

拳擊運動傷害調查之研究

林威學、黃娟娟

E-mail: 342084@mail.dyu.edu.tw

摘要

本研究主要目的在探討拳擊運動傷害、傷害後處理情形及傷害後心理之正負向態度，研究結果提供拳擊選手、教練之參考。本研究利用問卷調查方法，針對在學學生之拳擊選手，共559名實施調查，蒐集問卷資料後，以SPSS 15.0 for windows套裝軟體進行統計分析，獲致以下結論：一、女性拳擊選手比男性拳擊選手容易於體能訓練、軀幹、下肢部位中受傷。二、受傷後教練或家長協助(陪同)就醫，最容易預測受傷害心理狀態之正向心理。三、受傷時自行前往就醫，最能預測受傷害心理狀態之負向心理。四、拳齡愈高者，且有抽煙及喝酒習慣之拳擊選手，容易有腦震盪之情形發生。五、常用左手、身高、體重及拳齡愈高者愈容易於受傷活動中之對打活動中受傷，且睡眠充足者，則不易於對打及對打活動中受傷。

關鍵詞：拳擊選手、傷害、心理

目錄

內容目錄	第一章	緒論	1	第一節	研究動機與目的	1	第二節	研究問題	4	第三節	名詞定義	4	第四節	研究																																																																																																																																													
流程	5	第五節	研究範圍與限制	7	第二章	文獻探討	8	第一節	運動傷害	8	第二節	拳擊運動	28	第三節	拳																																																																																																																																												
擊運動傷害的相關研究	32	第四節	運動員受傷後心理	36	第五節	文獻探討總結	44	第三章	研究方法與步驟	48	第一節	研究架構	49	第二節	研究對象	50	第三節	研究工具	50	第四節	資料處理	54	第四章	結果與討論	56																																																																																																																																		
第一節	拳擊選手運動傷害之背景資料分析	56	第二節	拳擊選手運動傷害之t考驗分析	59	第三節	拳擊選手運動																																																																																																																																																				
傷害之ANOVA分析	72	第四節	拳擊選手運動傷害之相關分析	96	第五節	生活習慣對受傷後心理狀態的逐步迴歸分																																																																																																																																																					
析	104	第六節	受傷情形對受傷後心理狀態的逐步迴歸分析	106	第七節	受傷處理情形對受傷後心理狀態的逐步迴歸																																																																																																																																																					
分析	115	第五章	結論與建議	119	第一節	結論	119	第二節	建議	120	參考文獻	122	附錄(一)	初試問卷	137	附錄(二)	正試問卷	140																																																																																																																																									
