

عنوان مقاله:

بررسی همه گیرشناسی آسیب های ورزش هندبال

محل انتشار:

اولین همایش مجازی ملی یافته های نوین در تربیت بدنی و سلامت دانش آموزی (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 25

نویسنده:

مینا کربلائی مهدی - دانشجوی دکتری آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی - دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی - گروه آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی - دانشگاه تهران

خلاصه مقاله:

هندبال یک ورزش تیمی است که در آن بازیکنان در معرض تماس ها و برخوردهای متعددی هستند، بنابراین در طول دوران حرفه ای خود با آسیب های اسکلتی عضلانی مختلفی روبرو می شوند. هدف از این مطالعه، خلاصه کردن شیوع آسیب های هندبال هم در تمرین و هم در شرایط مسابقه، با تفکیک جنسیت و سن بود. یک مرور سیستماتیک انجام شد و در مجموع ۲۰ مطالعه معیارهای ورود را داشتند و پس از یک جستجوی و انتخاب سه پایگاه داده دیجیتال: Scopus، PubMed، و Web of Science انتخاب شدند. بروز آسیب بیشتر در طول مسابقات در مقایسه با جلسات تمرینی در همه گروه ها (یعنی بازیکنان زن و مرد بزرگسالان و جوانان) گزارش شد که بازیکنان بزرگسال مرد بیشترین مقدار را گزارش کردند. اندام های تحتانی بیشتر آسیب دیدند که کوفتگی و رگ به رگ شدن شایع ترین نوع آسیب بود. زنان صدمات جدی تری نسبت به مردان گزارش کردند. آسیب های اندام تحتانی در هندبال پر تکرار است و مانعی جدی برای عملکرد ورزشی می باشد. یافته ها نشان داد که شیوع آسیب های اندام تحتانی بسته به ویژگی های نمونه و آسیب بسیار متفاوت است. بنابراین، این مطالعه بر اهمیت این نکته تاکید می کند که ورزشکاران، مربیان و فیزیوتراپیست ها پروتکل های تمرینی را برای کاهش بروز آسیب در بافت های آسیب دیده بدن تطبیق دهند.

کلمات کلیدی:

هندبال، زانو، مچ پا، پاتولوژی، همه گیرشناسی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1688406>

