

Tipps vom Doc

Warum tut Wachsen weh, obwohl es nicht wehtut?

Haben Sie Interesse an einem Medizin-Nobelpreis? Dann haben wir einen Tipp: Versuchen Sie herauszufinden, warum Wachsen wehtut, obwohl es nicht wehtut. Klingt mysteriös? Ist es auch ein bisschen.

Sogenannte Wachstumsschmerzen sind ein sehr häufiger Grund, aus dem Kinder in der Praxis vorgestellt werden. Dabei ist der Ausdruck „Wachstumsschmerzen“ eigentlich falsch, denn man weiß: Wachsen an sich tut nicht weh. Was man nicht weiß: Was ist der Grund dafür, dass trotzdem sehr viele Kinder im Kindergarten- und Grundschulalter immer wieder über unklare Schmerzen in den Beinen, manchmal auch in den Armen, klagen? Nun, wir wissen es auch nicht.

Und damit klar ist, worum es geht, sprechen wir weiterhin von Wachstumsschmerzen. Wichtig ist: Wie weiß ich als Vater oder Mutter, ob die Schmerzen harmlos sind? Das ist in der Regel gut zu erkennen. Die klassischen Wachstumsschmerzen treten meist abends oder nachts auf – und am nächsten Tag alles schon wieder vorbei. Zudem sind die Schmer-

zen diffus. Sie sind mal da und mal weg, mal links oben, mal rechts unten.

Was noch wichtig ist: Kommen Sie relativ zügig zum Arzt, wenn Ihr Kind über Schmerzen klagt, die immer an der gleichen Stelle auftreten. Wenn also dauerhaft und nur zum Beispiel im rechten Knie Schmerzen auftreten, dann warten Sie bitte nicht erst mal ein paar Wochen ab, sondern lassen das Kind untersuchen.

Und was kann man tun bei Wachstumsschmerzen? Nicht viel. Wenn Sie von der Harmlosigkeit wissen, kann Zuwendung helfen und / oder eine kleine Massage, vielleicht mit einer normalen Pflegecreme als Placebo-Schmerzmittel. Wenn die Schmerzen wirklich ausgeprägt sind, dann kann man auch mal ein Schmerzmittel geben, das steht dem Kind dann zu.

Die beste Nachricht ist wie so oft: Mit der Zeit wird es besser. Meist ist so Richtung Ende der Grundschulzeit Schluss mit dem Schmerz – das Problem verwächst sich im wahrsten Sinne des Wortes.