

رابطه بین راستای استاتیک اندام تحتانی و آسیب‌های بازیکنان نوجوان فوتبال

دکتر مصطفی زارعی

عضو هیئت علمی دانشگاه شهید بهشتی، ۱۳۹۴

میزان بروز آسیب‌های اندام تحتانی در بازیکنان جوان فوتبال بالا است اما اطلاعات اندکی در زمینه ریسک فاکتورهای این آسیب‌ها وجود دارد. بنابراین هدف این مطالعه بررسی رابطه استاتیک اندام تحتانی و بروز آسیب‌های بازیکنان نوجوان فوتبال است. چهار تیم (۷۸ بازیکن) از لیگ برتر آسیا ویشن نوجوان استان تهران (۱۴ تا ۱۶ سال) در این مطالعه شرکت نمودند. قبل از آغاز فصل میزان افت ناوی، زاویه Q، زاویه هایپر اکستنشن زانو، زانوی پرانتزی و شاخص توده بدنی این بازیکنان اندازه‌گیری شد. سپس آسیب‌های این بازیکنان در طول یک فصل (۷ ماه) ثبت شد. میزان شیوع آسیب‌ها برابر با ۸/۷ آسیب در هر ۱۰۰۰ ساعت فعالیت (۹۵٪ اطمینان، ۱۰/۱۰-۷/۱۰) بود. نتایج آزمون لجستیک رگرسیون نشان داد که افت ناوی پای برتر ($OR=4/5$ ، $p=0/001$)، زاویه Q پای برتر ($OR=2/77$)، $p=0/048$ و زانوی پرانتزی ($OR=4/06$ ، $p=0/021$) با بروز آسیب‌ها ارتباط معنی‌داری دارند. بازیکنانی که شاخص افت ناوی آن‌ها بیشتر از ۱/۵ سانتیمتر باشد ۳/۴۷ برابر سایر بازیکنان مستعد بروز آسیب اندام تحتانی هستند. همچنین بازیکنانی که شاخص زاویه Q پای برتر آن‌ها بیشتر از ۱۵/۵ درجه باشد ۳/۷۷ برابر سایر بازیکنان مستعد بروز آسیب اندام تحتانی هستند. نتایج این مطالعه نشان داد که سنجش راستای اندام تحتانی مانند زاویه Q، زانوی پرانتزی و افت ناوی می‌تواند بازیکنان در معرض بروز آسیب‌های اندام تحتانی را مشخص نماید. این نتایج می‌تواند به بازیکنان و مربیان برای پیشگیری از آسیب‌ها کمک کند.

کلیدواژگان: اندام تحتانی، آسیب، فوتبال، ریسک فاکتور