



فدراسیون پزشکی ورزشی جمهوری اسلامی ایران
SPORTS MEDICINE FEDERATION
ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN

پنجمین کنگره پزشکی ورزشی کشور

فدراسیون پزشکی ورزشی جمهوری اسلامی ایران

تهران ۳-۲ خرداد ۱۳۸۶

خلاصه مقالات

با همکاری

دفتر سلامت خانواده و جمعیت وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی

مرکز تحقیقات علوم پزشکی ورزشی دانشگاه علوم پزشکی تهران

آکادمی ملی المپیک

بررسی میزان شیوع آسیب های اندام تحتانی در دختران نخبه ژیمناست کشور:

مطالعه روی دو وسیله ژیمناستیک هنری دختران (حرکات زمینی و پارالل)

بهناز شاه طهماسبی، احمد ابراهیمی عطری، سید علی اکبر هاشمی جواهری

هدف از این پژوهش بررسی میزان شیوع آسیب های اندام تحتانی در دختران نخبه ژیمناست کشور از طریق مطالعه روی دو وسیله ژیمناستیک هنری دختران (حرکات زمینی و پارالل) می باشد.

روش شناسی تحقیق: این پژوهش با بهره گیری از تکنیک (مطالعه گذشته نگر) اجرا شد. ۴۰ نفر از دختران نخبه ژیمناستیک که در مسابقات قهرمانی کشور و انتخابی تیم ملی شرکت داشتند، به عنوان گروه نمونه برگزیده شدند. جمع آوری اطلاعات از طریق پرسشنامه و مصاحبه از دانشجویان صورت گرفته است. روش آماری مورد استفاده در این تحقیق، آمار توصیفی با استفاده از نرم افزار آماری Spss ورژن ۱۱/۵ می باشد.

نتایج: بهترین نتایج حاصل از تحقیق به شرح زیر می باشند: بر اساس نتایج تحقیق حاضر تمامی دختران ژیمناست دچار آسیب شده اند. در حرکات زمینی تعداد آسیب های اندام تحتانی ۷۰۲ آسیب می باشد. در بین آسیب های اندام تحتانی در حرکات زمینی، آسیب عضلاتی (۶۲/۲٪)، پوستی (۱۳٪)، مفصلی (۸٪)، استخوانی (۰/۷٪)، و درد های حاد و مزمن (۱۴٪) می باشند. شایعترین آسیب های عضلانی، کشیدگی کشاله ران و ران (۳۱/۷٪) و گرفتگی ران (۱۸/۴٪)، شایع ترین آسیب های پوستی، خراشیدگی یا سائیدگی زانو (۵۸/۲٪) است. تعداد کل آسیب های اندام تحتانی در پارالل ۴۴۵ آسیب می باشد. در بین آسیب های اندام تحتانی در پارالل، آسیب های عضلانی (۶۴٪)، پوستی (۲۰/۹٪)، مفصلی (۲/۷٪)، استخوانی (۰/۲٪)، و درد های حاد و مزمن (۱۲/۱٪) می باشند. شایعترین آسیب های عضلانی، کشیدگی کشاله ران و ران (۲۸/۱٪) و شایع ترین آسیب های پوستی، خراشیدگی یا سائیدگی ران و کشاله ران (۳۵/۵٪) است. ۶۵٪ از دختران ژیمناست در حین تمرین دچار آسیب شده اند و زمان بروز آسیب ۳۰ تا ۶۰ دقیقه ابتدای تمرین بوده است. ۸۰٪ از ژیمناستها محل بروز آسیب دیدگی را سالن محل تمرین گزارش دادند.

بحث و نتیجه گیری: با توجه به یافته های تحقیق حاضر، حرکات زمینی بیشترین میزان آسیب را نسبت به پارالل داراست. در هر دو وسیله، آسیب های عضلانی ران و کشاله ران شایع ترین آسیب های اندام تحتانی را تشکیل می دهند.

واژه های کلیدی: آسیب های اندام تحتانی، دختران نخبه ژیمناست، ژیمناستیک هنری (پارالل، حرکات زمینی)

The investigation of prevalence of lower extremity injuries in Iranian elite female artistic gymnasts: Study on two Women's Artistic Gymnastics Apparatus (Floor exercise & Uneven bars)

Behnaz Shahtahmasebi, Ahmad Ebrahimi Atri, Ali Akbar Hashemi Lavaheri

The purpose of this study was to examine the incidence, localization of lower extremity injuries in Iranian elite female artistic gymnasts. 40 elite female gymnasts were included in the study; which consisted of written questionnaire reporting data concerning the injuries.

Method: the method of this investigation was retrospective analysis of injury incidence and localization of lower extremity injuries in Iranian elite girl's artistic gymnasts.

Results: Our cases sustained 702 lower extremity injuries in floor exercise followed by uneven bars 445 lower extremity injuries. The analysis of type of injuries during floor exercise revealed muscle injuries (62.2%) as the predominant injury, skin injuries (13%), joint injuries (8%), bone injuries (0.7%) and chronic and acute pain (14%). Uneven bars injuries distributed among muscle injuries (64%), skin injury (20.9%), joint injury (2.7%), bone injuries (0.2%) and chronic and acute pain (12.1%). A majority of injuries during floor exercise was hip and groin (31.7%) and hip muscle cramp (18.4%) also most common injuries on uneven bars was hip and groin (28.1%). 65% of elite gymnasts reported that their injuries occurred at training time.

Conclusion: Our results indicated that most of lower extremity injuries occurred in floor exercise. Gymnastics coaches should be more considerate to the floor exercise event and training phase.

Keywords: lower extremity injuries, elite female artistic gymnasts, women's artistic gymnastics
(Floor exercise, uneven bars)