

TURUN YLIOPISTO

Lääketieteellinen tiedekunta, Terveysliikunta sekä Paavo Nurmi -keskus

Pajari Jenni:

Naisten telinevoimistelussa tapahtuvien
eturistisiderepeämien riskitekijät

Syventävien opintojen tutkielma

34 sivua, 1 liite

Liikuntalääketiede

Marraskuu 2017

Opinnäytetyö selvitti maajoukkueetasoisten naistelinevoimistelijoiden eturistisiderepeämien riskitekijöitä ja syntymekanismeja. Työ koostuu kahdesta osasta; kirjallisuuskatsauksesta ja kyselytutkimuksesta.

Kirjallisuuskatsauksessa käydään läpi riskitekijöitä, vammamekanismeja ja polven biomekaniikkaa, joiden pohjalta riskitekijöitä on helpompi ympärtää. Kyselytutkimuksessa selvitettiin riskitekijöitä suomalaisissa olosuhteissa maajoukkueetason voimisteliijoilla. Selvitimme muun muassa millaisessa liikkeessä ja millä telineellä eturistisidevammat yleensä tapahtuivat.

Kyselytutkimukseen kutsuttiin 11 maajoukkueetasoista naisvoimistelijaa, joilla on ollut eturistisidevamma vuosina 1997-2016. Tässä tutkimuksessa havaintojen lukumäärä on 13 (n=13), sillä kahdella voimistelijalla eturistiside on revennyt molemmista polvista erillisinä tapahtumina. Tutkittaville lähetettiin kyselykaavake.

Valtaosa tapaturmista (84,6%) tapahtui kierteisen vortin alastulossa. Tässä tutkimuksessa eturistisiteen eli ACL:n repeämistä 7/13 tapahtui permannolla, 5/13 puomilla ja 1/13 hyppysä. Nojapuilla ei raportoitu yhtään eturistisiderepeämää. Osa voimisteliijoista koki, että harjoitus- tai kilpailuympäristöllä oli vaikutusta loukkaantumiseen. Esimerkkinä mainittiin melu sekä se, että teline oli erimerkkinen, kuin millä tutkittava oli tottunut harjoittelemaan. Kaikkien tutkittavien voimistelu-ura jatkui loukkaantumisesta toipumisen jälkeen, mutta suuri osa tutkittavista koki, että eturistisiteen repeämisellä oli osuutta harrastuksen lopettamiseen pidemmällä aikavälillä.

Eturistisiderepeämät ovat yksi yleisimmistä leikkausta vaativista ja uran lopettamiseen johtavista tapaturmista telinevoimistelussa ja kyselytutkimuksen perusteella kierrevoittien alastulot ovat Suomessa yleisin eturistisiderepeämään johtava liike. Useissa kansainvälisissä tutkimuksissa on jo raportoitu samansuuntaisia tutkimustuloksia, joten tämä tutkielma vahvistaa aiempien tutkimusten tuloksia myös suomalaisilla maajoukkueetason voimisteliijoilla.

Avainsanat: Eturistiside, ACL, telinevoimistelu, nainen, riskitekijä, vammamekanismi