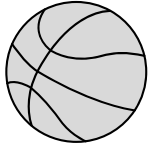


PALUU URHEILUUN POLVEN ACL-LEIKKAUKSEN JÄLKEEN



Tutkimusaineisto:

- 234 polven eturistisiteen (ACL) korjausleikkausta käsipallon, koripallon ja jalkapallon pelaajilla
- Keskimäärin 25 vuoden seuranta

vain
53 % urheilijoista palaa
vammaa edeltäneelle
tasolle urheilemaan

41 % samalle tasolle
urheilemaan
palanneista saa uuden
eturistisidevamman

73 % uusista eturistiside-
vammoista on toisen
(terveen) jalan
vammoja

vamman saaneilla
10 -kertainen riski
nivelrikon
kehittymiselle
(3–10 v. kuluessa)



Eturistisidevammojen ehkäisy on tärkeää!

Lähteet: Lindanger ym. Am J Sports Med 2019;47:3339–3346. <https://bit.ly/2E96cAk>
Whittaker ym. Br J Sports Med 2018;52:934–39. <https://bit.ly/2tas8c4>

terveurheilija[®]