

UVoD

Sportske ozljede, odnosno oštećenja uglavnom su uzrokovane mehaničkom silom. Mehaničke sile mogu djelovati izvana (udarac nekog predmeta, udarac protivničkog igrača, udarac o tlo pri padu) ili nastati kontrakcijom vlastitih mišića.

Pojam sportske ozljede u širem smislu obuhvaća sve ozljede koje su nastale pri kineziološkim aktivnostima (nastava, rekreacijska sportska aktivnost, treninzi i natjecanja).

Sportska ozljeda u užem smislu znači ozljedu koja je za pojedinu sportsku granu tipičnu prema mehanizmu nastanka i učestalosti.

Tipične sportske ozljede nastaju kao posljedica specifičnih pokreta u određenoj sportskoj grani, alil i kao posljedica nekih drugih čimbenika specifičnih za taj sport.

Ozljede su posljedica kratkog djelovanja mehaničke sile. Oštećenja su nastala opetovanim djelovanjem mikrotrauma. Opetovane mikrotraume su posljedica pogrešnog ili prekomjernog opterećenja.

Tipični primjeri za oštećenja:

- u bacača koplja
- u tenisača
- u nogometaša
- u dizača utega
- u skijaša
- i u ostalim sportskim aktivnostima.

Važno je pojmove ozljede i oštećenja razlikovati sa pravnog stajališta. Osiguravajući zavodi prave velike teškoće prigodom isplate osiguranja u slučajevima oštećenja. Najveće neprilike nastaju zato što je teško gotovo, gotovo nemoguće odrediti vrijeme nastanka oštećenja, te je li oštećenje već postojalo u vrijeme zaključenja osiguranja.

Ozljede koje nastaju prilikom sportskih aktivnosti mogu biti:

- ozljede kože (nastaju najčešće djelovanjem mehaničke sile),
- ozljede mišića i oštećenja mišićnih pripoja (javljaju se u svim sportovima a najčešće tamo gdje su trčanje i skokovi dio sportske aktivnosti)
- istegnuće i djelomično rastegnuće mišića (najblaža je ozljeda kod koje nema promjena u anatomskoj strukturi),
- razdor mišića (moguć je djelomičan i potpun razdor mišića), ozljede zglobova...



Sportske ozljede

----- CEO RAD MOŽETE PREUZETI NA SAJTU -----

<http://www.maturskiradovi.net/eshop/>

POGLEDAJTE VIDEO UPUTSTVO SA TE STRANICE I PORUČITE RAD
PUTEM ESHOPA , REGISTRACIJA JE OBAVEZNA.

MOŽETE NAS KONTAKTIRATI NA E-MAIL: maturskiradovi.net@gmail.com