆ **Specifik behandling saknas**
- ◆ Risk för **stigmatisering**
- ◆ **Riskerar att begränsa** sociala aktiviteter och åldersadekvat beteende.

# Diagnostik av barn - fördelar

- ◆ Medicinskt **underlag** för **relevant information till skolan**
- ◆ Hitta vänner med likartad problematik.
- ◆ Få en **förklaringsmodell** till och lättare att tolka många av symtomen.
- ◆ Kan ge **stöd i att vägleda beträffande livsstil** och lämpliga aktiviteter.
- ◆ **Ökar tillgången till symtomatisk behandling**
- ◆ Tillgodose **riktade och individanpassade insatser**
- ◆ **minskar sannolikt risken för långvarig smärtproblematik, nociplastisk smärta/central sensitisering.**

# Diagnostik av barn

## (Take Home Message)

- ◆ **Symtomen visar sig ofta tidigt i livet.**
- ◆ **Symtomen kan vara subtila**
- ◆ **Fånga upp barnets signaler.** undvik att besvären blir negligerade/bortviftade. Detta kan göra att barnet kapslar in och vänjer sig vid symtomen.
- ◆ Får barnet **hjälp tidigt** kan det minska skador och problem senare i livet. Samtidigt är det viktigt att **låta barnet utvecklas normalt** och göra så mycket hen kan och orkar.



# Diagnostik av barn

## (Take Home Message)

- ◆ Att en **förälder med EDS/HSD oroar sig** är både förståeligt och naturligt.
- ◆ **Hur föräldrarna agerar** kring sin egen och/eller barnets smärta **påverkar barnets smärtupplevelse**.
- ◆ Naturligt att **barn är mer hypermobila än vuxna**.



# Behandling och fysisk aktivitet

- ◆ **Rörelse** är mycket viktigt och ska uppmuntras, men om en aktivitet skapar smärta eller trötthet behöver den anpassas > **Fysioterapeutkontakt**
- ◆ **Smärte** till barnet och dess föräldrar är viktigt för att **skapa förståelse och minska rörelserädsla**.
- ◆ **Undvik** övningar där barnet belastar mycket i **ytterlägen**.
- ◆ **Information** till idrottslärare för kunskap och anpassningar av aktiviteter, förlägg t.ex. gärna idrotten till slutet av dagen.
- ◆ **Instabila fotleder och plattföt** kan behöva kompenseras

# Behandling och fysisk aktivitet, forts.

- ◆ **Lågintensiv och kontinuerlig träning**
- ◆ **Smärtlindrande övningar/strategier**
- ◆ **Smärtbehandling**
- ◆ **Aktivitetsbalans > Arbetsterapeutkontakt**

# Vardagsanpassningar och hjälpmedel

- ◆ **Invidanpassade vardagsinsatser** med stöd av **arbetsterapeut** för barnet i hem- resp. skolmiljö.
- ◆ **Information till barnets anhöriga, liksom till mentor och idrottslärare är viktigt**, men ibland kan även **hjälpmedel** behövas för att **underlätta utförandet av en aktivitet och möjliggöra delaktighet**.
- ◆ **Sova bra för att orka!**  
Sömnrutiner, avspänning och hjälpmedel: positioneringskuddar, särskilda madrasser eller olika former av tyngdtäcken t.ex..
- ◆ **Hjälpmedelsförskrivning** via regionen, eller som egenvårdsprodukter.

Tack för  
uppmärksamheten!