表目錄	表 2-1	運動傷害急、慢性之比較	13	表 2-5-1	運動傷害定義彙整	46	表 2-5-1	運動傷害分類彙整	47	表 3-3-1	受傷後心理狀態因素分析	52	表 3-3-2	受傷後心理狀態信度分析	53	表 4-1-1	生活背景變項資料描述性統計分析表	57	表 4-2-1	性別t考驗分析表	60	表 4-2-2	抽煙習慣t考驗分析表	62	表 4-2-3	喝酒習慣t考驗分析表	64	表 4-2-4	嚼檳榔習慣t考驗分析表	66	表 4-2-5	慣用手t考驗分析表	68	表 4-2-6	慣用腳t考驗分析表	70	表 4-3-1	不同身高之受傷時間比較單因子變異數分析摘要表	72	表 4-3-2	不同身高之受傷活動比較單因子變異數分析摘要表	73	表 4-3-3	不同身高之受傷時機比較單因子變異數分析摘要表	74	表 4-3-4	不同身高之受傷部位比較單因子變異數分析摘要表	75	表 4-3-5	不同身高之受傷類型比較單因子變異數分析摘要表	76	表 4-3-6	不同體重之受傷時間比較單因子變異數分析摘要表	77	表 4-3-7	不同體重之受傷活動比較單因子變異數分析摘要表	78	表 4-3-8	不同體重之受傷時機比較單因子變異數分析摘要表	79	表 4-3-9	不同體重之受傷部位比較單因子變異數分析摘要表	80	表 4-3-10	不同體重之受傷類型比較單因子變異數分析摘要表	81	表 4-3-11	不同拳齡之受傷時間比較單因子變異數分析摘要表	82	表 4-3-12	不同拳齡之受傷活動比較單因子變異數分析摘要表	83	表 4-3-13	不同拳齡之受傷時機比較單因子變異數分析摘要表	84	表 4-3-14	不同拳齡之受傷部位比較單因子變異數分析摘要表	85	表 4-3-15	不同拳齡之受傷類型比較單因子變異數分析摘要表	86	表 4-3-16	不同訓練時間長短之受傷時間比較單因子變異數分析摘要表	87	表 4-3-17	不同訓練時間長短之受傷活動比較單因子變異數分析摘要表	88	表 4-3-18	不同訓練時間長短之受傷時機比較單因子變異數分析摘要表	89	表 4-3-19	不同訓練時間長短之受傷部位比較單因子變異數分析摘要表	90	表 4-3-20	不同訓練時間長短之受傷類型比較單因子變異數分析摘要表	90	表 4-3-21	不同睡眠時間長短之受傷時間比較單因子變異數分析摘要表	92	表 4-3-22	不同睡眠時間長短之受傷活動比較單因子變異數分析摘要表	93	表 4-3-23	不同睡眠時間長短之受傷時機比較單因子變異數分析摘要表	93	表 4-3-24	不同睡眠時間長短之受傷部位比較單因子變異數分析摘要表	94	表 4-3-25	不同睡眠時間長短之受傷類型比較單因子變異數分析摘要表	95	表 4-4-1	生活習慣變項與受傷部位之皮爾森積差相關分析表	97	表 4-4-2	生活習慣變項與受傷的類型之皮爾森積差相關分析表	99	表 4-4-3	生活習慣變項與受傷的時機之皮爾森積差相關分析表	100	表 4-4-4	生活習慣變項與受傷的活動之皮爾森積差相關分析表	102	表 4-4-5	生活習慣變項與受傷的時間之皮爾森積差相關分析表	102	表 4-4-6	生活習慣變項與受傷後心理狀態之正負向皮爾森積差相關分析表	103	表 4-5-1	生活習慣對受傷後之正向心理狀態的逐步迴歸分析摘要表	105	表 4-5-2	生活習慣對受傷後之負向心理狀態的逐步迴歸分析摘要表	106	表 4-6-1-1	受傷情形(受傷時間)對受傷後之正向心理狀態的逐步迴歸分析摘要表	106	表 4-6-1-2	受傷情形(受傷時間)對受傷後之負向心理狀態的逐步迴歸分析摘要表	107	表 4-6-2-1	受傷情形(受傷時機)對受傷後之正向心理狀態的逐步迴歸分析摘要表	108	表 4-6-2-2	受傷情形(受傷時機)對受傷後之負向心理狀態的逐步迴歸分析摘要表	109	表 4-6-3-1	受傷情形(受傷部位)對受傷後之正向心理狀態的逐步迴歸分析摘要表	110	表 4-6-3-2	受傷情形(受傷部位)對受傷後之負向心理狀態的逐步迴歸分析摘要表	111	表 4-6-4-1	受傷情形(受傷類型)

對受傷後之正向心理狀態的逐步迴歸分析摘要表 112 表4-6-4-2 受傷情形(受傷類型)對受傷後之負向心理狀態的逐步迴歸分析摘要表 113 表4-6-5-1 受傷情形(受傷活動)對受傷後之正向心理狀態的逐步迴歸分析摘要表 114 表4-6-5-2 受傷情形(受傷活動)對受傷後之負向心理狀態的逐步迴歸分析摘要表 115 表4-7-1 受傷情形(受傷活動)對受傷後之負向心理狀態的逐步迴歸分析摘要表 116 表4-7-2 受傷情形(受傷活動)對受傷後之負向心理狀態的逐步迴歸分析摘要表 117 圖 目錄 圖 3-1 流程圖 6 圖 3-1 研究架構 49

