

Markmið rannsóknar sem nú er að hefjast er að meta nýgengi höfuðáverka meðal íþróttamanna og kvenna í efstu deildum og þróun einkenna eftir heilahristing. *Nýgengi verður metið með skráningu atvika þar sem högg kemur á höfuð eða líkama eða slinkur á háls.*

Skráð verða atvik sem eiga sér stað á æfingu eða í leik/keppni. Skráning mun fara fram með eftirfarandi hætt: Eftir að atvik hefur átt sér stað sest sjúkraþjálfari (eða annar tengiliður) niður með íþróttamanninum sem svarar spurningum varðandi aðstæður atviksins og þau einkenni sem kunna að hafa komið fram í kjölfarið. Þetta tekur ekki langan tíma, 5-10 mín. í mesta lagi.

Notast verður við SCAT5 (Sport Concussion Assessment Tool 5) einkennalistann þegar spurt verður um einkenni en mælt hefur verið með þessum lista við mat á einkennum heilahristings hjá íþróttafólki.

Áður en að gagnasöfnun hefst færðu í hendurnar upplýsingablað þar sem þáttum rannsóknarinnar er lýst. Þú færð einnig samþykkisblað sem þú skrifar undir og samþykkir þátttöku. Ef þú vilt á einhverjum tímapunkti hætta þátttöku eftir að rannsóknin er byrjuð þá getur þú það.

Gagnasöfnun er skipt upp í 3 hluta:

1. **Skráning strax eftir atvik.** Fyllt út af sjúkraþjálfara (tengilið). Þátttakendur sem hafa fengið högg á höfuð/líkama eða slinkur á háls í keppni eða á æfingu eru skráðir í gagnagrunn. Upplýsingar sem verða skráðar verða m.a. íþrótt, staða á velli og fyrstu einkenni; hvort viðkomandi hafi misst meðvitund og hvort að atvik hafi átt sér stað við keppni eða á æfingu. Mikilvægt er að skrá niður öll atvik, jafnvel þó að einkenni komi ekki fram í kjölfarið.
2. **Viku eftir atvik.** Haft verður samband við þá þátttakendur sem greindu frá einkennum í fyrsta hluta og þeir spurðir um einkenni, notast verður við sama einkennalista og áður, SCAT5. Fyllt út af íþróttamanni: Haft verður samband með tölvupósti, linkur á heimasíðu rannsóknarinnar er sendur og íþróttamaður getur fyllt út heima (í tölvu eða síma). Þessi hluti tekur í það mesta 5 mín.
3. **Þrír mánuðir eftir atvik.** Haft verður samband við þá þátttakendur sem greindu frá einkennum í öðrum hluta og þeir aftur spurðir um einkenni. Fyllt út af íþróttamanni. Haft verður samband með tölvupósti, linkur á heimasíðu er sendur og íþróttamaður getur fyllt út heima (í tölvu eða síma). Þessi hluti tekur í það mesta 5 mín.

Framlag þeirra sem taka þátt í þessari rannsókn er mjög mikilvægt þar sem slík eftirfylgni eftir heilahristing hefur ekki farið fram hérlandis áður. Þar sem einkennum verður einnig fylgt eftir verður mikilvægt að skrá niður öll atvik, slík skráning hefur ekki farið fram hérlandis áður. Sú þekking sem mun aflast mun nýtast öllum íþróttamönnum og íþróttahreyfingum.

Vsindasiðanefnd hefur gefið leyfi fyrir þessari rannsókn (VSN-20-105) og farið er að lögum um persónuvernd í einu og öllu við framkvæmd hennar. Rannsóknin er liður í stærra verkefni sem ber yfirskriftina Rannsókn á heilahristing – Margþátta rannsókn.

Heimasíða rannsóknar: nygengi.is

EF þú hefur einhverjar spurningar, vinsamlegast vertu í sambandi við Ingunni S. Unnsteinsdóttur Kristensen með því að senda póst merktan *Nýgengi Fyrirspurn* á **ingunnu@ru.is**