

Abstrakt

Název: Problematika zranění pohybového aparátu u golfistů

Cíle: Cílem práce je zjistit nejčastější zdravotní obtíže u golfistů a možná preventivní opatření proti jejich vzniku.

Metody: Práce je koncipována formou rešerše, která vznikla na základě zpracování dostupných relevantních zdrojů. Literatura, tištěné i elektronické monografie a periodika byla získávána z katalogů knihoven a internetu. Zahraniční studie byly získávány z databází PubMed a SPORTDiscus.

Výsledky: Nejčastější vertebrogenní obtíží amatérských i profesionálních golfistů je bolest bederní páteře (LBP). Častěji se vyskytuje u mužů než u žen. Konkrétně se jedná o přetížení paravertebrálních svalů, výskyt osteofytů a degenerativních změn v oblasti facetových kloubů a meziobratlové ploténky. Mezi další zdravotní obtíže u golfistů patří zánět šlach rotátorové manžety, posteriorní glenohumerální subluxace, akromioklavikulární dysfunkce, artritida ramenního kloubu, únavová zlomenina žeber, epikondylitida, a v oblasti zápěstí a ruky se u hráčů vyskytují zejména fraktury, subluxace kloubů a přetížení šlach (zejména adduktorů, flexorů a extenzorů). Téměř všechny studie obsahující tréninkové cvičební programy pro golfisty prokázaly pozitivní vliv jak na tělesnou zdatnost a golfový švih hráčů, tak v prevenci zranění.

Klíčová slova: bolest bederní páteře, zranění u golfistů, biomechanika golfového švihu, prevence