

EN TVERRSNITTSUNDERSØKELSE AV FOREKOMSTEN AV KORSRYGGSMERTER HOS NORSKE LANGRENNSLØPERE OG ORIENTERINGSLØPERE PÅ ELITENIVÅ

¹Andersen SO, ²Fossan B, ²Hansen T, ²Gabrielsen K, ¹Holme I, ¹Bahr R

¹Senter for idrettsskedeforskning, Norges idrettshøgskole, 0806 Oslo. ²Norges skiforbund, 0855 Oslo.

Enkelte av de mest profilerte utøverne på det norske herrelandslaget i langrenn har i de senere år vært operert i korsryggen på grunn av skiveprolaps. Av den grunn har det vært spekulert i at skiveskader er svært utbredt blant langrennsløpere, slik at det nærmest kan karakteriseres som en ”yrkessykdom”. Hensikten med denne undersøkelsen var å kartlegge forekomsten av korsryggsmarter blant langrennsutøvere – sammenliknet med orienteringsløpere med tilsvarende treningsbakgrunn, men uten den spesifikke ryggbelastningen forbundet med staking og skøyting. **Metode:** Tverrsnittundersøkelse der utøverne fylte ut et standardisert nordisk spørreskjema om ryggsmarter (Andersson et al, 1984) med tillegg av spesifikke spørsmål utviklet for hver enkelt idrett. **Utvalg:** 510 NM-løpere innen langrenn (165 menn og 92 kvinner) og orientering (142 menn og 111 kvinner). Gjennomsnittsalderen \pm standardavvik (laveste-høyeste verdi) var $22,1 \pm 4,5$ (17-41) år for langrennsløperne og $23,3 \pm 6,1$ (17-42) år for orienteringsløperne. **Resultater:** Logistisk regresjonsanalyse viste at langrennsløpere hadde høyere risiko enn orienteringsløpere for å ha hatt korsryggsmarter noen gang (OR: 0,63 (0,41-0,97), $p = 0,04$), for å ha hatt korsryggsmarter de siste 12 månedene (OR: 0,51 (0,33-0,77), $p = 0,002$), men ikke for smerter de siste 7 dagene (OR: 0,71 (0,43-1,18), $p = 0,2$). Blant langrennsløpere oppgav totalt 168 (65%) mot 143 (57%) blant orienteringsløperne korsryggsmarter noen gang ($p=0,046$). Korsryggsmarter siste 12 måneder ble rapportert av 163 langrennsløpere (63%) mot 125 orienteringsløpere (49%; $p=0,002$). Smerter i korsryggen de siste 7 dagene ble rapportert av 62 langrennsløpere (24%) og 48 orienteringsløpere (19%; $p=0,1$). I alt 74 langrennsløpere (29%) anga å ha smerter i korsryggen ved klassiske teknikker (diagonalgang, dobbeltak og dobbeltak^m fraspark) på ski, mens det for fristil/skøyting (padling, enkeldans og dobbeldans) var bare 17 (7%) som rapporterte smerter. **Konklusjon:** Smerter i korsryggen synes å være noe mer utbredt blant langrennsløpere og smerter forbindes først og fremst med klassiske teknikker.

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