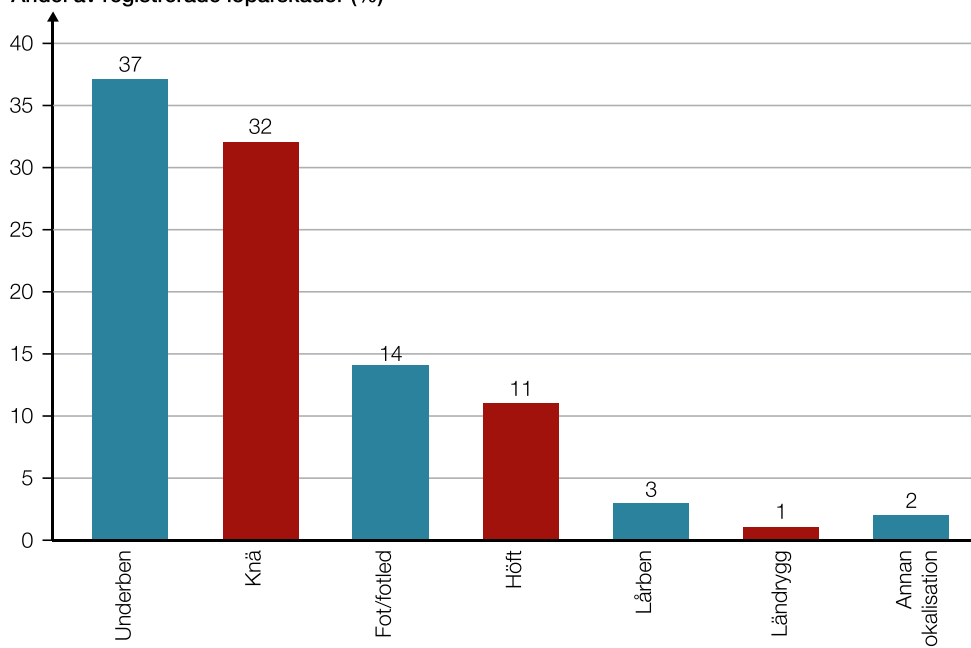
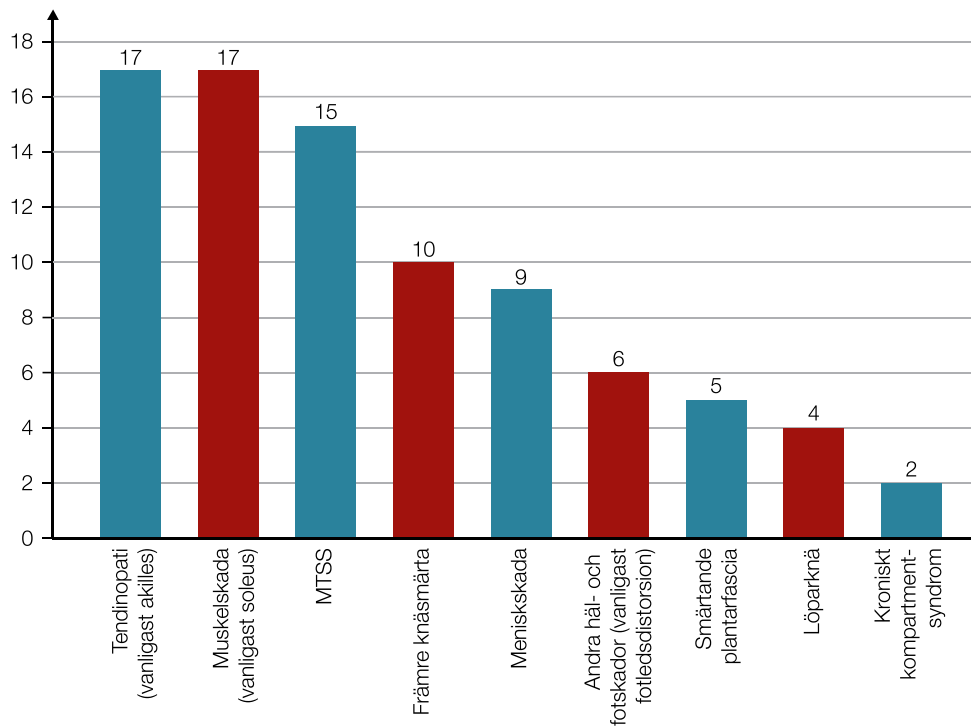