參考文獻

參考文獻 一、中文部分 王順正(1999), 運動傷害, 運動生理週訊, 第23期。王順正(2000), 形成跑者下肢運動傷害的個人因素, 運動生理週訊, 第73期。王順正(2000), 跑者下肢運動傷害原因的探討, 運動生理週訊, 第73期。王顯智(2003), 大學生運動傷害之分佈與再度傷害之危險因子, 體育學報, 35, 15-24。王二平(2005), 新規則實施後對武術套路運動員運動損傷的調查分析, 廣州體育學院學報, 25(3), 92-95。王勇、于娜(2007), 風險管理在大學生體育運動傷害事故中的應用, 新西部, 22, 中國大陸陝西省。王宏(2005), 對武術館校武術套路運動員運動損傷的調查研究, 武漢體育學院學報, 6。中華拳協(2009), 拳擊規則, 台北。吉林, 黃凱(1997), 拳擊頭盔到底要不要, 拳擊與格鬥, 101, 40-41。江金裕, 余美麗(2004), 臺灣地區大專女子體操選手運動傷害調查研究, 國立臺北師範學院學報, 17(1)。江清泉(2010), 您關心的事..... 運動傷害, 來源:
<http://www.ntuh.gov.tw/orth/education/DocLib1/%E9%81%8B%E5%8B%95%E5%82%B7%E5%AE%B3.aspx>.
[2010, December 20]. 宋森通(1988), 跆拳道運動傷害的處置與用藥, 中華民國跆拳道協會1988年奧運會特刊, 8。何正方(1991), 拳擊訓練中的醫務監督、自我監督, 拳擊與格鬥, 29, 34-35, 拳擊與格鬥雜誌社發行。李恆儒, 林威秀, 彭武村, 李海吟(2010), 運動傷害急救與防護(初版), 臺北市:禾楓書局有限公司。李孔嘉(1997), 運動傷害防治和骨骼保健, 臺北市:健行文化出版, 11-12。李再立(2001), 拳擊運動的能量來源與減重相關問題之探討, 中華體育季刊, 14(4), 10。吳振輝, 杜光玉, 張育誠等(2010), 大專校院學生運動傷害調查之研究-以某技術學院為例, 嶺東體育暨休閒學刊, (8)。吳昇光, 李曜全, 許弘昌(2008), 台灣肢障桌球與游泳選手之運動傷害與分級特性分析。物理治療, 33(1), 41-48。林仁彬, 王中原, 張聰榮, 何宗融等, (2008), 淺論拳擊運動傷害及中醫古籍之論治, 中醫骨傷科醫學雜誌, 7, - 124 --95。林正常(1964), 運動科學與訓練, 健行文化出版事業有限公司, 247-248。林威秀、黎俊彥(2009), 身體姿勢平衡控制與踝關節傷害發生風險, 中華體育季刊, 23(1)。林建宏 (2008), 青少年運動員邁向顛峰成功心理特質模式, 高雄師範大學, 特殊教育學系研究所未出版博士論文。林昕翰(2010), 跆拳道專項運動傷害探討, 大專體育, 114-120。林俐伶, 林瑞興(2010), 熱衰竭的處理與預防, 屏東教大體育, 13, 71-75。林正常(2000), 夏天運動與熱傷害之防範, 運動生理週訊, 第65期。林正常(1990), 運動科學與訓練, 銀禾文化事業有限公司, 台北。林燕君(2002), 國家運動選手運動傷害之調查研究, 高雄醫學大學公共衛生研究所未出版碩論論文, 高雄。林威秀、黎俊彥、黃啟煌(1997), 受傷運動員的心理問題與復健, 中華體育, 11 (1), 112-119。林佳皇、黃惠貞(2005), 受傷運動員之心理復健, 輔仁大學體育學刊, 4, 267-277。周彬(2007), 如何避免運動傷害, 食品與健康, 4。周文祥(1996), 運動傷害的心理因素, 中華體育季刊, 10(1), 95-104。楊天放(1996), 運動賽會中常見之防護, 國民體育季刊, 25(1), 91-106。楊惠芳(2010, Jun 1), 國語日報【線上資料】, 來源: http://www.mdnkids.com/info/news/content.asp?Serial_NO=67355。