

Zusammenfassung

Hintergrund: In der allgemein zugänglichen Literatur findet man nur spärliche Angaben zu Verletzungen im Kanusport. Diese behandeln zudem meist nur die Schulter-Arm-Beschwerden. Anhand dieses Artikels werden die häufigsten Verletzungen und Überlastungsschäden im leistungsorientierten Kanusport erfasst und herausgearbeitet.

Material und Methoden: Hierzu wurden in einer retrospektiven Fragebogen-Analyse 360 Kanusportler bezüglich ihrer sportartbedingten Beschwerden und Verletzungen innerhalb der letzten vier Jahre befragt.

Ergebnisse: In die Auswertung konnten schließlich 104 leistungsorientierte Kajakfahrer eingeschlossen werden. Dabei erfolgte die Zuordnung der Verletzungen und Überlastungsschäden nach den jeweils angegebenen Körperregionen. Beschwerden im Bereich des Schultergelenks wurden mit einer Häufigkeit von 26% berichtet. Schmerzen in der LWS und dem Kniegelenk beklagten 33% bzw. 27% der Athleten. Dysästhesien im Bein (32%) und Beschwerden im Handgelenk (29%) kamen jeweils bei etwa einem Drittel der Befragten vor.

Schlussfolgerung: In der vorliegenden Arbeit konnte gezeigt werden, dass im offensichtlich oberkörperbetonten Kanusport Dysästhesien der Beine und Beschwerden im Bereich LWS, Kniegelenk und Handgelenk in nahezu gleichem Maße von den Athleten beklagt werden wie die zu erwartenden Schulterbeschwerden.

Evidenzebene: III

Schlüsselwörter

Kanu – Kajak – Leistungssport – Verletzungen – Überlastung

G. Willscheid et al.

Injuries and overuse injuries in high performance canoe athletes

Abstract

Background: Injuries in canoeing has been described only a little in general-accessible literature. They are focused on shoulder and arm injuries. In this article the most frequent injuries in competitive canoeing are worked out.

ORIGINALARBEIT/ORIGINAL PAPER

Verletzungen und Überlastungsschäden im leistungsorientierten Kanusport

Gernot Willscheid, Martin Engelhardt, Casper Grim

Klinikum Osnabrück, Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie Osnabrück

Eingegangen/submitted: 26.11.2013; akzeptiert/accepted: 14.01.2014

Einführung

In Deutschland ist der Kanusport im Deutschen Kanu-Verband (DKV) organisiert. Der DKV besteht aus 18 Landesverbänden mit ca. 117.500 Mitgliedern in rund 1300 angeschlossenen Vereinen. Damit ist er der größte Kanuverband der Welt [4]. Bei den Olympischen Spielen 2012 in London konnten durch die deutschen Kanuten insgesamt 14 Medaillen errungen werden. Beim Kanusport handelt es sich offensichtlich um eine oberkörperbetonte Sportart und somit beschäftigen sich die meisten wissenschaftlichen Arbeiten zu Verletzungen im Kanusport mit Schulter-Arm-Beschwerden. Trotz der enormen Popularität des Kanu-Freizeit- und -Leistungssportes ist die nationale und internationale Datenlage zu sportmedizinischen Problemen und zu unterschiedlichen Beschwerdelokalisationen in dieser Sportart weiterhin sehr dürftig. Im vorliegenden Artikel wird eine der wenigen Untersuchungen zu Verletzungen und Überlastungsschäden im leistungsorientierten Kanusport vorgestellt bei der eine Erhebung der unterschiedlichen Beschwerdelokalisationen vorgenommen wird.

Im Kanusport unterscheidet man die beiden Kategorien Canadier und

Kajak. Der Canadier wird sitzend oder kniend mit einem Paddel (Stechpaddel) gepaddelt, das nur an einer Seite ein Blatt hat. Das Kajak wird dagegen mit einem Doppelblatt-Paddel vorangetrieben, das abwechselnd rechts und links des Bootes in das Wasser getaucht wird. Wettkämpfe werden sowohl auf Seen als auch in stark verblocktem Wildwasser veranstaltet. Entsprechend den unterschiedlichen Anforderungen gibt es auch unterschiedliche Wettkampfdisziplinen. Im Wildwasserbereich gibt es u.a. die Disziplinen Wildwasserabfahrtsport und Slalom-sport und im stehenden ruhigen Gewässer den Rennsport (Flachbahn). Das Kajak wird im Wildwasser von einem einzelnen Athleten gepaddelt, im Flachbahnsport mit einem, zwei oder vier Sportlern. Der Canadier wiederum wird im Wildwasser und im Rennsport allein oder zu zweit navigiert. Im Folgenden wird speziell auf den symmetrisch betriebenen Kanusport (Kajak) eingegangen.

