

# Bliver du øm i din knæ- eller akillessene efter træning?

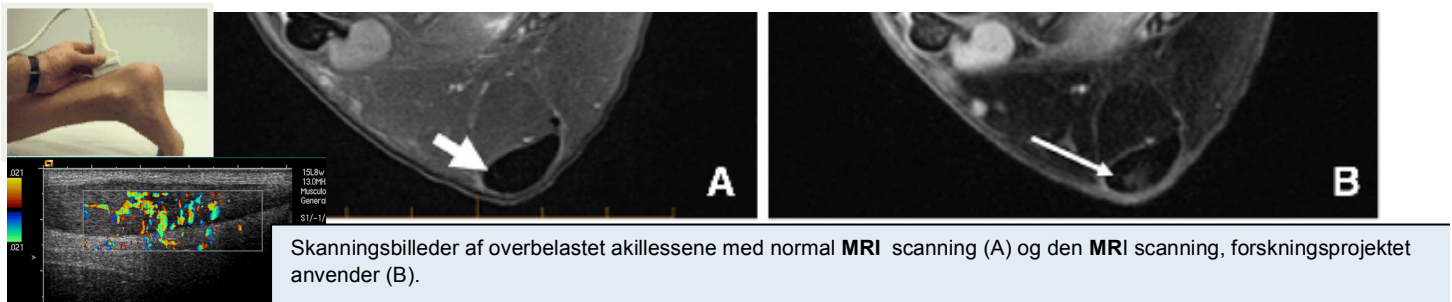
**Deltag i forskningsprojekt med Team Danmark, der skal undersøge overbelastningsskader i deres tidlige fase!?**

## Formål

Projektet vil undersøge overbelastningsskader af knæ- og akillessener på et så tidligt tidspunkt som muligt. Ved en tidlig indsats kan du måske undgå, at skaden bliver kronisk.

## Du får

En grundig undersøgelse af knæ- eller akillessenen med noget af den **mest avancerede ultralyds- og MRI-skanning**. Det vil give dig indgående information om tilstanden af din knæ- eller akillessene.



Derudover får du rådgivning om håndtering af skaden (uden egentlig behandling) i samarbejde med dit medicinske team.

## Omfang

I forbindelse med forsøget skal du møde op på Institut for Idrætsmedicin København, IOC forskningscenter 3 gange (efter 0, 3 og 12 måneder).

Forsøget består af samtaler, du skal udfylde spørgeskema, MRI og ultralydsskanning. Varigheden er ca. 3 x 1½ time (inklusive MRI skanning).

## Deltagelseskriterier

- Du er elite-atlet
- Du er 18 år eller ældre
- Du er almen rask
- Du har overbelastning af din knæ- eller akillessene med smerter i 1-90 dage
- Du har ikke fået kortisonindsprøjtning i din overbelastede sene

## Interesseret? Så kontakt hurtigst muligt:

- TEAM DANMARK læge: Christoffer Brushøj, [chbr@teamdanmark.dk](mailto:chbr@teamdanmark.dk), +45 2729 2068
- Seniorforsker og Idrætsfysioterapeut: Christian Couppe, [christian.coupe@regionh.dk](mailto:christian.coupe@regionh.dk), +45 6066 0825.

## Adresse

Institut for Idrætsmedicin København, IOC forskningscenter, Bispebjerg Hospital, Nielsine Nielsens Vej 11, bygning 8, 1. sal, 2400 København NV.

## Hør Daniel Lundgaard fortælle om sine erfaringer med projektet (film på Linked In):

<https://www.linkedin.com/feed/update/activity:6424580976919269376/>

