

АНАЛІЗ НАЙБІЛЬШ ПОШИРЕНИХ ТРАВМ У ПІДЛІТКІВ ШКІЛЬНОГО ВІКУ, ЯКІ ПРОФЕСІЙНО ЗАЙМАЮТЬСЯ ФУТБОЛОМ

Гаркуша Максим Анатолійович

к.мед.н., асистент кафедри травматології та ортопедії

Рева Володимир Сергійович

Спортивний директор МФА

Фадєєв Олег Геннадійович

к.мед.н., доцент кафедри травматології та ортопедії

Прохоренкова Зоя Олексіївна

здобувач вищої освіти третього медичного факультету

Харківський національний медичний університет

м. Харків, м. Мукачево, Україна

Вступ: Футбол – один з найбільш популярних видів спорту на сьогоднішній час у світі. Травматичність в цьому виді спорту дуже велика, вона пов'язана з пошкодженням зв'язувального та косного апарату під впливом зовнішньої сили. У підлітковому віці гра ведеться на високому імпульсивному рівні з достатньо великими затратами енергії, дефектами координації рухів, низьким рівнем концентрації уваги, емоційною нестабільністю, а також багатьма іншими факторами, що характеризують юнацький етап, викликаючи високий рівень травматизму серед спортсменів [3, 4]. Велика кількість досліджень підтвердила вплив віку на особливості травм, що у більшості випадків пов'язано з більш агресивною поведінкою молодих гравців під час тренувань та змагань, а також виявили найбільш безпечні і травматичні періоди гри [2]. Основним механізмом є контактні травми при грі та тренуванні серед спортсменів [1].

У футболу не має майбутнього без перспективних молодих спортсменів, тому аналіз найбільш поширених травм у футболістів шкільного віку є актуальною проблемою сьогодні.

Ціль роботи: Виявити та проаналізувати найбільш поширені травми серед футболістів шкільного віку.

Матеріали та методи: Був здійснений літературний огляд вітчизняних та іноземних літературних джерел, що входять до наукометричних баз даних, а також проведено опитування серед 10 дитячих професійних тренерів по футболу які мають досвід роботи більше 10 років, з Мункач Футбольної Академії (МФА) Закарпатська область, м. Мукачево, Україна.

Результати та їх обговорення: За результатами опитування найбільша кількість травм спостерігається у віці 15 років. При цьому частіше травмуються гравці середньої лінії та нападники, далі захисники і потім воротарі. Воротарі отримують пошкодження верхніх кінцівок внаслідок контакту з м'ячем, тоді як захисники частіше отримують пошкодження в тулуб. У півзахисників та нападників найчастіше травми відбуваються під час бігу, при падіннях та ударах по м'ячу. Що стосується верхніх кінцівок, то їх ушкодження, як правило, відбуваються внаслідок падіння та удар о землю поля, тоді як для травми нижніх кінцівок є контактні ушкодження - пряма травма, основним джерелом є переломи та розтягування зв'язувального апарату, особливо колінного суглоба. Найчастішою областю ушкодження є гомілковостопний суглоб, більшість ушкоджень якого відбувається внаслідок високоенергетичної супінації та пронації стопи. Від механізму травми залежить локалізація патологічного ушкодження м'язів. Так, розтягування переднього прямого м'яза зазвичай виникають при виконанні ударів по м'ячу, тоді як пошкодження м'язів задньої поверхні стегна або литкових м'язів - під час прискорень. Найчастішим видом травми є синці, садна та поверхневі рани, наступне за поширеністю ушкодження – частковий та повний розрив зв'язок. Тренера відмітили, що більшість травм спортсмени отримують під час змагань, тоді як під час звичайних тренувань спостерігається менша кількість випадків. У результаті огляду літератури було знайдено інформацію про вплив ігрового періоду на частоту травмування. Так, найбільш безпечним періодом гри є перші 15 хвилин другого тайму, що пояснюється розігрітістю гравців та невеликим відпочинком перед наступним етапом гри, але після цього настає найбільш напружений та травматичний період матчу – другі 15 хвилин останнього тайму. За даними

іншого дослідження, самі футболісти виділили 2 основні причини травм недоброякісність футбольного поля та груба гра противника. Набагато рідше гравці говорили про не якісну розминку, погану форму та засоби захисту.

Висновки: Найбільша кількість травм спостерігається у віці 15 років, що скоріш пов'язано з пубертатним періодом у хлопців, при цьому частіше травмуються гравці середньої лінії та нападники. Контактні зіткнення основний механізм отримання ушкоджень. Найчастішою областю ушкодження є колінний та гомілковостопний суглоби. Найбільш поширеним видом травми є синці, садна та поверхневі рани. Тренерський склад який тренує таких підлітків зобов'язан замислюватись з ким працює, щоб якомога більше зменшити травматизм.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. *Спортивные травмы. Клиническая практика предупреждения и лечения* / под общ. ред. Ренстрёма П.А.Ф.Х. - Киев, «Олимпийская литература», 2003.
2. Analysis of Injury Incidences in Male Professional Adult and Elite Youth Soccer Players: A Systematic Review / D. Pfirmann et al. *Journal of Athletic Training*. 2016. Vol. 51, no. 5. P. 410–424. URL: <https://doi.org/10.4085/1062-6050-51.6.03>(date of access: 19.03.2023).
3. Injury incidence and risk factors in youth soccer players: a systematic literature review. Part I: epidemiological analysis / M. Mandorino et al. *Biology of Sport*. 2023. URL: <https://doi.org/10.5114/biolSport.2023.109961>(date of access: 19.03.2023).
4. Injury incidence and risk factors in youth soccer players: a systematic literature review. Part II: Intrinsic and extrinsic risk factors / M. Mandorino et al. *Biology of Sport*. 2023. URL: <https://doi.org/10.5114/biolSport.2023.109962>(date of access: 19.03.2023).