

Abstrakt

Autor: Eliška Bartuňková

Název: Zdravotní rizika a výskyt zranění v bikrosu

Cíl: Cílem této práce je zjistit četnost a výskyt jednotlivých druhů zranění a úrazů u závodníků bikrosu různých věkových kategorií a různých úrovní. Dále zjistit, jaké jsou příčiny ovlivňující výskyt možných zranění či úrazů a porovnat rozdíly mezi sportovci do 18 let a sportovci staršími 18 let.

Metody: Ke sběru dat bylo použito anketní šetření, obsahující otevřené i uzavřené otázky týkající se výskytu, příčin, četností, závažností a prevencí zranění v bikrosu. Anketa byla v elektronické podobě zaslána českým i zahraničním sportovcům věnujícím se bikrosu a byla vyplněna 222 respondenty.

Výsledky: Z výzkumu vyplynulo, že 94 % respondentů se při bikrosu zranilo, čímž se potvrdilo tvrzení, že bikros patří mezi vysoce rizikové sporty. Nebylo prokázáno, že by byl tento sport více nebezpečný při závodě nebo při tréninku, nicméně byla zaznamenána téměř polovina (48 %) zranění při tréninku a 53 % při závodě. Dále bylo zaznamenáno celkem 634 zranění, což je v průměru 2,8 zranění na sportovce. Nejčastějším typem zranění byly lehké úrazy ve formě odřenin, zatím co mezi závažnými úrazy dominoval otřes mozku. První pomoc lékařů byla vyžádána u více než 85 % případů.

Závěr: Můžeme tedy konstatovat, že bikros je sport s vysokým výskytem zranění různé závažnosti. I přes používání ochranných prostředků ne vždy lze předejít těmto úrazům. Doba uzdravení se zvyšuje s věkem sportovce, ačkoliv úrazy jsou obdobné ve všech věkových kategoriích. Frekvence výskytu zranění při tréninku i závodech je taktéž podobná. V minimalizaci rizika může hrát klíčovou roli individuální přístup ke zraněním a jejich prevenci.

Klíčová slova: bikros, úrazy, příčiny zranění, prevence