

**VG** info  
**SPORTEN**

Fem av dagens landslagsspillere er operert for avrevet korsbånd en eller to ganger:

**2006:**  
Isabel Blanco.



**2005:**  
Gro Hammerseng.



**2002/1999:**  
Katja Nyberg.



**2002/1997:**  
Karoline D. Breivang



**2001:**  
Camilla Thorsen.



**GLADE FORSKERE:**  
Arnhild Skjølberg (til venstre) og Grethe Myklebust minner om at trening må til for å unngå karriere-truende korsbåndskader.

# Skrekkskaden

# HALVERT

**HOLMENKOLLEN (VG)** De kjemper en evig kamp mot korsbåndskadene hos kvinnelige håndballspillere. Nå jubler Grethe Myklebust og Arnhild Skjølberg over at den alvorlige kneskaden er nesten halvert de to siste årene.

- Disse tallene gjør oss kjempeglade. De viser at det nytter å stå på med informasjon og forebygging, sier Grethe Myklebust.

- Dette sparer også samfunnet for mange penger. En korsbåndskade koster rundt én million kroner å lege. Myklebust har lagt frem en rykende fersk



Jostein Overvik

rapport på Idrettsmedisinsk høstkongress i Oslo. De viser at skadene i eliteserien, 1. divisjon og 2. divisjon er sunket fra 71 til 39, regnet over to sesonger. Rundt regnet er nedgangen verdt 15 millioner kroner i året.

Heller ikke landslaget har fått nye korsbåndskader på halvannet år.



FOTO Marte Vike Arnesen

- Veldig bra. Men for vår del: Bank i bordet. Vi føler oss ikke sikre på at det varer helt frem til VM, sier landslags-sjef Marit Breivik - klok av skade.

### Tøff kamp

Hun har opplevd at spillere som Kjersti Grini, Susann Goksør Bjerkheim, Cecilie Leganger og Gro Hammerseng er blitt revet vekk på grunn av ødelagt korsbånd.

Myklebust og fysioterapeut Skjølberg kjemper en tøff kamp. På slutten av 90-tallet innførte de klare prin-

sipper, øvelser og balansebrett rundt om i håndballhallene.

Det reduserte antallet skader kraftig.

- Det var ikke morsomt å se at skadene økte igjen etter noen år, medgir Myklebust.

I 2006 ga Senter for Idretts-skadeforskning ut en DVD om skadeforebygging.

Den ble distribuert landet rundt i et opplag på 5000-6000. Nå er de ute med en ny DVD - «Skadefri».

- Vi er sikre på at tallene har en sammenheng med DVD-ene. Og det er dette det handler om

## Ny rapport: Stadig færre korsbåndskader

**VG** fakta  
**SPORTEN**

Antall korsbåndskader pr. sesong i eliteserien, 1. divisjon og 2. divisjon.

1998-99:	29
1999-00:	23
2000-01:	17
2001-02:	20
2002-03:	32
2004-05:	39
2005-06:	16
2006-07:	23

■ Alle tallene er ikke direkte sammenlignbare på grunn av varierende antall lag i de tre øverste divisjonene. Men antall skader har sunket fra omtrent 0,5 til 0,2 skader pr. lag.

■ I eliteserien har det vært 20 korsbåndsskader de tre siste sesongene mot 25 de tre foregående.

for oss: Å få ut budskapet, sier Skjølberg og Myklebust.

Myklebust er også i gang med et nytt prosjekt som skal avsløre om enkelte jenter er disponerte for å få korsbåndskader.

Myklebust tok i 2003 doktorgraden på den karrieretruende skaden som rammer fem ganger flere kvinner enn menn.

Tips **VG** få opptil **25 000,-**

Ukens tipser får ny mobil  
Nokia 6070



**MMS: 2200 e-post: 2200@vg.no tlf: 22 000 000**