

# Fler hjärnskakningar bland elithockeyspelare

Svenska elitserien räknas som en av världens bästa och hårdaste hockeyligor. Men det tuffa spelet kräver sina offer.

– Parkinsons, boxardemens och i vissa fall svåra depressioner kan bli resultatet av återkommande hjärnskakningar, säger professor Yelverton Tegner som kartlagt skadorna bland spelarna i Luleå hockey.



DET ÄR HÖG STÄMNING på ståplatsläktaren i Luleås hockeyarena. Banderoller, flaggor, män och kvinnor, unga och gamla, iklädda halsdukar och kepsar som vittnar om kärleken till Luleålaget. På rinkens utspelare sig en av de viktiga slutspelsmatcherna mot AIK. En av Luleås sista matcher denna säsong skulle det visa sig.

En av lagets stjärnor, forwarden Cam Abbott, är inte med och fightas på isen. Han skadades allvarligt i en match i november 2010 och är ännu inte återställd.

– Jag förstod att något allvarligt hade hänt. Jag åkte på en hård smäll och blev omtöcknad efteråt. När jag hjälptes upp från isen hade jag svårt att se. Och benen bar mig inte.

Cam Abbott hade ådragit sig en allvarlig hjärnskakning som skulle sätta stopp för hans karriär för lång tid framåt.

Alla som följt elitserien under de senaste åren har med egna ögon iakttagit hur det i snart sagt varje match är en eller flera spelare som får hjälpas ut från isen. De iakttagelserna stämmer väl överens med den forskning som Yelverton Tegner i Luleå ägnat sig åt i många år. Tegner är professor i hälsovetenskap med inriktning mot idrottsmedicin vid Luleå tekniska universitetet. Han är också, sedan snart 40 år, lagläkare för Luleå hockey.

## Tuffare ishockey i dag

Säsongen 1984/85 inledde Tegner en kartläggning av Luleåspelarnas skador. I klubbdata-basen finns nu cirka 2 000 skador registrerade. Det som sticker ut i undersökningen är den kraftiga ökningen av hjärnskakningar. Trots att det för tio år sedan infördes hårdare straff för tacklingar mot huvudet så ökar ändå huvudskadorna. Undersökningsresultaten är så pass färskas att han inte hunnit bearbeta alla data. Men att det skett en kraftig ökning av antalet hjärnskakningar är ställt utom allt tvivel. Kan en orsak vara att kunskapen bland läkare och spelare om konsekvenserna av en smäll mot huvudet var sämre förr?

– Jag är helt övertygad om att många spelare mörkade symptomen förr. Man var groggy ett tag, men sedan var det bara att åka ut på isen igen. I dag är både läkare och spelare mer medvetna om vilka risker de utsätter sig för genom att spela med en hjärnskakning, säger Yelverton Tegner som betonar hur kunskapen har ökat med åren. Förr ställdes diagnosen hjärnskakning först om spelaren blev medvetlös. Nu vet man att det ofta räcker om spelaren uppger att han har kraftig huvudvärk, synrubbingar eller andra symptom efter en kraftig smäll för att man ska förstå att det sannolikt rör sig om hjärnskakning.



Lagläkarna vet också att frakturer på ansiktsskelettet, som till exempel ett knäckt näsben, ofta betyder att spelaren också dragit på sig en hjärnskakning.

Men Yelverton Tegner betonar att den klara tendens av hjärnskakningar som framträder i undersökningen inte främst beror på att man diagnostiserade skadan annorlunda förr. De ökningarna vi ser nu är

**”För en spelare som fått flera hjärnskakningar kan det räcka med en mindre smäll för att följderna ska bli ödesdigra.”**

**Yelverton Tegner**

en reell ökning av antalet hjärnskakningar, enligt Tegner.

– Dagens ishockey är en helt annan sport än den hockey som spelades på 1980-talet. Tempot är högre, spelarna är bättre tränade. Gårdagens ishockey framstår som stillastående jämfört med dagens snabba och aggressiva spel. Risken

för allvarligare skador är större helt enkelt.

### **Krav från tränare**

Sviterna efter en hjärnskakning kan leda till livslånga handikapp. Det finns rapporter från nordamerikanska ligan NHL där avdankade stjärnor lever sina åldrande liv som vrak efter att lämnat en karriär fylld av skador.

– Efter en kraftig smäll i huvudet blir det förändringar på cellernas funktioner som kan leda till syn- och hörselrubbningar och andra medvetanderubbningar. Man kan kanske jämföra det med att råka ut för en cykelolycka där man trillar handlöst i asfalten med huvudet före. Det är ungefär samma krafter som en spelare råkar ut för när han tacklas med huvudet mot sargen utan förvarning.

