

En av tre rapporterar smärta varje vecka – en prospektiv studie över en säsong om förekomst av smärta och användning av smärtstillande läkemedel bland kvinnliga och manliga amatörfotbollsspelare

Sofi Sonesson (sofi.sonesson@liu.se), Ida Åkerlund, Kalle Torvaldsson, Emmanuel Bäckryd, Hanna Lindblom, Martin Hägglund

Enheten för fysioterapi, Sport Without Injury Programme (SWIPE), Linköpings universitet.

Bakgrund: Kunskapen om förekomst av smärta och användning av smärtstillande läkemedel inom amatörfotboll är begränsad. Att förstå förekomsten av smärta och läkemedelsanvändning under säsongen bland amatörfotbollsspelare är avgörande för att kunna utveckla effektiva strategier för prevention och smärthantering.

Syfte: Att undersöka förekomsten av smärta och användning av smärtstillande läkemedel bland amatörfotbollsspelare samt att analysera köns- och åldersrelaterade skillnader.

Metod: En prospektiv kohortstudie genomfördes med 316 amatörfotbollsspelare (185 kvinnor, 131 män), med en medelålder på 20 år (spann 15–54). Vid säsongstart samlades baslinjedata om demografi och smärtförekomst under föregående säsong. Under en sju månader lång säsong (april–oktober 2023) rapporterade spelarna varannan vecka om träning/matchdeltagande, smärta, användning av smärtstillande läkemedel samt skador.

Resultat: Totalt analyserades 2439 veckorapporter. Den genomsnittliga veckovisa smärtförekomsten var 38,9 % (95 % CI 35,9–42,1) hos kvinnor och 34,2 % (30,6–38,2) hos män, med högre frekvens hos yngre kvinnor jämfört med yngre män. Måttlig till svår smärta rapporterades oftare av kvinnor (20,0 % (17,8–22,3)) än män (15,0 % (12,7–17,7)), liksom användning av smärtstillande läkemedel (25,7 % (23,3–28,3) vs. 9,9 % (8,0–12,2)). Kvinnor spelade oftare fotboll med samtidig läkemedelsanvändning (17,9 % (15,9–20,2) vs. 6,7 % (5,2–8,7)). Smärta orsakades främst av belastningsskador (47 % hos kvinnor, 50 % hos män). Vanligast förekommande läkemedel var receptfria paracetamol (kvinnor 70 %, män 61 %) och NSAID (kvinnor 67 %, män 44 %). Bland kvinnor var läkemedelsanvändningen främst relaterad till smärta utan koppling till skada, medan den hos män främst var relaterad till belastningsskador.

Konklusion: Smärta var vanligt förekommande bland amatörfotbollsspelare, med över en tredjedel som rapporterade smärta under en given vecka. Kvinnor rapporterade högre förekomst av måttlig till svår smärta samt mer frekvent användning av smärtstillande läkemedel. Belastningsskador var den vanligaste orsaken till smärta, men hos kvinnor var smärta utan skada den främsta orsaken till läkemedelsanvändning. Resultaten understryker behovet av könsspecifika strategier för prevention och hantering av smärta, samt utveckling av evidensbaserade riktlinjer för läkemedelsanvändning inom amatöriddrott.