



Для гандболистов растяжения связок лодыжки – только часть их жизни. Но ситуация может измениться: Кристиан Пехем и его коллеги из Университета ветеринарной медицины в Вене провели детальный анализ трех наиболее важных связок в лодыжке. Группа исследовала связки "движений и деформаций", к которым они подвергаются во время прыжка. Результаты исследования могли бы помочь значительно снизить риск получения травмы. Исследование Пехем публикуется в последнем номере журнал а "Биомеханики".

Гандбол является одним из четырех ведущих видов спорта, по крайней мере, довольно риск ованн ым по получени ю травм. В частности, в прыжке часто в озникает растяжение лодыжки, связок подключения костей стопы и голени. Одна из целей спортивной науки – возведение к минимуму спортивных травм при одновременном повышении производительности. С этой целью многие тренеры и спортивные ученые делают все более широкое использование новейших технологий и методов, таких как компьютерное моделирование движущихся суставов.

Чтобы понять, почему лодыжки так склонны к травмам во время прыжка, команда ученых исследовала напряжения и деформации, в которых три наиболее важные связки лодыжки задействованы в прыжке. Работа была выполнена совместно с исследователями из Венского университета и Венского технологического университета. Ученые обследовали оцифрованные видео гандболист ов в действи и в сочетании с анатомически точн ой и подвижно

й компьютерн
ой модель
ю человеческого тела. Измерения показали, что на связки было больше нагрузк
и, когда спортсмены
приземл
яются, чем когда они прыгают. Лодыжки оказались особенно нестабильным в очень
короткий период посадки.

Результаты могут быть использованы в качестве отправной точки для разработки
учебных методов, чтобы помочь гандболистам снизить риск получения травмы. Младшие
игроки могли
бы получить особенн
ую выгоду от усовершенствованных методов обучения.