

Wahrnehmungen zur Reduktion von Verletzungsrisiken in der Leichtathletik: Umfrage unter Elite-Athleten und Beteiligten der Europameisterschaften 2022 in München

Injury Risk Reduction Perceptions in Athletics: Survey on Elite Athletes and Stakeholders Participating at the Munich 2022 European Championships

ACCEPTED: August 2023

PUBLISHED ONLINE: October 2023

Edouard P, Dandrieux P-E, Tondut J, Chapon J, Navarro L, Ruffault A, Branco P, Zyskowski M, Hollander K. Injury risk reduction perceptions in athletics: Survey on elite athletes and stakeholders participating at the Munich 2022 European Championships. *Dtsch Z Sportmed.* 2023; 74: 197-204. doi:10.5960/dzsm.2023.572

1. UNIVERSITÉ JEAN MONNET, *Université Savoie Mont-Blanc, Inter-university Laboratory of Human Movement Biology, Saint-Etienne, France*
2. UNIVERSITY HOSPITAL OF SAINT-ETIENNE, *Department of Clinical and Exercise Physiology, Sports Medicine Unit, Faculty of Medicine, Saint-Etienne, France*
3. EUROPEAN ATHLETICS ASSOCIATION (EAA), *European Athletics Medical & Anti-Doping Commission, Lausanne, Switzerland*
4. UNIV LYON, *Univ Jean Monnet, Mines Saint-Etienne, INSERM, Saint-Etienne France*
5. FRENCH INSTITUTE OF SPORT (INSEP), *Laboratory Sport, Expertise and Performance, Paris, France*
6. UNIVERSITÉ DE LIÈGE, *Unité de Recherche interfacultaire Santé et Société (URiSS), Liège, Belgium*
7. TECHNICAL UNIVERSITY OF MUNICH, *Klinikum Rechts der Isar, Department of Trauma Surgery, Munich, Germany*
8. MSH MEDICAL SCHOOL HAMBURG, *Institute of Interdisciplinary Exercise Science and Sports Medicine, Hamburg, Germany*

Problem

Ansätze zur Reduzierung des Verletzungsrisikos werden in der Leichtathletik, wie auch in anderen Sportarten, nur unzureichend umgesetzt. Die Verbesserung der Anwendung von Ansätzen zur Reduzierung des Verletzungsrisikos stellt daher eine wichtige Herausforderung dar. Dafür kann ein besseres Verständnis der Wahrnehmungen sowie Überzeugungen zur Reduktion des Verletzungsrisikos eine Chance sein. Ziel der vorliegenden Studie war es daher, die Wahrnehmungen und Verhaltensweisen von Leichtathleten, Trainern, medizinischem Fachpersonal und sportliche Leitern im Hinblick auf die Reduzierung des Verletzungsrisikos zu untersuchen.

Methoden

Wir führten eine Querschnittsstudie mit Sportlern, Trainern, medizinischem Fachpersonal und sportlichen Leitungen durch, die für die Leichtathletik-Europameisterschaften 2022 in München (Deutschland) registriert waren. Dazu wurde ein Online-Fragebogen genutzt, in dem wir nach ihren Einstellungen und Verhaltensweisen in Bezug auf die Reduzierung des Verletzungsrisikos fragten, gemessen mittels einer Skala von „stimme nicht zu – 0“ bis „stimme zu – 100“.

Ergebnisse

An der vorliegenden Studie nahmen insgesamt 71 Freiwillige (2,9% aller bei der Leichtathletik-Europameisterschaft 2022 angemeldeten Teilnehmer) teil: 30 Sportler, 10 Trainer, 28 medizinisches Fachpersonal und 3 Teamleiter aus 16 Ländern. Im Allgemeinen stimmten die Teilnehmer sehr wahrscheinlich zu, dass Verletzungen Teil des Sports sind (Mittelwert \pm Standardabweichung 80 ± 22), dass das Verletzungsrisiko bei Lebensentscheidungen berücksichtigt werden sollte (75 ± 23) und dass schlecht behandelte Verletzungen zu erneuten Verletzungen führen können (82 ± 27). Seltener waren sie der Meinung, dass das Risiko einer Verletzungen nicht unbedingt notwendig ist, um Spitzenleistungen zu erzielen (53 ± 32). Sie waren sich auch sehr wahrscheinlich darin einig, dass die Prävention von Verletzungen relevant erscheint (90 ± 17) und einige Strategien zur Reduzierung des Verletzungsrisikos zu implementieren seien (90 ± 17). Die meisten von ihnen nutzten Maßnahmen oder Strategien zur Reduzierung des Verletzungsrisikos in ihrem täglichen Leben/ihrer

Praxis (82 ± 19). Aufwärmen, Flüssigkeitszufuhr und das Achten auf Schmerzen waren die am häufigsten angewendeten/empfohlenen Strategien, während Verdauungsschläfchen, angebotene psychologische Unterstützung sowie mentale Vorbereitung weniger adaptiert wurden.

Schlussfolgerungen

Athleten, Trainer, medizinisches Fachpersonal und sportliche Leitungen, die an der Leichtathletik-Europameisterschaft 2022 sowie an dieser Studie teilnahmen, waren der Ansicht, dass i) Verletzungen Teil der Leichtathletik sind, ii) die Prävention von Verletzungen wichtig ist und iii) sie Maßnahmen und Strategien zur Minimierung des Verletzungsrisikos annehmen würden. Diese Wahrnehmungen wurden ohne signifikante Unterschiede zwischen den Beteiligten erfasst. Einige Maßnahmen zur Reduzierung des Verletzungsrisikos wurden am häufigsten übernommen oder vorgeschlagen (z. B. Aufwärmen, Flüssigkeitszufuhr und „Auf den Schmerz hören“), wobei es zwischen den Beteiligten Unterschiede gab. Bei Sportlern war die Wahrscheinlichkeit, dass sie die Maßnahmen/Strategien übernahmen, geringer als bei Trainern und/oder medizinischem Fachpersonal. Diese Ergebnisse bieten eine klare und relevante Orientierung für die Verbesserung und Entwicklung von Maßnahmen/Strategien zur Reduzierung des Verletzungsrisikos sowie deren Annahme und Umsetzung.



Article incorporates the Creative Commons Attribution – Non Commercial License. <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>



QR-Code scannen und Artikel online lesen.

KORRESPONDENZADRESSE:

Pascal Edouard, MD PhD
University Hospital of Saint-Etienne,
Department of Clinical and Exercise Physiology, Sports Medicine Unit, IRMIS,
Campus Santé Innovations
42055 Saint-Etienne cedex 2, France
✉: Pascal.Edouard@univ-st-etienne.fr