För att komma tillbaka efter en hjärnskakning så fordras det att spelaren underkastar sig det som Yelverton Tegner kallar för hjärnvila. Intrycken till hjärnan måste minska för att ge hjärnan lugn och ro. Sedan kan belastningen av hjärnan successivt ökas. Tegner har

Ett snabbare och aggressivare spel gör att obehagliga tacklingar blir en allt vanligare syn i elitishockeyn. Luleå hockeys Cam Abbott som drabbades så svårt av en hjärnskakning under förra säsongen är nu återställd. Forwarden fanns åter med på isen i elitseriepremiären mot nykomlingen Rögle och assisterade till det avgörande 3-1 målet.



**Yelverton Tegner** är professor i idrottsmedicin vid Luleå tekniska universitet och specialist i ortopedi. Han arbetar sedan länge inom idrotten som lagläkare i Luleå hockey och tidigare även i Plannja basket. Sedan mitten av 1980-talet har han kartlagt Luleåspelarnas skador och sett en kraftig ökning av antalet hjärnskakningar.

också iakttagit att skadade spelare kan känna av smärta från nacken. Många människor med whiplashskador har förmodligen inslag av hjärnskakning eftersom symptomen är väldigt lika.

Innan spelarna i Luleå får börja den stegvisa rehabiliteringen ska de ha varit symptomfria i minst 24 timmar och symptomen får inte återkomma. I Luleå hockey har man infört olika tester för att undersöka spelare med hjärnskakningar.

– Det viktigaste är att spelarna är ärliga och rapporterar sina symptom. Bland våra spelare finns nu en stor kunskap om vilka allvarliga skador hjärnskakningarna kan ge på sikt.

Ett problem som märktes i början när de hårdare restriktionerna för skadade spelare infördes i Luleå hockey var att tränarna ibland ifrågasatte läkarens mer strikta inställning. Var spelaren symptomfri tyckte tränaren att det bara var att snöra på sig skridskorna och ge sig ut på isen igen. Men nu har alla förstått vikten av att hjärnan måste få tid att läka efter en kraftig smäll. Det som oroar Yelverton Tegner mest är följderna för de spelare som får hjärnskakningar flera gånger under sin karriär.

– En enstaka hjärnskakning som man rehabiliterar sig från är inget problem. Men får man återkommande hjärnskakningar så blir hjärnan mera skör. För en spelare som fått flera hjärnskakningar kan det räcka med en mindre smäll för att följderna ska bli ödesdigra, enligt Yelverton Tegner.

### Abbott ser framtiden an

Inför den viktiga slutspelsmatchen mot AIK träffar jag kanadensaren Cam Abbott som vant sig vid att följa matcherna från åskådarplats. Vi sitter ensamma i Luleås omklädningsrumme och pratar om konsekvenserna av den ödesdigra matchen hösten 2010 som, i varje fall tillfälligt, satte stopp för Cams hockeykarriär. Under den långa konvalescensen har han läst och satt sig in i hjärnskakningsproblematiken.

– Jag har behandlats av de bästa doktorerna i världen så jag räknar med att börja spela elitseriehockey igen. Men visst känns det tungt att inte få spela, speciellt nu i det viktiga slutspelet. Men det är bara att se tiden an, säger Cam Abbott.

Spelarna kan alltså få betala ett högt pris för att tempot och intensiteten i hockeyn har ökat under de senaste åren. Dagens moderna ishockey brukar ibland betraktas som ett modernt gladiatorspel där publik, tränare och inte minst tv-kommentatorer hetsar lagen till brutalare och tuffare spel. När ishockey beskrivs i medierna är det ofta i termer av krig, att inte lägga ner sig, att "käka puck" och andra mer eller mindre poetiska metaforer för ett hårdare och tuffare spel. Yelverton Tegnens snart trettioåriga kartläggning av 2 000

### "När ishockey beskrivs i medierna är det ofta i termer av krig."

skador i Luleå hockeys lag ger tydliga indikationer på att hjärnskakningarna blir en allt vanligare skada bland hockeyspelarna.

– Upprepade hjärnskakningar kan ge kronisk huvudvärk, migränattacker och humörsvängningar. Det finns även beskrivet att det kan bidra till så kallad boxardemens, Parkinsons och Alzheimers sjukdom. Vi vet också att skadorna kan ge upphov till depressioner och aggressivt beteende. De skador som spelarna ådrar sig som unga kan alltså ge upphov till livslånga och svåra handikapp.

Yelverton Tegner berättar om den skandal som inträffade för mer än 20 år sedan när en av målvakterna i Luleå hockey jagade en domare och attackerade denne med målvaktsklubban.

– Då visste vi inte det vi vet i dag, nämligen att också psyket påverkas av återkommande hjärnskakningar. Den spelarens beteende hade säkert att göra med skadorna han ådragit sig på rinkens.