

FORSKJELLER I MUSKELSTYRKE HOS KVINNELIGE HÅNDBALL- OG FOTBALLSPILLERE MED OG UTEN EN TIDLIGERE FREMRE KORSBÅNDSKADE

Nilstad A, Kristianslund E, Steffen K, Krosshaug T, Bahr R, Andersen TE
Senter for idrettsskadeforskning, Norges idrettshøgskole, Oslo

Innledning: Korsbåndskader er et alvorlig problem blant håndball- og fotballspillere og krever lang rehabiliteringstid. Det anbefales at skadet bein har minimum 90% av muskelstyrken til friskt bein før fullstendig tilbakegang til idrett, men tidligere studier har vist sideforskjeller i muskelstyrke flere år etter en korsbåndskade. **Formål:** Undersøke forskjeller i muskelstyrke hos kvinnelige elitehåndball- og fotballspillere med og uten en tidligere unilateral fremre korsbåndskade. **Metode:** Studien er en del av en kohortstudie med hensikt å undersøke risikofaktorer for korsbåndskader blant kvinnelige elitehåndball- og fotballspillere. Totalt 425 spillere i Postenligaen (n=233) og Toppserien (n=192) har siden 2007 testet isokinetisk konsentriske muskelstyrke av quadriceps og hamstring ved 60°/s. Av disse hadde 42 spillere en tidligere fremre korsbåndskade (venstre; 21, høyre; 16, bilateralt; 5). Styrke normalisert til kroppsvekt ble sammenlignet mellom spillere med en unilateral skade (n=37) og uskadede spillere (n=377), og mellom skadet og friskt bein hos skadede spillere med T-tester. Spillere med bilateral skade eller ufullstendige testresultater ble ekskludert (n=11). **Resultater:** Det var ingen sideforskjeller hos friske spillere. Spillere med tidligere korsbåndskade var signifikant sterkere i friskt bein sammenlignet med skadet bein, både for quadriceps (2,52 vs 2,33 Nm/kg, p=0,001) og hamstring (1,49 vs 1,40 Nm/kg, p=0,001). Det var ingen forskjell i styrke mellom skadet bein hos tidligere skadede spillere og uskadede spillere, verken for quadriceps (2,33 vs 2,39 Nm/kg, p=0,35) eller hamstring (1,40 vs 1,39 Nm/kg, p=0,85). Skadede spillere var signifikant sterkere i det friske beinet enn uskadede spillere, både for quadriceps (2,52 vs 2,39 Nm/kg, p=0,01) og hamstring (1,49 vs 1,39 Nm/kg, p=0,001). Funnene var de samme for henholdsvis håndball- og fotballspillere. **Konklusjon:** Det var ingen forskjell i muskelstyrke mellom uskadede spillere og det skadede beinet hos spillere med tidligere korsbåndskade. Spillere med tidligere skade var signifikant sterkere i friskt bein sammenlignet med skadet bein og spillere uten tidligere korsbåndskade.

Senter for idrettsskadeforskning er etablert ved Norges idrettshøgskole med økonomisk støtte fra Kulturdepartementet, Norges Idrettsforbund og Olympiske Komité, Norsk Tipping AS og Helse Øst. Dette prosjektet er i tillegg støttet økonomisk av FIFA.