

УДК 617-001:796

СПОРТИВНЫЕ ТРАВМЫ У УЧАСТНИКОВ СОРЕВНОВАНИЙ

П.В. ЧЕСНОВИЦКАЯ

(Представлено: канд. биол. наук, доц. Н.И. АПРАСЮХИНА)

Проведен анализ первичной обращаемости участников соревнований различного уровня по поводу спортивных травм за 2013 – 2015 годы. Установлено процентное распределение числа обращений по поводу спортивных травм, полученных на соревнованиях, в зависимости от вида спорта.

Введение. Одной из наиболее важных задач современного спорта является снижение травматизма, факторов риска при занятиях физическими упражнениями. Занятия любым видом спорта должны быть безопасны для здоровья. Особенно это касается детско-юношеского спорта. Раннее привлечение детей и подростков в профессиональный спорт, форсированная подготовка юных спортсменов без учета их возрастных особенностей приводят к увеличению числа повреждений опорно-двигательного аппарата (ОДА) и другим травмам.

Организация и методы исследования. Была проанализирована обращаемость по поводу травм участников областных турниров, кубков области, первенств области, республиканских спартакиад, чемпионатов республики, открытых республиканских турниров, детско-юношеской лиги, олимпийских дней молодежи, международных турниров за 2013 – 2015 годы. Материалы по первичной обращаемости были любезно предоставлены в учреждении здравоохранения «Витебский областной диспансер спортивной медицины». Всего было проанализировано 1229 обращений по поводу травм на 147 соревнованиях (2013 – 35 соревнований; 2014 – 49 соревнований; 2015 – 63 соревнования) по различным видам спорта. Возраст участников соревнований – от 11 до 17 лет.

Для получения информации о количестве участников соревнований произведена выкопировка данных из протоколов соревнований, любезно предоставленных в управлении спорта и туризма Витебского облисполкома. Установлено процентное распределение числа обращений по поводу спортивных травм, полученных на соревнованиях, в зависимости от вида спорта.

Результаты исследования. Данные по количеству обращений по поводу спортивных травм, полученных на соревнованиях и по процентному показателю спортивного травматизма у участников соревнований представлены в таблице.

Как видно из данных таблицы, наибольшее количество обращений по поводу полученных спортивных травм на соревнованиях было по спортивной гимнастике (17,5%), боксу (15,5%), баскетболу (13,6%), прыжкам на батуте (13,3%) и футболу (12%).

Далее прослеживается следующее распределение:

- по тяжелой атлетике – 11,8%;
- вольной борьбе – 11,6%;
- спортивной акробатике – 11,3%;
- гандболу – 9,7%;
- карате – 9,3%;
- легкой атлетике – 8,4%;
- тхэквондо – 8,1%.
- греко-римской борьбе – 7,2%;
- велоспорту – 6,8%;
- теннису – 6%;
- дзюдо – 5,4%;
- волейболу – 5,1%;
- художественной гимнастике – 3,7%.

Результаты наших исследований согласуются с данными ряда авторов. По статистическим данным В. К. Добровольского и А. М. Ланда, исчисленным в процентах к общему числу повреждений, максимальное количество травм имеет место при занятиях гимнастикой [1; 2].

Анализ материалов исследования показал, что для различных видов спорта наиболее характерными травмами являются:

- для **спортивных игр** – повреждения связок (33%), ушибы (28%), повреждения верхних и нижних конечностей (20%), вывихи предплечья, кисти и локтевого сустава (19%);
- во время соревнований по **легкой атлетике** наблюдались повреждения нижних конечностей (26%), ссадины (21%), повреждения связок (17%), потертости стоп (15%), реже – раны (12%) и повреждение суставов (9%);

Таблица. – Процентный показатель спортивного травматизма у участников соревнований

Виды спорта	Количество обращений				Количество участников				%
	2013	2014	2015	Всего	2013	2014	2015	Всего	
Баскетбол	30	25	33	98	204	204	312	720	13,6
Волейбол	–	10	28	38	–	394	348	742	5,1
Гандбол	14	68	32	114	196	388	592	1176	9,7
Теннис	9	2	14	25	32	40	342	414	6
Футбол	32	16	4	52	205	192	36	433	12
Л/А	26	13	27	66	170	297	321	788	8,4
Т/А	11	14	15	40	86	164	89	339	11,8
Прыжки на батуте	22	50	15	87	67	288	301	656	13,3
Спортивная акробатика	10	22	13	45	91	178	130	399	11,3
Спортивная гимнастика	7	–	37	44	48	–	203	251	17,5
Велоспорт	16	7	12	35	248	178	91	517	6,8
Художественная гимнастика	3	4	4	11	50	194	50	294	3,7
Бокс	30	25	33	98	149	366	116	631	15,5
Вольная борьба	67	60	64	191	336	568	747	1651	11,6
Дзюдо	6	9	–	15	90	187	–	277	5,4
Карате	12	8	24	44	112	120	240	472	9,3
Греко-римская борьба	25	19	39	83	295	256	594	1145	7,2
Тхэквондо	–	43	100	143	–	650	1115	1765	8,1
Всего	320	395	494	1229	2379	4664	5627	12670	100

