

Deltagerinformation om deltagelse i et forskningsprojekt.

Projektets titel:

Effekten af en trænerfokuseret intervention på forebyggelse af knæskader i breddefodbold:
Et klyngerandomiseret kontrolleret projekt.

Vi vil spørge, om du vil deltage i et forskningsprojekt, der udføres af forsker og fysioterapeut Elisabeth Bandak, Biomedicinsk Institut, Københavns Universitet og Parker Instituttet, Bispebjerg-Frederiksberg Hospital.

Før du beslutter, om du vil deltage i projektet, skal du fuldt ud forstå, hvad projektet går ud på, og hvorfor vi gennemfører projektet. Vi vil derfor bede dig om at læse denne deltagerinformation grundigt.

Beslutter du dig for at deltage i projektet, vil vi bede dig om at give dit samtykke. Før du afgiver dette, har du ret til betænkningstid. Deltagelse i projektet er frivillig, og du kan til enhver tid og uden begrundelse trække dit samtykke tilbage.

Hvem henvender projektet sig til?

Dette projekt henvender sig til fodboldtrænere i breddefodbold, der træner hold i aldersgruppen U14 til senior.

Formålet med projektet

Formålet med dette projekt er at undersøge effekten af en indsats, der fokuserer på at forebygge knæskader. Indsatsen er rettet mod fodboldtrænere i ungdoms- og senior breddefodbold og skal reducere alvorlige knæskader blandt spillere.

Baggrund for projektet

At dyrke idræt har mange gavnlige sundhedseffekter, både fysisk og mentalt. Men der er også en risiko for skader, især i idrætsgrene med høj intensitet og mange retningsskift. Dette gælder især fodbold, hvor alvorlige knæskader er hyppige. I Danmark er der hvert år mere end 2.200 operationskrævende knæskader blandt unge mennesker, og fodbold er den primære årsag.

At få en knæskade kan have store konsekvenser for den enkelte. For nogle kan en alvorlig knæskade give langvarige mén eller betyde, at de må stoppe med sporten. Dette kan resultere i lavere fysisk aktivitetsniveau samt tab af sociale relationer. Derudover er der en øget risiko for knæartrose (slidgigt) efter en alvorlig knæskade. Forebyggelse af alvorlige knæskader i fodbold er derfor vigtig. Vi ved, at målrettet skadesforebyggende træning kan reducere skader i fodbold med op til 50%. Alligevel er forekomsten af alvorlige knæskader i fodbold fortsat høj – måske på grund af begrænset brug af og fokus på skadesforebyggende træning.

Inklusionskriterier

For at deltage i projektet skal du opfylde nedenstående kriterier:

- Være fodboldtræner i breddefodbold, tilknyttet hold i aldersgruppen U14 til senior i Danmark.
- Være ældre end 18 år.
- Have adgang til en mobiltelefon eller en computer med internetadgang.

Eksklusionskriterier

- Trænere, hvis hold, er omfattet af krav fra Dansk Boldspil-Union om tilknytning af fysisk træner og/eller fysioterapeut.

Plan for projektet

Projektet starter søndag den 23. februar 2025 og fortsætter indtil sommerpausen (uge 26).

Målet er at rekruttere mindst 400 fodboldtrænere.

Inden projektstart vil alle deltagende fodboldklubber og deres trænere, ved lodtrækning, blive fordelt til én af to grupper:

- a) Specifik indsats.
eller
- b) Træning som normalt.

Specifik indsats

Trænerne i gruppen, der modtager den specifikke indsats, vil få information både via e-mails (ugentligt) og fysisk materiale. Dette materiale vil indeholde lettilgængelig information og inspiration til skadesforebyggende træning samt værktøjer til at facilitere brugen af dette, på deres hold.

Træning som normalt

Trænerne i denne gruppe opfordres til at gøre som de plejer.

Beskrivelse af spørgeskemaerSpørgeskema til screening og start:

Alle potentielle deltagere modtager et link til et elektronisk spørgeskema via e-mail til indsamling af information om trænerbaggrund, erfaring, alder, køn, kontaktoplysninger samt detaljer om fodboldholdet.

