



Voksesmerter

Omtrent halvparten av alle barn opplever såkalte "voksesmerter".

Verkingen forekommer oftest om kvelden og natten og tilsynelatende uten grunn.

I århundrer har dette blitt avfeid av doktorer som harmløse "voksesmerter", en normal følge av at barn vokser. Smertene oppstår fordi den hurtige forlengingen av bein forstrekker musklene.

Selv om dette blir sett på som en medisinsk "sannhet", finnes det så godt som ingen vitenskapelige beviser som understøtter denne forklaringen.

De fleste studier på området har tvert i mot funnet at smertene skyldes fysisk aktivitet og skjør beinstruktur.

I 2005 ble 39 barn med symptomer på voksesmerter undersøkt i en studie publisert i fagtidsskriftet *The Journal of Rheumatology*. Forskerne utførte ultralydtester og sammenlignet resultatene med unger som ikke hadde voksesmerter. Barna som verket hadde svakere beinstruktur. Dette antyder at voksesmerter heller skyldes et "lokalt overbrukssyndrom", i følge forskerne.

Andre studier på området har vist at rastløse bein, også kalt hvileløse bein eller "restless leg syndrome" på engelsk, noen ganger blir misoppfattet som voksesmerter.

Forskere oppfordrer foreldre som har barn med voksesmerter å rådføre seg med lege.

Massering av de smertefulle områdene og smertestillende medikamenter kan hjelpe.

Kilde: The New York Times 2007