

Edirne Kırkpınar Yağlı Güreşlerine Katılan Güreşçilerin Spor Yaralanma Sorunlarının Değerlendirilmesi: Betimsel Araştırma

Evaluation of Sports Injury Problems of Wrestlers Participating in Edirne Kırkpınar Oil Wrestling: Descriptive Research

Özgür NALBANT^a, Rüstem KALE^b

^aAlanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Antalya, Türkiye

^bSelçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor ABD, Konya, Türkiye

ÖZET Amaç: Yağlı güreş, sporcuların birbirlerini tutmalarını zorlaştırmak için vücutlarına yağ sürdükleri ve “er meydanı” denilen çimenlik bir alanda güreştikleri geleneksel bir Türk spor branşıdır. Türkler için yağlı güreş yalnızca bir mücadele sporu değil, kuvvet ile inancın tek vücut hâline gelmesi ve ibadetin er meydanında şekil bulmuş hâlidir. Bu çalışmanın amacı, Edirne Kırkpınar Yağlı Güreşleri’ne katılan güreşçilerin spor yaralanma sorunlarının değerlendirilmesidir. **Gereç ve Yöntemler:** Çalışmaya 660. Edirne Kırkpınar Yağlı Güreşleri’ne katılan yaş ortalamaları 25,48±4,51 yıl, spor yaşı ortalamaları 13,11±4,13 yıl, boy uzunluğu ortalamaları 181,21±5,68 cm., vücut ağırlığı ortalamaları 89,59±8,79 kg ve beden kitle indeksi ortalamaları 27,22±1,68 kg/m² olan 318 güreşçi gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada araştırmacılar tarafından hazırlanan demografik bilgileri de içeren 22 soruluk bir anket formu çevrim içi olarak uygulanmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistiklerden ortalama, standart sapma, minimum, maksimum, yüzde ve frekans dağılımına bakılmıştır **Bulgular:** Çalışmanın sonuçlarına göre; yağlı stil güreşçilerin spor yaralanmalarının %75,5’i müsabaka esnasında, %24,5’i antrenman esnasında meydana gelirken bu spor yaralanmalarının %45,9’u üst ekstremité, %23’ü alt ekstremité, %13,2’si sırt, %11,3’ü baş ve %6,6’sının bel bölgesinde olduğu görülmüştür. **Sonuç:** Sonuç olarak yağlı güreşçilerde spor yaralanmalarının en sık görüldüğü bölgenin üst ekstremité bölgesi olduğu tespit edilmiştir. Sporcuların yaralanmalardan korunabilmesi için üst ekstremité kaslarına yönelik çalışmaların yapılması önerilebilir.

ABSTRACT Objective: Oil wrestling is a traditional Turkish sport branch in which athletes apply oil on their bodies to make it harder for them to hold each other, and they wrestle in a grassy field called “er meydanı”. For Turks, oil wrestling is not just a combat sport, it is a combination of strength and belief and a form of worship in the “er meydanı”. The aim of this study is to evaluate the sports injury problems of wrestlers participating in Edirne Kırkpınar Oil Wrestling. **Material and Methods:** To this study in the 660th Edirne Kırkpınar Oil Wrestling, the mean age was 25.48±4.51 years, the mean age for sports was 13.11±4.13 years, the mean height was 181.21±5.68 cm., and the mean body weight was 89.59±8.79 kg and 318 wrestlers with an average body mass index of 27.22±1.68 kg/m² participated voluntarily. In this study, a questionnaire consisting of 22 questions prepared by the researchers, including demographic information, was applied online. In the analysis of the data, the mean, standard deviation, minimum, maximum, percentage and frequency distribution of descriptive statistics were investigated. **Results:** According to the results of the study; While 75.5% of the sports injuries of the oil style wrestlers occur during the competition and 24.5% during the training, 45.9% of these sports injuries occur in the upper extremities, 23% in the lower extremities, 13.2% in the back, 11.3% in the head and 11%. 6.6 of them were seen to be in the lumbar region. **Conclusion:** As a result, it has been found that the most common area of sports injuries in oil wrestlers is the upper extremity region. In order to protect athletes from injuries, it may be recommended to perform exercises on upper extremity muscles.