楊建銘, 黃玉書, 王志寰(2010)兒童青少年睡眠問題, 臺灣醫學, 14(4), 420-430。康學藍(1998), 運動傷害的心理因素與心理發展學的相關探討。中華體育, 12 (3), 94-100。吳重達(2000), 剖析網球之運動傷害, 大專體育, 51, 20-21。宋琦, 沈冬冬, 高曉發(2009), 北京奧運會我國拳擊運動員實戰中技術運用的思考 - 論我國拳擊高水準運動員結合訓練的問題。廣州體育學院學報, 29(5)。沈茂雄(1996), 運動傷害之防護, 國民體育季刊, 25(1), 24-30。邱玉惠(2001), 運動員心理技能量表之編製, 國立體育學院教練研究所未出版碩士論文。邱安美、王顯智(2006), 運動員運動傷害後之心理反應及因應之道, 輔仁大學體育學刊, 5, 299-310。張聰榮、林仁彬、陳昭勳(2010), 優秀角力選手受傷率與危險因素之研究, 嘉大體育健康休閒期刊, 9(1), 133-142。張立德等(1980), 拳擊運動, 吉林省體育科學研究所發行。張維綱等(2008), 田徑運動跳高項目運動傷害之探討, 嘉大體育健康休閒期刊, 7(3), 167-173。張立德, 楊其元(1994), 最佳拳擊術技法精華, 湖南科學技術出版發行。張文雄, 余泳樟(2006), 跆拳道意象訓練應用之探討, 輔仁大學體育學刊, 5, 334-342。葉麗琴(2000), 心理處置技巧在面對運動傷害之探討, 大專體育, 49, 181-188。高小雅(2005), 大學生運動傷害尋醫行為之研究調查, 天主教輔仁大學體育學系碩士論文, 台北。翁文惠(2009), 對運動傷害之調查研究 - 以我國大專劍道選手為例, 輔仁大學體育學系未出版碩士論文, 台北。黃啟煌, 陳美燕, 李榮哲(1999), 運動傷害調查種類之探討, 大專體育。黃啟煌, 陳美燕, 李榮哲, (1999), 運動傷害調查種類之探討, 大專體育。黃啟煌, 王百川, 林晉利及朱彥穎(2008), 運動傷害與急救(二版), 臺中市:華格那企業。黃雅琳(2007), 優秀跆拳道運動員肢體能測驗結果對於運動傷害發生率的影響, 國立體育大學運動保健科學研究所未出版碩士論文, 桃園。黃啟煌、王百川、林晉利、朱彥穎(2003)。運動傷害與急救, 華格那企業有限公司, 台中市。黃淑貞(2002), 優秀競技體操選手運動動機氣候、賽前狀態焦慮與運動表現之相關研究, 大專體育學刊, 4 (1), 129-136。翁志成(2003), 學校體育, 台北:師大書苑, 169-192。徐育廷(2005), 優秀網球選手運動傷害之調查研究, 輔仁大學體育學系未出版碩士論文, 台北。徐俊冕(1997), 醫學心理學, 五南出版社, 123-140。曾崇智(2006), 護口器與口腔防護, 臺灣兒童牙醫學雜誌, 6(4), 339 -344。許旺豪、溫華昇(2006), 擊劍運動員賽前狀態性焦慮及自信心之探討, 康寧學報, 8, 185 - 201。陳全壽(1996), 運動傷害, 國民體育季刊, 25(1), 4-11。陳華帝(2005), 國民中學學生體育課運動傷害之現況調查-以台北縣公立國民中學為例, 天主教輔仁大學體育學系碩士論文。陳湘榮(2005), 體育, 台北市:雙日文化事業有限公司。陳丹萍、李維仁、任杰(1996), 重劍運動員的心理能力診斷及心理訓練對策, 上海體育學報, 20 (1), 61-66。陳其昌(1996), 運動傷害所造成的心理情緒困擾及其因應對策。大專體育, 27, 78-82。陳進祥, 邱明志, 陳正奇(2009), 射箭選手運動傷害心理諮商與復健, 2009年國際體育運動與健康休閒發展趨勢研討會專刊。陳天賜、鄭俊傑(2001), 規律運動與運動傷害之探討, 淡江體育, 4, 65-73。陳怡舟(1998), 談業餘拳擊