Andel av registrerade löparskador (%)

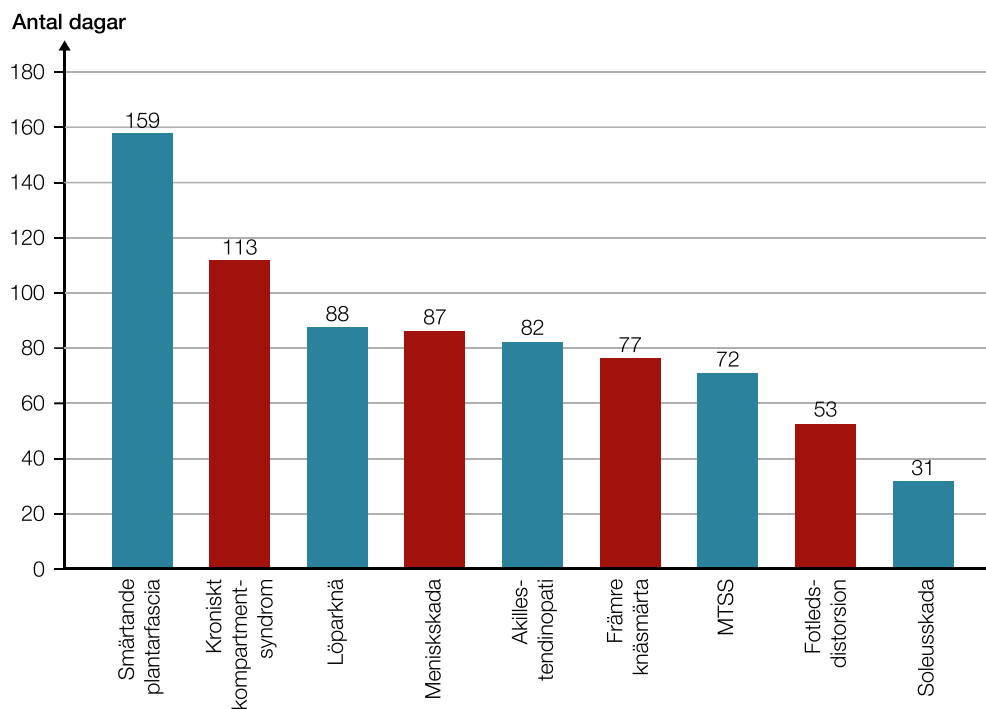


FIGUR 6.1. Skadelokalisation hos löpare. Antal skadade löpare är 254 (Nielsen et al., 2014).

Andel av registrerade löparskador (%)



FIGUR 6.2. Vanligaste skadorna hos löpare. Antal skadade löpare är 254 (Nielsen et al., 2014).



FIGUR 6.3. Rehabiliteringstid vid vanliga skador hos löpare. Behandlingen kunde vara konservativ (inte operativ), medicinering och/eller operation. Tiden är ett medianvärde och kan vara betydligt längre eller betydligt kortare (Nielsen et al., 2014).

Att bestämma prognos kan vara svårt då förloppet beror på flera faktorer. Drabbad vävnad, skadans omfattning, det akuta omhändertagandet, förutsättningar för rehabilitering och individens motivation (som leder till det praktiska genomförandet) kan utgöra ett underlag för prognos.



FIGUR 6.4. Exempel på faktorer som leder fram till prognos.