

## 대학 태권도 선수들에서의 스포츠 손상: 47명에 대한 후향적 연구

단국대학교 의과대학 정형외과학교실, 체육대학 스포츠과학부 태권도학과

정홍근 · 김명호 · 김기철 · 이상민\*

### 서 론

태권도는 이미 세계적인 스포츠로서 88년 서울 올림픽에서 시범 종목으로, 2000년 시드니 올림픽에서는 정식 종목으로 채택 되었다. 태권도는 연습이나 경기 중의 부상을 예방하기 위하여 각종의 보호 장구를 착용하고 엄격한 경기 규칙을 두고 있으나, 이 운동이 근본적으로 손과 발을 이용하여 상대를 공격하고 방어하는 격투기의 일종이기 때문에 부상의 위험이 항상 따르게 된다. 이에 본교에서 재학중인 태권도 선수들의 태권도 중 수상한 운동손상의 유형 및 수상기전과 운동복귀 등 임상경과에 대해서 후향적으로 분석하고자 하였다.

### 재료및방법

본교 재학중인 태권도 선수 49명중 과거 태권도 연습이나 시합도중 수상한 과거력이 있는 47명의 학생을 대상으로 하였다. 이중 남자가 39명, 여자가 8명, 평균연령은 18.8세였으며, 운동경력은 평균 9.6(4~13)년, 수상 시 평균 운동 경력은 6.7(5~9)년, 수상 후 운동 복귀 시기는 5.7(2~12)주였다. 이에 수상 당시의 이학적 소견과 치료결과를 후향적으로 분석 하였다.

### 결 과

본교 재학중인 태권도 선수에서 수상의 과거력이 있었던 47명의 학생 중 수상 빈도를 보면 1회 26명(55.3%), 2회 11명(23.4%), 3회 4명(8.51%) 등 총 85회이었다. 연습도중 수상한 빈도는 50예(58.8%), 시합도중 수상한 빈도는 35예(41.1%)로 연습중 수상이 더 흔함을 알 수 있었다. 공격 시 수상 빈도는 26예(31.7%), 방어 시 수상 빈도는 49예(57.6%)이었다. 수상의 유형을 살펴보면 골절이 49예(57.6%), 염좌 16예(18.8%), 탈구 9예(10.5%), 무릎인대 파열 5예(5.8%), 근육 파열 2예(2.3%) 등이었다. 또한 손상의 유형 중 골절(57.6%)이 가장 많았으며, 방어 시 수상한 경우가 56.4%로 공격(31.7%)시 보다 높은 비율을 차지하였고, 상지 손상이 32예(37.6%), 하지 손상이 43예(50.5%), 몸통 손상이 7예(8.2%), 안면부 손상이 3예(3.5%)였다. 수상 후 임상 경과를 분석한 결과 우수 4예(4.7%), 양호 53예(62.3%), 보통 22예(25.8%), 불량 4예(4.7%)였다. 그리고 치료 유형으로는 수술이 15예(17.6%), 석고고정이 21예(24.7%), 부목고정이 33예(38.8%), 물리 치료가 15예(17.6%), 침술이 1예(1.1%)였다.

## 결 론

대학 태권도 선수들의 스포츠 손상에 대한 본 연구를 통해 족부 및 수부 손상이 신체부위 중 가장 큰 비중을 차지하고, 손상 형태 중 가장 심한 유형인 골절(58%) 가장 흔하다는 결론을 얻었다. 방어 시 수상한 경우가 공격 시 보다 비율이 높고, 시합 시 보다 연습중 수상이 더 흔하다는 분석 결과를 통해서 선수들이 연습 및 방어 동작 중에 특히 자기 보호에 역점을 두어야 한다는 것을 확인할 수 있었다.