

SKADEFOREKOMST I NORSK TOPP HÅNDBALL – EN PROSPEKTIV UNDERSØKELSE SESONGEN 2008-2009

^{1,2}Gundersen ET, ^{3,4}Myklebust G

^{1,2}GNIST Trening og Helse, ²Masterstudiet i idrettsfysioterapi, Norges idrettshøgskole,

³Senter for idrettsskadeforskning, Norges idrettshøgskole & ⁴Hjelp 24 NIMI Ullevål, Oslo

Bakgrunn: Kunnskap om forekomsten av skader i håndball er begrenset. Hensikten med studien var å kartlegge den totale skadeforekomsten, akutte og belastningsskader blant kvinner og menn i håndball. **Metode:** Alle lag i elite og 1 divisjon ble invitert til å delta i studien (n= 49), 39 lag deltok. Syv lag takket nei mens 3 ble ekskludert underveis på grunn av manglende rapportering. Totalt 705 spillere deltok i studien, 326 kvinner og 379 menn. Gjennom månedlig kontakt mellom lagets kontaktperson (i hovedsak fysioterapeut/lege) og prosjektleder/medarbeider ble alle skader registrert, i tillegg til trenings - og kampeksporing. Skadedefinisjon: Akutte skader og belastningsskader som medfører at spilleren trenger medisinsk behandling, mister deler av trening/kamp eller ikke kan delta på neste trening/kamp. **Resultater:** Totalt 561 skader ble registrert, 257 skader hos kvinner (46 %), 304 hos menn (54 %). Skadeforekomsten var 3,2 skader/1000 spillertimer (kvinner: 2,7 skader/1000 spillertimer, menn: 3,9 skader/1000 spillertimer). Ved akutte skader var skadeforekomsten på trening 1 skade/1000 spillertimer og i kamp 15,2 skader/1000 spillertimer. Det var 15 ganger høyere risiko for å skade seg i kamp i forhold til trening RR: 15,2 (95 % CI: 12,3-18,9). Tretti prosent av skadene var alvorlige med et fravær på over 28 dager. Femtini prosent var akutte skader og 41 % belastningsskader. Det ble rapportert flest skader i kneet (n=126, 23 %). Den hyppigste belastningsskaden var skulderskader (n= 50, 22 %), og den hyppigste akutte skaden var i kneet (n=72, 22 %). Det ble rapportert flere skader i Postenligaen enn i 1 divisjon (360 vs 201). Åtti prosent oppsto i første halvdel av sesongen. **Konklusjon:** Forekomsten av skader i håndball er høy og på linje med skadeforekomsten rapportert i fotball. Førti prosent av skadene var belastningsskader. De vanligste skadelokalisasjonene var skulder og kne. Tretti prosent fører til langvarig fravær.

Masterstudiet i idrettsfysioterapi er finansiert gjennom midler fra Fond til etter- og videreutdanning av fysioterapeuter.