



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 و علل آسیب های ورزشی در دانشجویان دختر ژیمناست

نخبه کشور

احمد ابراهیمی عطری، سید علی اکبر هاشمی جواهری، افسانه تقی زاده نادری، بهناز شاه طهماسبی

هدف: این پژوهش با هدف تعیین میزان شیوع و علل انواع آسیب های ورزشی رایج در بین دانشجویان دختر ژیمناست نخبه کشور انجام و با بهره گیری از تکنیک (مطالعه گذشته نگر) اجرا شد.

روش شناسی تحقیق: ۳۰ نفر از دانشجویان دختر نخبه ژیمناستیک که در مسابقات قهرمانی کشور در سال ۱۳۸۴ در مشهد 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 و Minitab می باشد.

نتایج: مهمترین نتایج حاصل از این تحقیق به شرح زیر می باشد: بر اساس نتایج تحقیق حاضر ۹۳/۳ درصد از دانشجویان دختر ژیمناست دچار آسیب شده اند و در بین آسیب های ورزشی، آسیب های عضلانی (۵۶ درصد)، پوستی (۲۶ درصد)، مفصلی (۹ درصد) و استخوانی (۱/۷ درصد) و درد های حاد و مزمن (۷/۶ درصد) می باشند. اما شایع ترین آسیب های عضلانی، کشیدگی ران (۱۰/۸ درصد)، شایع ترین آسیب های پوستی، پینه کف دست (۳۱/۴)، شایع ترین آسیب های مفصلی، پیچ خوردگی مچ پا (۲۵/۶ درصد) و درفتگی مچ پا (۱۹/۸ درصد)، دردهای شایع در مچ پا (۹/۲ درصد) و مچ دست (۶/۲ درصد) است. مهمترین علل بروز آسیب های ژیمناستیک در بین دختران ژیمناست، کمبود آمادگی جسمانی (۱۶ درصد)، کمبود تجهیزات (چهار وسیله ژیمناستیک هنری و...) و امکانات کمک آموزشی مربوط به رشته ژیمناستیک (۱۶ درصد)، (۱۲ درصد)، نامناسب بودن وسایل و امکانات (استاندارد نبودن وسایل اختصاصی رشته ژیمناستیک) و خستگی و تمرین بیش از حد (۱۲ درصد) می باشند.

بحث و نتیجه گیری: با توجه به یافته های تحقیق حاضر، شایع ترین آسیب های ورزشی در دختران ژیمناست مربوط به آسیب های عضلانی (کشیدگی ران) و پوستی (پینه کف دست) و مهمترین علل بروز آسیب های ورزشی در میان دانشجویان دختران ژیمناست، کمبود آمادگی جسمانی، کمبود تجهیزات (چهار وسیله ژیمناستیک هنری و...) و امکانات کمک آموزشی مربوط به رشته ژیمناستیک و نامناسب بودن وسایل و امکانات (استاندارد نبودن وسایل اختصاصی رشته ژیمناستیک) و بیش تمرینی و خستگی می باشند.

واژه های کلیدی: آسیب های ورزشی، ژیمناستیک، دانشجویان دختر ژیمناست نخبه

The Investigation of the rates of prevalence and causes of sport injuries in Iranian Collegiate elite girl's artistic gymnasts

Ahmad Ebrahimi Atri, Ali Akbar Hashemi Javaheri, Afsaneh Taghezadeh Naderi, Behnaz Shahtahmasebi

The purpose of this study is to examine the incidence, localization, and causes of sport injuries in Iranian collegiate elite girl's artistic gymnasts. 30 elite girl's gymnasts were included in the study, which consisted of written questionnaire reporting data concerning the injuries and cause of injuries.

The method of this investigation was retrospective analysis of injury incidence localization and causes of sport injuries in Iranian collegiate elite girl's artistic gymnasts.

The gymnasts experienced a total 994 injuries and 93.3 % of elite gymnasts were injured. A majority of the injuries was muscle injuries (65%) such as hip and groin strain then, other injuries consisted of skin injuries (26%), joint injuries (9%), acute and chronic pain (7.6%), and bone injuries (1.7%).

The most important causes of Gymnastics injuries were consisted in Lack of physical fitness (16%), lack of facilities and equipments (16%), overuse injuries (12%), and unsuitable gymnastics equipments (12%).

Keywords: Sport injuries, collegiate elite girl's artistic gymnasts and artistic gymnastics