運動頭部傷害之認定及預防, 中華體育季刊, 12(3), 41-48。陳俊民, 楊亮梅(2002), 拳擊有氧與水中有氧課程對體適能內容的差異影響, 大專體育學刊, 4(1)。陳天文, 潘寶如, 蔡慧敏(2008), 肌力平衡與運動傷害。淡江體育, 11。陳進祥, 邱明志, 陳正奇(2009), 射箭選手運動傷害心理諮商與復健, 2009年國際體育運動與健康休閒發展趨勢研討會專刊, 74-80。楊亮梅(2001), 拳擊有氧與運動傷害, 中華體育季刊, 14(4), 6。蘇碧鴻, 文國龍, 鄭淵元, 韓學斌(2009), 自信心對運動表現的影響, 黃埔學報, 56。郭峰, 張日輝(2007), 拳擊運動損傷類型, 部位的流行病學分析, 中國組織工程研究與臨床康復, 11(47), 9574-9577。賴鍾桔(2009), 拳擊運動專項體能之訓練方法, 大專體育, 102。賴金鑫(1997), 運動傷害, 台北:國立空中大學印行。廖主民(1993), 誰能超越巔峰? 優秀運動員的認知型態, 中華體育, 7(1), 100-106。彭玉章, 邱文達, 林茂榮, 楊志堅, 呂淑妤, 蔡尚達(2006), 臺北市原住民與非原住民青少年運動傷害類型比較, 北市醫學雜誌, 3(7), 713-722。鄭炎坤(2007), 我國高中橄欖球選手運動傷害之探討, 2008年國際體育運動與健康休閒發展趨勢研討會專刊, 263-276。曾惠雀(2010), 大專舉重選手運動傷害調查研究, 輔仁大學體育研究所未出版碩士論文, 台北。鍾宇政, 陳星宇, 張曉昀(2008)青棒選手比賽期間進攻與防守傷害發生率之比較, 大專體育學刊, 10(4), 103-112。劉智凱, 王令儀(2010), 急停跳動作中前十字韌帶傷害風險的潛在力學因子, 中華體育季刊, 24(2)。劉作仁, 徐道昌(1986), 網球運動傷害601例調查研究, 14, 51-50。潘岳雄(2006), 基礎體適能訓練全書, 諾達運動行銷有限公司。藍采風(1986), 生活的壓力與適應, 台北:幼獅文化事業。駱明瑤(2008), 運動傷害防護學, 台北:華都文化。教育部體育大辭典(1998)。台北:台灣商務印書館股份有限公司。2010廣州亞運網站, 拳擊, 來源: <http://www.gz2010.cn/08/0304/16/4673TRNA00780015.html>[2010, November 15]

