2020 Symposium: virtual edition!	**POSTER AWARD** 18th Annual Symposium of the Swiss Sports Physiotherapy Association, Bern, BERNEXPO, November 13, 2020	SPORTFISIO SCHWEIZERISCHER VERBAND FÜR SPORTPHYSIOTHERAPIE SVSP ASSOCIATION SUISSE DE PHYSIOTHÉRAPIE DU SPORT ASPS ASSOCIAZIONE SVIZZERA DELLA FISIOTERAPIA DELLO SPORT ASFS

ABSTRACT

TITLE	**Verletzungen im Eishockey - Eine retrospektive Umfrageerhebung bei Schweizer U20-Elit Eishockeyspielern**
AUTHOR(S)	**ULMANN Melanie, RUFF Jonas (Betreuer: ROGAN Slavko)**
UNIVERSITY	**Berner Fachhochschule, Departement Gesundheit, Fachbereich Physiotherapie**

Einleitung Eishockey ist eine Sportart mit einem hohen motorischen Beanspruchungsprofil und zählt zu den härtesten Sportarten weltweit. Die Intensität zeigt sich nicht nur in der Spielgeschwindigkeit, sondern auch in der Verletzungshäufigkeit und den Verletzungscharakteristiken, welche je nach Schwere der Verletzung die Teilnahme am Mannschaftstraining und Wettkampf verhindern können. Präventionsmassnahmen sind erforderlich, um Ausfallzeiten von Spielern zu reduzieren. Hierfür sind jedoch Daten nötig, um die Umstände der Verletzungscharakteristiken und -mechanismen zu verstehen. Die Studienlage zur Unfallprävention im Eishockey ist momentan noch gering. Diese Arbeit hatte das Ziel, Informationen über Verletzungscharakteristiken und deren Einflussfaktoren zur Entstehung zu sammeln, zu analysieren und zu interpretieren und somit die lückenhafte Forschungslage auszubauen.

Methodik Diese retrospektive, quantitative Studie, führte eine Fragebogenerhebung bei elf Schweizer U20-Elit Eishockeymannschaften über die Saison 2019/20 durch. Erhoben wurden anthropometrische Merkmale, Daten zu Trainings- und Wettkampfvolumen, Schweregrad, zur Verletzungshäufigkeit, Verletzungslokalisation, Verletzungsart, Verletzungsmechanismus und therapeutische Versorgung im Fall einer Verletzung und Präventionsmassnahmen.

Ergebnisse Analysiert wurden 73 von 314 Fragebögen. In der Saison 2019/20 zogen sich 45 der 73 Spieler eine oder mehrere Verletzungen zu. Dies ergibt eine Verletzungshäufigkeit von 0.66 Verletzungen pro 1000 Stunden im Training und 2.89 Verletzungen pro 1000 Stunden im Wettkampf. Die häufigsten Verletzungsarten waren Muskel-/ Sehnenverletzungen (20%), Prellungen und Verstauchungen (18%), sowie Neurotraumata (18%). Am häufigsten wurde der Kopf-/Hals-/Nacken-Bereich (45.5%) als Verletzungslokalisation genannt.

Diskussion Das Verletzungsrisiko war im Wettkampf um 4.49-mal höher als im Training. Knapp die Hälfte aller Verletzungen wurde im Kopf-/Hals-/Nacken-Bereich identifiziert. Die meisten Verletzungen entstehen durch den externen Faktor Gegnerkontakt. Als Präventionsmassnahmen gilt das Krafttraining für die Schulter-Nacken-Region, das Üben des peripheren Sehens, härtere Bestrafung für regelwidriges Verhalten und Fördern von Fairplay.

Schlussfolgerung Die vorliegende Arbeit lieferte neue Erkenntnisse zu Verletzungscharakteristiken und -mechanismen und mögliche Präventionsmassnahmen für Schweizer U20-Elit Eishockeyspieler. Um weitere Risikofaktoren für Verletzungen im Eishockey zu erkennen, Präventionsmassnahmen zu erstellen und zu überprüfen sind weiterführende Studien mit standardisierter Definition von Verletzung und Verletzungsschweregrad unabdingbar.

Key Words: Epidemiologie, Eishockey, Inzidenz, Wunden und Verletzungen