

---

# Lette hodeskader i idretten

---

ARTIKKEL

INGEBRIGTSEN T

ROMNER B

WATERLOO K

TRUMPY JH

---

## Sammendrag

Om lag 10% av alle hodeskader oppstår under idrettsutøvelse, og om lag 10% av alle idrettsskader er hodeskader. Lettehodeskader (commotio cerebri) er vanligst. Mange idretter medfører risiko for gjentatte lette hodeskader. Det klassiskepunch-drunksyndromet hos bokserere representerer en alvorlig traumatisk encefalopati. Nyere forskning viser at mindrealvorlig encefalopati kan oppstå som følge av gjentatte lette hodeskader også i andre idretter. Utøverne kan ha symptomer som hodepine, svimmelhet, irritabilitet, nedsatt hukommelse og konsentrasjonsvansker. Neuropsykologiskundersøkelse viser ofte kognitiv svikt i form av reduserte oppmerksomhets- og hukommelsesfunksjoner. Varig sekvele kan forebygges gjennom riktig håndtering i akutfasen, adekvat oppfølging og forebygging av nye hodeskader.

---

Publisert: 10. desember 1996. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeförening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 4. juni 2026.