

TROPPSGYMNASTIKK I NORGE, ER SKADER ET PROBLEM? EN PROSPEKTIV STUDIE

¹Lund SS, ^{2,3} Myklebust G

¹Masterstudiet idrettsfysioterapi, Norges idrettshøgskole, Oslo

²Senter for idrettsskadeforskning, Norges idrettshøgskole, ³Hjelp24Nimi Ullevaal, Oslo

Innledning: Troppsgymnastikk er en turngren i sterk vekst. Grenen er relativt ny og det foreligger svært lite forskningsbasert kunnskap om skadeomfang og skademekanismer. I Norge er det ikke gjennomført studier på skadeomfanget i turngrenen.

Formålet med studien var å kartlegge skadeomfang og skademekanismer i norsk troppsgymnastikk.

Metode: Studien ble gjennomført i konkurransesesongen 2008. Studien er todelt; del 1 er en skaderegistrering gjennomført under 17 nasjonale konkurranser i troppsgymnastikk (n=8418) samt en skaderegistrering i forbindelse med trening for en undergruppe av kohorten (n=28). Del 2 er en tverrsnittsstudie (n=487) av skadeomfanget under norgesmesterskapene i troppsgymnastikk. En sensitiv skadedefinisjon uten krav til medisinsk tilsyn eller fravær fra turnrelatert aktivitet er anvendt i studien. Registreringen er utført ved hjelp av spørre- og skaderegistreringsskjema samt ved observasjon.

Resultater: Totalt ble det i konkurransesesongen registrert 115 skader hvorav 43 (37 %) var alvorlige og medførte at gymnasten måtte avbryte konkurransedeltakelsen. Det var ingen forskjell i skadeomfang mellom kvinner og menn. Skadeinsidensen var på 50,3 skader/1000 timer. Ankelleddet er forbundet med høyest skadeinsidens med 25,6 skader/1000 timer. Distorsjoner n=45 (39 %) og leddkompresjoner n=29 (25 %) forekom hyppig. Flertallet av skadene forekom i turnelementenes landingsfase (84 %). Det var signifikant flere skader i konkurranser enn på turntreninger ($p < 0,001$). Skadeprevalensen under norgesmesterskapene i troppsgymnastikk var på over 60 %, hvorav 44 % var belastningsskader, 39 % var akutte skader og 17 % var reskader. Flertallet av skadene var lokalisert til ankelen n=126 (29 %).

Konklusjon: Skadeomfanget i norsk troppsgymnastikk vekker bekymring. Dette gjelder især ankelskadene som i stor grad dominerer skadebildet. I tillegg tyder resultatene på at en stor andel gymnaster deltar i konkurranser på tross av skade. Resultatene samsvarer med resultater fra svensk troppsgymnastikk. Studien har synliggjort et behov for ytterligere forskning.

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