

Skaderisiko i sesongoppkjøring versus konkurransesesong

Andersen TE, Bjørneboe J, Bahr R

Senter for idrettsskadeforskning, Norges idrettshøgskole, Oslo

Introduksjon: Tidligere studier har vist høy forekomst av skader i mannlig elitefotball, også i Norge, men skaderisikoen utenom konkurransesesongen er ikke kartlagt. Formålet med studien har vært å sammenligne skadeforekomst i sesongoppkjøringen med konkurransesesongen. **Metode:** Undersøkelsen er en prospektiv kohortstudie som inkluderer alle lagene i Tippeligaen (14), om lag 280 spillere med A-lagskontrakt. Alle skader fra januar til Tippeliga-sesongen avsluttes ultimo oktober er blitt registrert av det medisinske støtteapparatet (lege eller fysioterapeut) gjennom sesongene 2002-2005. I tillegg er antall trenings- og kamptimer og antall spillere som har vært til stede registrert. Sesongoppkjøring er definert som perioden fra 1. januar til og med siste treningskamp før sesongstart. En akutt skade er definert som en skade som har ført til fravær fra trening eller kamp i minst en dag etter at skaden har skjedd. Belastningsskader, hvor spilleren tar kontakt for medisinsk vurdering eller behandling er registrert selv om de ikke har ført til fravær fra trening eller kamp. **Resultater:** Det ble registrert 1 499 skader; 494 under sesongoppkjøring og 1 005 under konkurransesesong. Forekomsten av akutte skader under sesongoppkjøringen var 2,4 [95 % konfidensintervall: 2,1-2,8] per 1000 spilletimer for fotballtrening og 14,1 [11,7-16,5] for kamper. For belastningsskader var insidensen 2,1 [1,8-2,5] samlet for kamp og trening. Under konkurransesesongen var insidensen av akutte skader 1,9 [1,6-2,1] under trening og 15,6 [14,1-17,0] under kamp, mens den samlede insidensen av belastningsskader var 1,7 [1,5-1,8] ($p=0,007$ versus sesongoppkjøring). De fire vanligste akutte skadene var muskelskade lår ($n=216$; 17%), distorsjon ankel ($n=187$; 15%), distorsjon kne ($n=139$; 11%) og kontusjon av legg/lår ($n=114$; 9%). De vanligste belastningsskadene var muskelskade lår ($n=129$; 22%), akilles tendinopati ($n=55$; 9%) og patellar tendinopati ($n=31$; 5%). **Konklusjoner:** Forekomsten av akutte skader i Tippeligaen er høyest i kamper. Risikoen for belastningsskader er 29% høyere i sesongoppkjøring enn konkurransesesongen. Det ble ikke funnet en slik forskjell i risiko for akutte skader.

Prosjektet er støttet økonomisk av Norges Fotballforbund. Senter for idrettsskadeforskning er etablert ved Norges idrettshøgskole med økonomisk støtte fra Helse Øst, Kulturdepartementet, Norges Idrettsforbund og Olympisk Komité og Norsk Tipping AS Takk til alle Tippeligaleger og -fysioterapeuter som har gjennomført datainnsamlingen.