

PYYNTÖ OSALLISTUA TUTKIMUKSEEN: ”Urheilijoiden käsitykset kokemastaan pitkäaikaisesta alaselkävivusta”

Alaselkäkipu on hyvin yleistä urheilussa ja osalla urheilijoista alaselkäkipu vaivaa useita kuukausia tai jopa vuosia. Viimeaikaiset tutkimukset ovat osoittaneet, että mitä ihmiset itse ajattelevat alaselkävivustaan voi vaikuttaa merkittävästi heidän toipumiseensa. Alaselkäkipuun liittyviä käsityksiä onkin viime aikoina selvitetty useissa eri tutkimuksissa. Poikkeuksena ovat urheilijat, joiden alaselkäkipuun liittyviä käsityksiä on tutkittu vain vähän. Tätä tutkimusaukkoa paikatakseni selvitän pro gradu -tutkielmassani, millaisia erilaisia käsityksiä urheilijoilla on kokemastaan pitkäaikaisesta alaselkävivusta. Aihe on täten sekä ajankohtainen että tärkeä. Tutkimus tapahtuu haastattelemalla Microsoft Teams -sovelluksen avulla. Kaikkien tutkimukseen osallistuvien kesken arvotaan kolme kappaletta 20 euron arvoista lahjakorttia Finnkinon elokuvateattereihin.

Sovit haastattelututkimukseen mikäli

- sinulla on henkilökohtaista kokemusta yli 3kk kestäneestä alaselkävivusta (kipu tai särky, joka paikantuu alimpien kylkiluiden ja pakaravaon väliin ja joka ei säteile tai säteilee jalkoihin)
- osallistut aktiivisesti urheiluharjoitteluun, jossa päämotivaationa tai tavoitteena on parantaa lajikohtaisia taitoja, suorituskykyä tai tuloksia kilpailua varten
- osallistut aktiivisesti urheilukilpailuihin, ellet ole loukkaantuneena tai harjoitustauolla
- kuulut johonkin paikalliseen, alueelliseen tai kansalliseen urheiluseuraan/-järjestykseen
- pidät harjoittelemista ja kilpailemista pääasiallisena fyysisenä aktiviteettina tai henkilökohtaisena kiinnostuksen kohteena, omistat useita tunteja tai enemmän viikossa urheilemiseen riippuen harjoituskauden vaiheesta
- olet yli 18-vuotias
- puhut ja ymmärrät suomea

Miten voit osallistua tutkimukseen ja kuinka paljon se vie aikaa?

Voit ilmoittaa kiinnostuksesi osallistua tutkimukseen ottamalla yhteyttä suoraan tutkijaan 30.11.2023 mennessä (yhteystiedot löytyvät alta). Tutkimukseen valitaan 10–15 osallistumiskriteerit täyttävää urheilijaa. Haastattelemisen vie aikaa arviolta 30-60 minuuttia. Tutkimushaastatteluiden on tarkoitus toteutua marras-joulukuussa 2023. Tarkka ajankohta haastatteluille sovitaan jokaisen tutkittavan kanssa erikseen. Tutkimus julkaistaan Jyväskylän yliopiston sähköisessä julkaisuarkistossa keväällä 2023. Lisäksi tutkimuksesta kirjoitetaan artikkeli kansainväliseen tiedelehteen.

Annan mielelläni lisätietoa kaikkiin tutkimusta koskeviin kysymyksiin!

Ystävällisin terveisin,

Sami Pahkala

Terveystieteiden maisteriopiskelija, fysioterapeutti
Jyväskylän yliopisto, Liikuntatieteellinen tiedekunta
sami.pahkala@gmail.com

Ohjaaja:

TtT, yliopistonopettaja Outi Ilves, outi.e.ilves@jyu.fi