
Forfriskende godt om idrettsmedisin

BOKOVERSIKT

Endelig er det kommet en bok innen idrettsmedisin som du kan ha på kontoret og som vil gi deg svar på en del vanlige spørsmål basert på systematiske oversiktsartikler og Cochrane-databasen. Hvem bør slutte med idrett etter flere hjernerystelser? Hvilke anbefalinger vil du gi til en pasient som har feber og/eller har akutte infeksjoner og skal drive idrett? Kan du drive idrett med bare en nyre og en testikkel? Hjelper virkelig trening i behandlingen av bronkial astma? Er trening bra eller dårlig for pasienter med kneleddsartrose?

Boken er utgitt av BMJ og har et stort antall forfattere som er spesialister på sine felt. Hvert kapittel har en konkret problemstilling og starter med en introduksjon med bakgrunn og definisjon av problemstillingen. Deretter gir kapitlene en oversikt over søkestrategien som er benyttet og inkluderte og ekskluderte studier listes opp med en diskusjon om hvorfor studier blir ekskludert. Deretter presenteres resultatet før en kortfattet diskusjon avslutter kapitlet. Hvert kapittel avsluttes med spørsmål av flervalgstypen og har selvfølgelig en lang referanseliste som i all hovedsak er fersk.

Etter mer enn 20 år i dette feltet må jeg si det er forfriskende å lese en bok som på en kortfattet måte har klart å oppsummere kunnskapen innenfor mange av de feltene hvor det er store diskusjoner blant både forskere og klinikere. Skal man si noe negativt, må det være at enkelte av oversiktene utelukkende er basert på engelskspråklig litteratur. Gledelig for oss nordmenn er det at professor Roald Bahr ved Norges idrettshøgskole har skrevet et kapittel om det er mulig å forebygge ankelovertråkk. Ankelovertråkk er meget hyppig og representerer omtrent 20 % av alle idrettsskader som blir undersøkt av lege ved sykehus eller legevakt.

Boken har til sammen 28 kapitler. De tre første er skrevet av kjente epidemiologer og gir en oversikt over hvordan man skal se på en artikkel, metodologi i forskning og hvordan man kan bruke database i idrettsmedisinsk forskning. For øvrig beskrives behandling av akutte skader, behandling av kroniske problemer, skader i skulder og albue, skader i lyske, hofte og kne og skade på underekstremitetene for øvrig. Forfatterne er gjennomgående allmennmedisinere, idrettsmedisinere og ortopeder, fysioterapeuter og forskere

som alle har sin hovedvirksomhet innenfor idrettsmedisin. Boken representerer på mange måter den vestlige verdens oppsummering av mange av problemene i dagens idrettsmedisin.

Boken egner seg for alle som driver med idrettsmedisin, men også for allmennleger som skal gi råd til pasienter med vanlige overbelastningslidelser også utenom idrettslivet. Videre er den nyttig for forskere i feltet fordi den gir mange ideer til videre forskningsprosjekter og til behovet for metodologisk stringens i denne type forskning. Prisen er relativt lav, og boken er så god at jeg vil anbefale den til enhver lege, fysioterapeut og forskere innen fagområdet. Den bør ikke settes rett i bokhyllen, men brukes slik at man blir kjent med hvilken praktisk nytte man kan ha av den. Redaktørene skriver avslutningsvis at denne boken er for den nye generasjon medisinere, dels fordi den viser nødvendigheten av gode metoder i forskningen, men ikke minst fordi den viser viktigheten av å bruke det elektroniske mediet. Det er opprettet en egen Internett-side for boken hvor man vil ha regelmessige kapitteloppdatering: www.evidencebasedsportsmedicine.com

Lars Engebretsen

Oslo Ortopediske Universitetsklinikk

Ullevål universitetssykehus

Publisert: 20. oktober 2002. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 25. mars 2026.