

7th International
CHOLNOKY
SYMPOSIUM

Abstract book
12 April 2024, Pécs



LÁSZLÓ CHOLNOKY
COLLEGE OF ADVANCED STUDIES

ABSTRACT BOOK
of the
7th International Cholnoky Symposium
12 April 2024, Pécs

Organizing Committee

Dr. Krisztián Kvell

Dr. Ágnes Farkas

Virág Ángyán

Zoltán Ádám

Tamás Kapusi

Jason Sparks

Dóra Pocsai

Regina Koloh

Szilvia Szabó

ISBN: 978-963-626-260-0

Szerkesztette: Szabó Szilvia



A nem funkcionális túlterhelés vizsgálata futók körében – fókuszban a mentális tünetek és egyéb egészségügyi problémák

Tar Sarolta, Erdene Temulin Szonja, Kollárné Kiss Gabriella, Mintál Tibor, Tékus Éva

Pécsi Tudományegyetem Általános Orvostudományi Kar Sportmedicina Tanszék

Bevezetés: Célkitűzésünk volt vizsgálni amatőr futók körében a túlterheléshez kapcsolódó mentális állapot változásait, és sportegészségügyi problémáikat (felsőlégúti infekciók - URTI, sérülések) egy öthetes időszakban.

Anyag és módszerek: Kutatásunk kezdetén amatőr felnőtt futók aktuális egészségi állapotát (sérülések és URTI) önbevallásos módon vizsgáltuk. Ezután hetente az alanyok kérdőíveket töltöttek ki: az Oslo Sports Trauma Research Centre (OSTRC) kérdőívét (túlterheléses sérülések monitorozására), Wisconsin felső légúti tünet kérdőívet (felső légúti infekció súlyosságának és tüneteinek felmérésére) és a Profile of Mood State (POMS) kérdőívet (mentális és érzelmi állapot tanulmányozására). Kolmogorov-Smirnov tesztet követően ismételt méréses ANOVA-t, független mintás T-próbát és Pearson-féle korrelációt futtattunk.

Eredmények: Az alanyok felénél évente jelentkezik edzésből fakadó sérülés. Ezek a sérülések a legtöbbször a boka, a derék és a váll területére koncentrálódnak. A sérülések kiváltó okaként az alanyok 61%-a a túlterhelést nevezte meg.

Az öthetes felmérés során az alanyok közel 90%-a legalább egyszer URTI-t kapott, és ez alapján az alanyokat két csoportba osztottuk. A két csoport POMS teszt eredménye szignifikánsan ($p < 0,01$) különbözött egymástól. Az edzések során megtett táv, az edzés ideje és intenzitása nem befolyásolták a POMS teszt és a Wisconsin teszt eredményeit.

Következtetés: A hazai amatőr futók körében is jellemző a nem funkcionális túlterhelés, gyakorisága a nemzetközi kutatásokkal egybevágott. A POMS teszt eredménye alkalmas előre jelzője lehet az URTI-nak amatőr futók körében is. A sportolók fizikai teljesítményének fejlesztésekor, az edzésterhelés optimalizálásán túl, a nem funkcionális túlterhelés elkerülésének fontos eszköze az egyéb stressz tényezők mérése és figyelembe vétele az edzéstervezések során.

Kulcsszavak: futás, túlterhelés, kérdőív, felsőlégúti infekció, sérülés

CERTIFICATE

of attendance and presentation for

Sarolta Tar

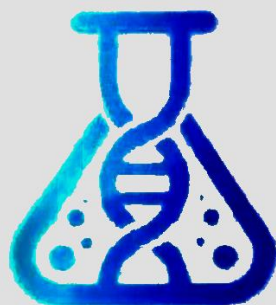
7th International Cholnoky Symposium

12 April 2024

University of Pécs, Hungary

Virág Ángyán

Chair of Cholnoky College



LÁSZLÓ CHOLNOKY
COLLEGE OF ADVANCED STUDIES