二、英文部分 A Mukala, Nsengu Tshibangu.(2009), Educational boxing totally harmless or only safer than amateur and professional boxing?. *Science & Sports*, 24:221-228. Anderson, M. B., & Williams, J. M.(1988), A model of stress and athletic injury: Prediction and prevention. *Journal of Sport Exercise Psychology*, 10, 294-306. Brewer, B.(1994), Review and critique of models of psychological adjustment to athletic injury. *Journal of Applied Sport Psychology*, 6, 87-100. Chapman, C., Lane, A. M., Brierley, J. H., & Terry, P. C.(1997), Anxiety, self-confidence and performance in Tae-Kwon-Do. *Perceptual and Motor Skills*, 85, 1275-1278. Clausen H, McCrory P, Anderson V (2005), The risk of chronic traumatic Brain injury in professional boxing: change in exposure variables over the past century, *British Journal of Sport Medicine*, 39:661-664. Durso-Cupal, D.(1998), Psychological interventions in sport injury prevention and rehabilitation. *Journal of Applied Sport Psychology*, 10(1), 103-123. Ellen E. Yard, MPH, Christy L. Collins, MA, Randall W. Dick, FACSM, and R. Dawn Comstock, PhD, (2008). An Epidemiologic Comparison of High School and College Wrestling Injuries. *The American Journal of Sport Medicine*, 36(1), 57-64. Friedrich, Julia Taylor (2005), *Boxing: Medical Aspects*. Academic Press; 1 edition. Gould, D., Petlichoff, L., & Weinberg, R. S.(1984), Antecedents of, temporal changes in, and relationships between CSAI-2 subcomponents. *Journal of Sport Psychology*, 6, 289-304. Gordon, N. F(1992), Reassessment Of The Guidelines For Exercise Testing: What Alterations To Current . *Sports Medicine*, 13, 293-302 . Ievleva, L., & Orlick, T. (1991), Mental links to enhanced healing *The sport Psychologist*, 5(1), 25-40. Kazemi, M., Shearer H., & Choung Y. S. (2005), Pre-competition habits and injuries in Taekwondo athletes. *BMC Musculoskeletal Disord*,6(1), 26. Kelley, M. J.(1990), Psychological risk factors and sports injuries. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 30,202-219. Lee, A. J. Y., & Lin, W. H. (2007), The influence of gender and somatotype on single-leg upright standing postural stability in children, *Journal of Applied Biomechanics*, 23, 173-9. Lee, A. J. Y., & Lin, W. H. (2007), The influence of gender and somatotype on single-leg upright standing postural stability in children. *Journal of Applied Biomechanics*, 23, 173-9. Lin, W. H., Liu, Y. F., Hsieh, C. C., & Lee, A. J. Y. (2008), Ankle eversion to inversion strength ratio and static balance control in the dominant and non-dominant limbs of young adults. *Journal of Science and Medicine in Sport*. Lynch, G. P.(1988), Athletic injuries and the practicing sport psychologist: Practical guidelines for assisting athletes. *The Sport Psychologist*, 2, 161-167. Martens, R., Vealey, R. S., and Burton, D.(1990), *Competitive anxiety in sport*. Champaign IL: Human Kinetics Publishers, Inc. Martens, R. (1987), *Coaches guide to sport psychology*. Champaign IL: Human Kinetics Publishers, Inc. McDougall(1972), Hand injury in Boxing, *British Journal of Sport Medicine*, 6(2): 80-84. McIntosh A S, McCrory P (2005), Preventing head and neck injury, *British Journal of Sport Medicine*, 39, 314-318. National Health and Medical Research Council.(1994), *Boxing injury*. Pederson, P.(1986), The grief response and injury: A special challenge for athletes and athletic trainers. *Athletic Training*, 21, 312-314. Robert C. and Gambrell, MD(2007), *Boxing: Medical Care In and Out of the Ring* *Sports Medicine Reports*. *Current Sports Medicine Reports*, 6,317 – 321. Terry, P. C., & Slade, A. (1995), Discriminant effectiveness of psychological state measures in predicting performance outcome in Karate competition. *Perceptual and Motor Skills*, 81, 275-286. T Zazryn, P Cameron and P McCrory(2006), A prospective cohort study of injury in amateur and professional boxing. *British Journal of Sport Medicine*, 40, 670-674. Wiese, Wiess(1987), psychological rehabilitation and physical injury: Implications for the sports medicine team. *The sport Psychologist*, 1, 318-330. Wilk, Fisher, and Rangelli(1995), The incidence of musculoskeletal injuries in an amateur triathlete racing club. *Journal of Orthopaedic & Sports Physical Therapy*, 22(3),108-12. Willems, T. M., Witvrouw, E., Delbaere, K., Mahieu, N., De Bourdeaudhuij, I., & De Clercq, D. (2005a), Intrinsic risk factors for inversion ankle sprains in male subjects: A prospective study. *American Journal of Sports Medicine*, 33(3), 415-423. Williams, J. M., & Roepke, N.(1993). Psychology of injury and injury rehabilitation. In R. N. Singer, M. Murphey, & L. Tennate(Eds.). *Handbook of research on sport psychology*, 815-839. New York: Macmillan. Williams and Andersen (1998), A model of stress and athletic injury: prediction and prevention. *Journal of Sport & Exercise psychology*, 10(3), 294 - 306. Wiese, D.M.&Wiess, M.R.(1987), Psychological rehabilitation and physical injury: Implications for the sportsmedicine team. *Sport Psychol*.1, 318-330. Wang, H. K., Chen, C. H., Shiang, T. Y., Jan, M. H., & Lin, K. H. (2006), Risk-factor analysis of high school basketball-player ankle injuries: A prospective controlled cohort study evaluating postural sway, ankle strength, and flexibility. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 87(6), 821-825. Weiss, M. R., & Troxel, R. K.(1986), Psychology of the injured athlete. *Athletic Training*, 21(2), 104-109.