

---

## Skielitens ryggplager undersøkes

---

AKTUELT

INGRID M. HØIE

Email: [ingrid.hoie@legeforeningen.no](mailto:ingrid.hoie@legeforeningen.no)

Tidsskriftet

---

Hemmeligheten bak langrennselitens vonde rygger skal avsløres i en undersøkelse ved Norges idrettshøgskole.

---

Er det en tilfeldighet at fire av våre mest kjente langrennsløpere er operert for isjias, eller ligger årsakene til ryggplagene i langrennssporten? Spørsmålet danner utgangspunkt for en undersøkelse som Senter for idrettsskedeforskning ved Norges idrettshøgskole (NIH) gjennomfører i samarbeid med Norges Skiforbund og støtteapparatet rundt langrennslandslaget. Norges Orienteringsforbund deltar også i undersøkelsen. Hovedfagsstudent Stig Ove Andersen ved NIH har ansvaret for gjennomføringen.

– Vi gjorde en prevalensundersøkelse under NM på ski sist vinter. Alle de beste utøverne, inkludert de beste juniorene, fylte ut et spørreskjema om ryggplager, om plager er knyttet til trening, hva slags type trening utøveren opplever som mest belastende, osv., opplyser professor Roald Bahr, leder for det nystartede senteret.

Orienteringsløpere blir benyttet som en idrettsaktiv kontrollgruppe. De trener like mye og samsvarer i alder og kjønn med langrennsløperne, men har ikke de spesifikke belastninger, knyttet blant annet til skøyting, som langrennsløperne har. I undersøkelsen vil man også trekke inn en landsrepresentativ kontrollgruppe.

– Dersom det viser seg at det er høy forekomst av ryggplager blant langrennsløperne, vil vi følge opp dette med andre studier for å se på årsaker og hva som kan gjøres for å forebygge, fortsetter Bahr.

Bahr nevner også at Sverre Løken, som er lege for landets roerelite, har gjennomført en tilsvarende undersøkelse blant disse idrettsutøverne.

– Man har sikker dokumentasjon på at det er høy forekomst av ryggplager blant roerne. Dermed får vi nok et materiale å sammenlikne langrennsløperne med, sier Bahr.

---

Publisert: 20. november 2000. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 24. juni 2026.