

*Träning och skador vid innebandyspel*

## Forskningsstudie "Träning och skador vid innebandyspel"

### Hej Målsman!

Din sons eller dotters innebandylag kommer under säsongen 2017-2018 att delta i en studie kring skador inom ungdomsinnebandy och ett uppvärmningsprogram. Hälften av lagen kommer att lottas till en så kallad kontrollgrupp som fortsätter att träna precis som vanligt och hälften lottas till att träna som vanligt men med ett tillägg av ett uppvärmningsprogram som tar ca 15 minuter i samband med den ordinarie träningen. Tränarna kommer då att få utbildning i uppvärmningsprogrammet och ansvarar sedan för denna träning.

Syftet med studien är att undersöka hur vanligt förekommande det är med skador hos barn och ungdomar som spelar innebandy, hur skadorna uppkommer, och om ett uppvärmningsprogram kan hjälpa till att minska antalet skador.

### Om din son/dotter vill delta

Spelarna får svara på en till två pappersenkäter, en vid säsongens start om upplevelser av skador och idrottslig bakgrund, och för dem som tränat uppvärmningsprogrammet även en enkät efter avslutad säsong om upplevelserna av programmet. Dessutom kommer de att varje vecka säsongen 2017-2018 rapportera hur mycket de tränar, hur de mår och om skador eller sjukdomar som uppkommit via sin mobiltelefon. De kommer att få ett sms (eller e-postmeddelande för den som önskar) varje vecka med en länk till en enkät, vilken beräknas ta 1-5 minuter att besvara. För att kunna svara på frågorna via telefonen krävs att man har en smartphone. Du som målsman får gärna hjälpa ditt barn med att svara på frågorna vid behov.

Spelare som drabbas av en skada i samband med innebandyspel kan komma att kontaktas per telefon (av legitimerad sjukgymnast) för att vi ska få veta mer om hur skadan uppkom. Vid innebandyrelaterad skada önskar vi också få läsa i spelarnas patientjournal om skadan efter säsongens slut angående diagnos, eventuella utredningar och behandlingar relaterade till skadan. Alla uppgifter som spelarna lämnar behandlas konfidentiellt. Vi ber att få reda på din sons/dotters personnummer, detta görs endast för att vi ska kunna begära ut journalutdrag angående eventuellt uppkommen skada relaterad till innebandy.

Under säsongen kommer en del av lagen som tränar uppvärmningsprogrammet att få besök av legitimerad sjukgymnast i forskargruppen i samband med ordinarie träning för avstämning kring hur programmet fungerar.

Fyll i bifogat samtyckesformulär och skicka med detta med din son eller dotter för vidarebefordran till tränaren. Det går bra att lägga samtyckesformulär och spelarens bakgrundsenkät i ett namnmärkt slutet kuvert om man så önskar.

### Om din son/dotter inte vill delta

Om ditt barn inte vill delta i studien är ni självklart fria att tacka nej till att delta. Det är även möjligt att under pågående studie avbryta sitt deltagande utan att behöva ange någon anledning till detta.

### *Träning och skador vid innebandyspel*

Detta påverkar inte på något sätt ditt barns deltagande i den vanliga innebandyträningen eller matcher med sitt lag. Vänligen lämna in samtyckesformulär ändå till tränaren där ni anger att ni inte vill delta.

#### **Vad händer med resultaten?**

All data hanteras konfidentiellt med tillgång endast för studieansvariga. Inlämnade uppgifter förvaras i enlighet med Personuppgiftslagen (1998:204). Ifyllda pappersenkäter märks med ett ID-nummer av forskningsgruppen (ej kopplat till namn eller personnummer) som sedan används vid inläggning i lösenordsskyddad dator. Enkäter och samtyckesformulär förvaras i låst skåp på Linköpings universitet. Resultaten kommer att presenteras i vetenskaplig tidskrift samt på konferenser. Inga resultat som kan kopplas till enskilda individer eller lag kommer att presenteras.

#### **Kontakt**

Om du har frågor är du välkommen att höra av dig till studieansvariga: Ida Åkerlund, leg fysioterapeut, MSc, [ida.akerlund@liu.se](mailto:ida.akerlund@liu.se), 013-282378, eller Martin Hägglund, leg sjukgymnast, biträdande professor, [martin.hagglund@liu.se](mailto:martin.hagglund@liu.se), 0733-347704, på Institutionen för Medicin och Hälsa, Avdelningen för Fysioterapi, Linköpings universitet