

BELASTNINGSSKADER HOS PROFESJONELLE LANDEVEISSYKLISTER

¹Clarsen B, ²Krosshaug T, ²Bahr R

¹Masterstudiet i idrettsfysioterapi, Norges idrettshøgskole, Oslo, ²Senter for idrettsskadeforskning, Norges idrettshøgskole, Oslo

Innledning: Det finnes lite epidemiologisk informasjon om belastningsskader hos syklister på elitenivå. Studier av mosjonister viser at fremre knesmerter er et vanlig problem, og at korsryggsmerter heller ikke er sjeldne.

Formål: Å kartlegge belastningsskader blant profesjonelle landeveissyklister med spesiell fokus på smerter i korsrygg og fremre del av kneet.

Design: Tverrsnittsundersøkelse, retrospektive intervju.

Metode: Vi besøkte syv profesjonelle lag på treningsleirer vinteren 2008-09 og intervjuet 109 av 116 syklister (94%) om belastningsskader de hadde opplevd i de foregående 12 måneder.

Alle skader som krevde tilsyn av medisinsk personell ble registrert. I tillegg ble ekstra informasjon om smerter i korsrygg og fremre del av kneet innhentet ved hjelp av spørreskjemaer basert på en tidligere studie brukt for å kartlegge korsryggsmerter hos utholdenhetsutøvere.

Resultater: Vi registrerte 94 skader, 43 i korsrygg (45%), 22 i kne (23%) og 10 i nakke (11%). Kun 23 av disse skadene (23%) førte til fravær fra trening eller konkurranse, 13 kneskader (57%), 3 skader i legg eller Akillessene (13%) og 5 korsryggskader (22%) hvorav en førte til at utøveren måtte legge opp. Femtiåtte prosent av alle syklister hadde opplevd korsryggsmerter i de siste 12 måneder, og 41% hadde oppsøkt medisinsk behandling for dette. Femtiseks prosent rapporterte å ha hatt smerter i fremre del av kneet og 19% hadde oppsøkt medisinsk behandling for den. Kun få syklister hadde mistet konkurranse på grunn av smerter i korsrygg (6%) eller fremre del av kneet (9%).

Diskusjon: Smerter i korsrygg og fremre del av kneet er hyppige og betydelige problemer som ofte fører til medisinsk behandling og redusert prestasjon hos profesjonelle syklister. Likevel er det relativt få som står over trening eller konkurranse på grunn av plagene. Standardiserte metoder utarbeidet for kartlegging av akutte skader, med vekt på fravær, vil undervurdere betydningen av belastningsskader.

Senter for idrettsskadeforskning er etablert ved Norges idrettshøgskole med økonomisk støtte fra Kulturdepartementet, Norges Idrettsforbund og Olympiske Komité, Norsk Tipping AS og Helse Øst. Prosjektet og masterstudiet i idrettsfysioterapi er i tillegg støttet økonomisk av Fondet for fremme av idrettsmedisin og idrettsfysioterapi.