– на соревнованиях по **тяжелой атлетике** чаще всего бывают ушибы (52%), а также растяжения мышц (25%) и ссадины (23%);

– во время соревнований по **прыжкам на батуте** наиболее часто встречались повреждения связочного аппарата (50%), ссадины (30%) и ушибы (20%);

– на соревнованиях по **спортивной гимнастике и акробатике** чаще всего наблюдались ссадины и потертости ладоней (75%), ушибы и повреждения связок (25%);

– на соревнованиях по **велоспорту** наблюдались следующие травмы: ссадины – 58%, ушибы – 33%, потертости промежности – 9%;

– для **художественной гимнастики** оказались характерными повреждения связочного аппарата (55%), ссадины (25%), ушибы (20%);

– спортсмены, занимающиеся **единоборствами**, чаще всего к медработнику обращаются с носовым кровотечением из-за удара или жесткого приема соперника (36%); получают ушибы (25%), повреждают мышцы (24%) и связки (15%).

По данным ряда литературных источников, **единоборства** – это самый травматичный вид спорта [3]. Борьба характеризуется высоким процентом травм, полученных во время соревновательной и тренировочной деятельности. Большое количество травм в этом виде спорта можно объяснить тем, что борьба – контактный вид спорта, в котором в отличие от других видов спорта контактирование происходит практически постоянно. Это обуславливает высокую степень риска травм [4; 5].

Показано, что чаще всего у спортсменов наблюдались повреждения ОДА (повреждения верхних и нижних конечностей, повреждения связок и мышц), что согласуется с данными литературы [6].

В Витебский областной диспансер спортивной медицины в основном обращаются с легкими травмами. Спортсменов с более тяжелыми травмами направляют в республиканские центры спортивной медицины. За 2011 – 2015 годы в диспансер обратились всего 15 спортсменов, получивших серьезные повреждения во время соревнований (перелом ключицы, лучевой кости, плечевой кости, костей запястья, большеберцовой кости и др.). В большинстве случаев травма получена при падении.

Выводы. Таким образом, проведенными исследованиями были выявлены существенные различия в видах спорта, преобладающих по абсолютному числу травм, полученных в ходе соревнований. Наибольшее количество обращений по поводу полученных спортивных травм на соревнованиях было по спортивной гимнастике (17,5%), боксу (15,5%), баскетболу (13,6%), прыжкам на батуте (13,3%) и футболу (12%).

Чтобы избежать получения травм, необходимо более внимательно относиться к планированию учебно-тренировочных занятий и соревнований, уделять достаточное внимание профилактическим мероприятиям, направленным на устранение факторов риска, которым подвержены спортсмены в условиях подготовки и участия в соревнованиях.

ЛИТЕРАТУРА

1. Добровольский, В. К. Повреждения и заболевания при нерациональных занятиях спортом / В. К. Добровольский. – М. : Физкультура и спорт, 1960. – 184 с.
2. Спортивная травма / Центр. науч.-исслед. ин-т травматологии и ортопедии им. Н. Н. Приорова. – М., 1973. – 151 с.
3. Профилактика спортивного травматизма / Центральный комитет общества Красного Креста БССР, Научно-исследовательский институт травматологии и ортопедии, Республиканский лечебно-физкультурный диспансер. – Минск : Польша, 1974. – 13 с.
4. Еганов, В. А. Факторы риска спортивного травматизма в ударных видах единоборств / В. А. Еганов, П. Ю. Галкин // Успехи современного естествознания. – 2010. – № 10. – С. 106–108.
5. Краснояров, Г. А. Опыт лечения спортивных травм у детей и подростков / Г. А. Краснояров, А. С. Цыбанов, О. О. Козлов // Вестн. Бурят. гос. ун-та. – 2013. – № 12. – С. 140–146.
6. Макарова, Т. А. Спортивная медицина : учеб. / Т. А. Макарова. – М. : Советский спорт, 2003. – 480 с.