



دانشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی  
دانشگاه تهران



روزنامه علمی، تخصصی و کاربردی  
دانشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی

جهاد اقتصادی  
تلاش علمی  
توسعه ورزشی

# مجموعه مقالات دومین همایش ملی تخصصی آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی

دانشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه تهران

۱۱ و ۱۲ خردادماه ۱۳۹۰

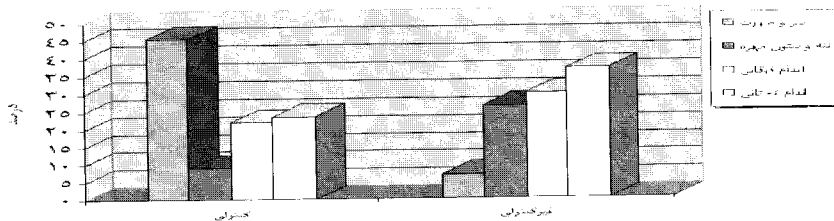
## مقایسه فراوانی آسیب‌های مسابقه‌ای اندام‌های مختلف کاراته‌کاران نخبه سبک‌های کنترلی و غیر کنترلی و تعیین علل احتمالی آن‌ها

امین بهبودی<sup>۱</sup>، دکتر مهرداد فتوحی<sup>۲</sup>، دکتر سید علی اکبر هاشمی جواهری<sup>۳</sup>، محسن برغمندی<sup>۴</sup>، زهره بهبودی<sup>۵</sup>  
۱. کارشناس ارشد دانشگاه فردوسی مشهد؛ ۲. استادیار دانشگاه فردوسی مشهد؛ ۳. دانشجوی دانشگاه پنجاب چندیگر

**مقدمه:** امروزه کاراته یکی از پرطرفدارترین رشته‌های ورزشی در دنیاست. از آنجایی که موفقیت در مبارزه و کسب عناوین قهرمانی در مسابقات کاراته در اولویت بالایی قرار دارد؛ مبارزان، با تلاش گسترده‌ای مبارزه کرده و از اینرو، خود را در معرض خطر آسیب‌دیدگی قرار می‌دهند و از طرفی، آسیب‌دیدگی در هنگام فعالیت‌های ورزش قهرمانی، امری اجتناب ناپذیر است و به لحاظ بهداشتی، درمانی، آموزشی، اجتماعی و اقتصادی در خور توجه جدی کارشناسان علوم پزشکی- ورزشی است. این تحقیق، به منظور مقایسه فراوانی آسیب‌های حین مسابقه‌ی اندام‌های مختلف کاراته‌کاران نخبه سبک‌های کنترلی و غیرکنترلی و تعیین علل احتمالی آن‌ها انجام شد.

**روش‌شناسی:** روش اجرای این تحقیق از نوع تحقیقات توصیفی- میدانی با بهره‌گیری از شیوه مشاهده آسیب‌های مسابقه‌ای سبک‌های کاراته بود. جامعه آماری شامل تمامی کاراته‌کاران شرکت کننده در مسابقات قهرمانی کشور (انتخابی تیم ملی) در سال ۱۳۸۷ بود و نمونه آماری تحقیق شامل ۵۰ نفر از کاراته‌کاران بود که حداقل سه سال سابقه شرکت در مسابقات را داشتند که به روش نمونه در دسترس به طور داوطلبانه در این تحقیق شرکت نمودند. جمع‌آوری داده‌ها از طریق معاینه صدمات ورزشی کاراته‌کاران توسط پزشک (تشخیص پزشکی) و علل احتمالی بروز آسیب‌های ورزشی از طریق پرسشنامه صورت گرفت. پایایی پرسشنامه با استفاده از ضریب پایایی آزمون مجدد ۰/۸۴ محاسبه گردید. این مقدار در سطح معناداری ( $P < 0/05$ ) به دست آمد. پس از اتمام معاینات پزشکی و تکمیل پرسشنامه‌ها به صورت مصاحبه‌ای توسط ورزشکار با حضور مربی و جمع‌آوری داده‌ها و نیز ورود آن‌ها در محیط نرم افزاری SPSS، برای تعیین رابطه میان فراوانی انواع آسیب‌های اندام‌های مختلف و سبک‌های کاراته، از مجذور کای پیرسون استفاده شد و فرضیه‌ها با سطح اطمینان  $P < 0/05$  مورد آزمایش قرار گرفت و نتایج ذیل به دست آمد.

## یافته‌ها:



جدول ۱: رتبه درصد فراوانی نسبی علل بروز آسیب‌های ورزشی در سبک‌های مختلف کاراته

ردیف	علل آسیب‌های ورزشی	کنترلی	غیرکنترلی
۱	سرد بودن و گرم نکردن کافی بدن قبل از تمرین یا مسابقه	۱	۱
۲	عدم آمادگی جسمانی کافی	۲	۲
۳	ماهیت رشته ورزشی	۳	۳

**بحث و نتیجه‌گیری:** در کاراته کنترلی، سر و صورت با ۴۵/۵۲ درصد بالاترین درصد آسیب را در بین بخش‌های مختلف بدن به خود اختصاص داده است. و اما با استرایپوک و همکارانش موافقیم که معتقدند، صدمات حاصل از مشت بیشتر از پا است. زیرا تعداد ضربات مشت در مبارزه کاراته بیشتر از تعداد ضربات پاست و همچنین تاکنون در مسابقات ملی و بین‌المللی از تجهیزاتی مانند کلاه و پدهای محافظتی سینه و پا استفاده نشده است. اما در کاراته غیرکنترلی، اندام تحتانی با ۳۶/۷۸ درصد بالاترین درصد آسیب را در بین بخش‌های مختلف بدن به خود اختصاص داده است که با تحقیق زتاروک (۲۰۰۰) همخوانی دارد و معتقدیم که این نتایج، به خاطر ماهیت سبک و همچنین قوانین و مقررات این گونه مسابقات و عدم استفاده از هر گونه تجهیزات محافظتی می باشد.

**واژه‌های کلیدی:** آسیب‌های ورزشی، کاراته کنترلی، کاراته غیرکنترلی

## منابع:

1. Birrer RB, Halbrook SP. Martial Art injuries –the results of a five year national survey. *Am J sports Med* 1988; 16: 408-410.
2. Macan, Bundalo-Vrbanac D, Romić G. (2002): Effects of the new karate rules on the incidence and distribution of injuries, *Br J Sports Med* 2006; 40:326-330. doi: 10.1136/bjism.2005.022459
3. Pieter W. Fractures in karate competition. *J sports Traumat Res.* 1997; 19(4): 175-180.
4. Rafael Arriaza, Manuel Legs: Injury profile in competitive karate: prospective analysis of three consecutive world karate Championships; *keno Surry sport traumata Arthrosc* (2005)13; 603-607.