

SKADEFOREKOMST I NORSK KVINNEHÅNDBALL - EN PROSPEKTIV UNDERSØKELSE

Myklebust G, Bahr R

Senter for Idrettsskadeforskning, Norges Idrettshøgskole, 0806 Oslo.

Innledning: Bortsett fra for fremre korsbåndskader er det ikke gjort prospektive registreringer av skadeinsidens og panorama i seniorhåndball. Målet med denne undersøkelsen er derfor å kartlegge skadeforekomsten i kvinnehåndball som grunnlag for videre forebyggende tiltak.

Materiale og metode: Alle skader som medførte fravær fra minst en trening eller kamp ble registrert prospektivt i 4,5 måneder fra 1.12.00 og ut sesongen 2001, ved at lagenes fysioterapeut fylte ut et spørreskjema. Vi registrerte akutte skader og belastningsskader hos alle eliteserielagene, syv av 12 1.divisjonslag, og 21 av 37 2. divisjonslag. Antall treningstimer ble registrert ut fra klubblistene og justert for oppmøteprosent. Kamptimer ble regnet etter varighet av hver kamp multiplisert med 7 spillere. **Resultat:** Totalt registrerte vi 173 skader fordelt på 567 spillere. Dette ga en insidens på 11,9 skader pr. 1000 kamptimer, og 0,16 skader pr. 1000 treningstimer. I eliteserien fant vi 15,2 skader pr. 1000 kamptimer og 0,14 pr. 1000 treningstimer. Av skadene var 83% akutte skader og 17% belastningsskader. Skader i ankel eller kne sto for 47% av skadene. Av skadene medførte 38% et fravær fra kamp og trening på 1-7 dager, 28% på 8-21 dager, 10% over 21 dager og 16% resten av sesongen. **Konklusjon:** Skadefrekvensen i håndball er lavere enn i fotball, men høyere enn volley og basketball. For å forebygge håndballskader bør fokus være på kne- og ankelskader.

Senter for idrettsskadeforskning er etablert ved Norges idrettshøgskole med økonomisk støtte fra Kulturdepartementet, Norges Idrettsforbund og Olympiske Komite, Norsk Tipping AS og Pfizer AS.