Spørgeskema til indrapportering af knæskader:

Alle deltagere vil i projektperioden ugentligt modtage en SMS søndag aften kl. 19 med et link til et elektronisk spørgeskema. Her indsamles informationer om der har været knæskader på holdet.

Afsluttende spørgeskema:

Udsendes ved projektets afslutning og omfatter blandt andet spørgsmål om holdninger til skader/skadesforebyggende træning.

Nedenfor finder du en oversigt over de spørgeskemaer du modtager samt det anslåede tidsforbrug vi forventer, det vil tage at udfylde dem:

Oversigt over spørgeskemaer i projektperioden

	Tidsforbrug	Antal under projektperioden (18 uger)
Indledende spørgeskema	5 minutter	1x
Ugentlig SMS	1-5 minutter	18x
Afsluttende spørgeskema	5 minutter	1x

Alle spørgeskemaer udsendes via en godkendt sikker webapplikation.

Nytte ved projektet

Du vil som projektdeltager være med til at skabe vigtig viden om effekten af øget fokus på skadesforebyggende træning i fodbold. Ligeledes vil du være med til at skabe ny viden om forekomsten af knæskader i breddefodbold i Danmark. Dette er relevant i forhold til at lave målrettede skadesforebyggende tiltag i dansk og international fodbold. Materialet som gruppen i den specifikke indsats modtager vil efterfølgende være tilgængeligt for alle deltagere i dette projekt.

Afbrydelse af projekt

Projektet kan blive afbrudt på grund af uforudsete udfordringer eller ændringer i forhold, der gør det umuligt at fortsætte. Deltagerne vil blive informeret hurtigst muligt, hvis dette sker.

Vederlag og/eller andre goder til projektpersonerne

Der ydes ikke vederlag for deltagelse i projektet.

Oplysninger om økonomiske forhold

Projektleder Elisabeth Bandak har modtaget økonomisk støtte fra Kulturministeriets Forskningsmidler (691.200 kr.) og Danske Fysioterapeuters Fond (121.000 kr.) til gennemførelse af projektet. Derudover er Parker Instituttet, Bispebjerg Frederiksberg Hospital støttet med en grundbevilling fra the OAK Foundation. Hverken den projektansvarlige, andre ansatte på dennes institution, eller øvrige medarbejdere tilknyttet har økonomisk interesse i projektets resultater.

Adgang til projektets resultater

Studiets resultater vil blive formidlet til de deltagende trænere og klubber.

Alle resultater fra projektet vil blive offentliggjort som videnskabelige artikler i internationale videnskabelige tidsskrifter. Derudover vil resultaterne også formidles via sociale medier.

Alt data, der bliver indsamlet i forbindelse med deltagelse i projekt, vil blive opbevaret i en projektspecifik database, som kun er tilgængelig for projektpersonalet. Projektet overholder databeskyttelsesloven og databeskyttelsesforordningen ved håndtering af data. Vi indsamler ikke yderligere information end hvad der beskrevet i det ovenstående.

Generelle rettigheder

Din deltagelse i projektet er frivillig. Du har ret til betænkningstid, før du afgiver samtykke til projektet. Du kan til enhver tid vælge at træde ud af projektet, uden yderligere begrundelse. Alle fortrolige oplysninger om dig, som fremkommer i forbindelse med forskningsprojektet, er omfattet af tavshedspligt.

Vi håber, at du med denne information har fået tilstrækkeligt indblik i, hvad det vil sige at deltage i projektet, og at du føler dig rustet til at tage beslutningen om din eventuelle deltagelse.

Hvis du vil vide mere om projektet, er du meget velkommen til at kontakte:

Elisabeth Bandak på e-mail: elisabeth.ann.bandak@regionh.dk, eller tlf.: 38 16 41 72

Med venlig hilsen

Elisabeth Bandak

Forsker, fysioterapeut og projektleder

Biomedicinsk Institut, Københavns Universitet &
Parker Instituttet, Bispebjerg-Frederiksberg Hospital
Nordre Fasanvej 57, vej 8 indgang 19
2000 Frederiksberg