
Aerob kapasitet hos barn og unge - nordiske resultater gjennom 45 år

ARTIKKEL

FREDRIKSEN PM

THAULOW E

NYSTAD W

INGJER F

Sammendrag

Formålet med denne studien var å få klarlagt om barn og unge av i dag har dårligere aerob kapasitet enn tidligere. Aerob kapasitet kan defineres som den maksimale mengden av oksygen et individ klarer å ta opp per tidsenhet. Maksimaltoksygenopptak (VO_{2maks}) blir gjerne benyttet som et mål på aerob kapasitet hos voksne. Hos barn benyttesbegrepet VO_{2peak} . 196 barn og unge av begge kjønn, i alderen 8-16 år, ble i denne undersøkelsen testet for VO_{2peak} på tredemølle. Resultatene viste at det var små forskjeller mellom resultatene fra den foreliggendestudien og tidligere studier foretatt i Norden når gjennomsnittlig VO_{2peak} ($l \times min^{-1}$) ble lagt til grunn. Derimot var det en større spredning i resultatene når VO_{2peak} ble korrigert forkroppsvekt ($ml \times kg^{-1} \times min^{-1}$) i den foreliggende undersøkelsen sammenliknet med tidligere. Ved sammenlikning med andre land i Europa har norske barn og unge høyere VO_{2peak} -verdier. Muligeårsaker kan være genetiske forskjeller eller et høyere aktivitetsnivå blant barn og unge i Norge enn ellers i Europa.

Publisert: 30. august 1998. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 17. juni 2026.