Material und Methoden

In einer retrospektiven Fragebogen-Analyse wurden 360 Kanusportler in den drei Kraftausdauerdisziplinen *Rennsport*, *Slalom* und *Abfahrt* bezüglich ihrer sportartbedingten

Materials and Methods: In a retrospective questionnaire analysis 360 canoeists were asked about their sport-related complaints and injuries within the last four years.

Results: Finally 104 elite-canoeing-athletes could be included. The allocation of the injuries and overuse symptoms was carried out by body region. Shoulder problems have been reported with a frequency of 26%. Pain in the lumbar spine and the knee joint was reported in 33% and 27% of the athletes. Dysesthesia in the legs (32%) and wrist-pain (29%) were also reported in about one third of the athletes.

Conclusions: The present paper shows that canoeing as obvious upperbody stressing sports can also lead to complaints like dysesthesia of the legs and pain in the lumbar spine, knee and wrist. These complaints occur almost as often as the expected shoulder complaints.

Level of evidence: III

Keywords

Canoe – Kayak – elite athletes – injury – overuse

Tabelle 1. Gruppenzusammensetzung:

N=104	
41 Frauen	Alter Ø 18,4 Jahre
63 Männer	Alter Ø 18,8 Jahre
Trainingsumfang	Ø 14,4 Stunden/ Woche
Erfahrung in der Sportart	Männer Ø 13,7 Frauen Ø 7,3 Jahre

Beschwerden und Verletzungen innerhalb der letzten vier Jahre befragt. Inkludiert wurden alle Kajak-Kaderathleten und leistungsorientierte Kajaksporler mit einem Trainingsumfang von mindestens 9,5 Stunden pro Woche. Nach einem Rücklauf von 206 Fragebögen wurden aus der Analyse die Canadierfahrer und nicht-leistungsorientierte Sportler ausgeschlossen, sodass schließlich eine Fragebogen-Auswertung von 104 leistungsorientierten Kajakfahrern durchgeführt werden konnte. Die Canadiersportler wurden aufgrund der einseitigen Belastung nicht inkludiert. Die detaillierte Zusammensetzung der untersuchten Gruppe ist in **Tabelle 1 und 2** aufgeführt. Die Kategorisierung der Verletzungen und Überlastungsschäden erfolgte dabei nach angegebener Körperregion. Als Kriterium für „häufige“ Sportverletzungen, Sportschäden und Überlastungsschäden wurde eine Quote von mindestens 25% betroffenen Sportlern festgelegt.

Tabelle 2. Kaderzugehörigkeit:

Kader	Frauen	Männer
A	5%	14%
B	5%	11%
C	41,5%	30%
D	32%	21%
keine Kaderzugehörigkeit	17%	24%

Tabelle 3. Prozentualer Anteil der Sportler, die Verletzungen im Kanufahren erlitten haben.

Körperteil	Symptome	Kanu / Kajak n= 104
Schultergelenk	Schmerzen	26%
LWS	Schmerzen	33%
Kniegelenk	Schmerzen	27%
Bein	Dysästhesien	32%
Handgelenk	Schmerzen	29%

Ergebnisse

Von den 104 in der Auswertung berücksichtigten leistungsorientierten Kajakfahrern hatten mehr als 25% innerhalb von vier Jahren in folgenden Körperregionen ein- oder mehrmals Beschwerden (**Tabelle 3**): Beschwerden im Bereich des Schultergelenks wurden mit einer Häufigkeit von 26% angegeben. Schmerzen in der LWS und dem Kniegelenk beklagten 33% bzw. 27% der Athleten. Dysästhesien im Bein kamen bei knapp einem Drittel (32%) der Kanuten vor. Auch die Beschwerden im Handgelenk schlugen mit etwa einem Drittel (29%) zu Buche.

Diskussion

Bei der vorliegenden Studie handelt es sich um die retrospektive Analyse einer Fragebogenerhebung über aufgetretene Beschwerden in den letzten vier zurückliegenden Jahren. Die Informationen konnten in einer sehr homogenen und selektierten Gruppe des Kanusports mit einer hohen Anzahl an Kader- und Leistungssportlern erhoben werden. Die so generierten Daten zeigen, dass es bei der Kraftausdauersportart Kajakfahren aufgrund der sportartspezifischen Bewegung und Belastung offensichtlich zu erheblichen Belastungen der Schultergelenke, Lendenwirbelsäule, Kniegelenke und Handgelenke

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/2740317>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/2740317>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)