

INDIVIDUELLE RISIKOFAKTORER FOR SKADER I ISLANDSK FOTBALL

^{1,2,3}Arnason A, ²Sigurdsson SB, ³Gudmundsson A, ¹Engebretsen L, ¹Bahr R

¹Senter for idrettsskedeforskning, Norges Idrettshøgskole, 0806 Oslo. ²Fysiologisk fakultet, Islands Universitet, Island. ³Gaski fysioterapi, Reykjavik, Island.

Formålet med undersøkelsen var å undersøke sammenhengen mellom et utvalg fysiologiske faktorer og risikoen for skader blant fotballspillere på høyt nivå. **Metode:** Deltakerne i studien var mannlige fotballspillere fra 17 av 20 fotballag i to øverste divisjonene på Island, totalt omkring 300 spillere. Før fotballsesongen 1999 startet ble følgende faktorer testet: VO_{2max} ved løp på tredemølle, fettprosent målt med klype, bevegelse for hamstring, quadriceps, adduktorer og hofteflexorer, testet med MIE tensjonsmeter og KineView bevegelses analysesystem, maksimal gjennomsnittseffekt i knebøy målt med MuscleLab, hopp høyde målt på kontaktmatte, mekanisk stabilitet i ankler og knær ble testet manuelt av en erfaren fysioterapeut og funksjonelt ved ettbens balansetest. Spillerne svarte også på spørreskjema om tidligere skader. Gjennom sesongen ble skader registrert av lagenes fysioterapeuter. Univariat og multivariat logistisk regressjon ble brukt for å teste sammenheng mellom mulige risikofaktorer og skader. **Resultater:** Fotballspillere som fikk skader i løpet av sesongen var gjennomsnittlig eldre ($p=0,005$) enn spillere uten skader. De som fikk strekkskader i hamstrings var også eldre ($p<0,001$) og hadde oftere hatt tidligere skade ($p<0,001$). Spillere som fikk lyskestrekk hadde signifikant kortere adduktorer ($p=0,03$) og høyere frekvens av tidligere lyskestrekk ($p=0,006$). Spillergruppene som pådro sig leddbåndskader i kne eller ankel hadde oftere tidligere skader av samme type ($p\leq 0,009$). I en multivariat modell var høyere alder ($p=0,001$) og tidligere hamstringsstrekk ($p=0,001$) risikofaktorer for ny hamstringsstrekk. Tidligere lyskestrekk ($p=0,034$) var også risikofaktor for ny lyskestrekk. **Diskusjon og konklusjon:** Tidligere skade ser ut til å være den viktigste risikofaktoren for nye skader, et funn som er i overensstemmelse med andre studier. Alder og bevegelse er også av betydning. Adekvat rehabilitering av tidligere skader og bevegelsestrening for hamstrings og adduktorer kan være aktuelle tiltak for å forebygge skader hos elitespillere i fotball.

Senter for idrettsskedeforskning er etablert ved Norges idrettshøgskole med økonomisk støtte fra Kulturdepartementet, Norges Idrettsforbund og Olympiske Komite, Norsk Tipping AS og Pfizer AS.