Anahtar Kelimeler: Yağlı güreş; spor yaralanması; Edirne Kırkpınar

Keywords: Oil wrestling; sport injury; Edirne Kırkpınar

Güreş; belirli kurallar içerisinde 2 sporcunun hiçbir materyal ve araç kullanmadan farklı zeminler üzerinde yaptığı en eski ve en popüler bireysel mücadeleye sporlarından birisidir.¹ Zaman içerisinde yapı-

lış amacı ve kuralları değişmiş olsa da bu özelliğini korumayı başarmıştır.² Güreşteki amaç, hiçbir materyal kullanmadan zekâ ve bedensel yetenekler kullanılarak rakibi sırt üstü yere getirmek veya teknik

Correspondence: Rüstem KALE

Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor ABD, Konya, Türkiye

E-mail: rustemkale@gmail.com



Peer review under responsibility of Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences.

Received: 27 Jan 2023

Received in revised form: 07 Apr 2023

Accepted: 18 Apr 2023

Available online: 28 Apr 2023

2146-8885 / Copyright © 2023 by Türkiye Klinikleri. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

üstünlük ile galip gelmektir. Bunun için de güreş sporu birçok teknik-taktik bilgiye ve üst düzey fiziksel uygunluğa ihtiyaç duymaktadır.³

Günümüzde güreşin uluslararası arenada kabul edilmiş serbest ve grekoromen olmak üzere 2 stili bulunmaktadır. Bu güreşler 12x12 m² alan içerisinde ayrılmış 9 m çapında daire şeklindeki minder üzerinde yapılmaktadır.⁴ Serbest stil güreşte vücudun tüm bölgelerine teknik uygulanabilirken, grekoromen güreşte yalnızca vücudun üst kısmına teknik uygulanır ve belden aşağısını tutmak kural ihlalidir.⁵

Türklerde güreş stilleri arasında ayrı bir yere sahip olan yağlı güreş, çayır üzerinde güreşçilerin vücutları üzerine zeytinyağı dökülerek yapılan bir güreş stildir. Zeytinyağı tutuşu zorlaştırdığı için yağlı güreş ayrı bir ustalık gerektiren zor bir uğraştır.⁶ Yağlı güreş “kispet” diye adlandırılan deriden yapılmış bir kıyafet giyilerek yapılmaktadır.⁷ Yağlı güreşte kazanmak için 2 omzun yere teması gerekmez. Rakibin sırtının yere değmesi, rakibin kispetinin yırtılması, ayakların yukarı kaldırılıp baş üstü tutulması, rakibin pes etmesi, rakibin ayaklarını yerden 3 üç adım taşınması, kalça üstü veya yan üstü açık düşürmek galibiyet için yeterlidir.⁸ Yağlı güreş Türkiye’de en çok Akdeniz, Ege ve İç Anadolu bölgelerinde çeşitli organizasyonlarla yapılmaktadır.⁹ Bu organizasyonların içinde en çok bilineni Edirne ilinde temmuz ayı içerisinde yapılan uzun bir geçmişe sahip olan Tarihi Kırkpınar Yağlı Pehlivan Güreşleri’dir. Kırkpınar Yağlı Güreşleri, Türkiye’de yapılan en büyük yağlı güreş organizasyonu olarak gösterilmektedir.¹⁰

Güreşte de birçok spor dalında olduğu gibi spor yaralanmaları görülebilir. Spor yaralanmaları; sportif aktiviteler esnasında vücudun herhangi bir bölgesinin alışılmadık dışında zorlanması ya da farklı etkilerden dolayı dayanma sınırlarını aşmasıyla ortaya çıkan durumları kapsar. Kısaca sportif aktiviteler sırasında meydana gelen her türlü yaralanmalardır.¹¹

Birçok sporcu antrenmanda ya da müsabaka sırasında spor yaralanması riski altındadır. Bu riskler sporcuların performanslarını olumsuz yönde etkilerken aynı zamanda spordan uzak kalmalarına da yol açmaktadır.¹² Spor yaralanmalarına yol açan pek çok neden bulunmaktadır. Spor yaralanma nedenleri içsel ve dışsal faktörler olmak üzere 2 başlık altında ince-

lenebilir. İçsel faktörler; sporcunun fiziksel yapısı, önceki yaralanmaları, motorik yetilerin yetersizliği, propriyosepsiyon, toparlanma süresi, antrene düzeyi, ısınma, beceri ve deneyim düzeyidir. Dışsal faktörler ise oyun alanı ekipmanları, ayakkabı ve kıyafetler, kural değişiklikleri, rakibin kural dışı müdahalesi olarak ifade edilebilir.¹³

Spor yaralanmaları yapılan branşın karakteristik özelliğine göre değişebilir. Mücadele sporu olarak yoğun temas gerektiren güreş, doğası gereği yaralanma riski yüksek sporlar arasında yer alır.^{14,15} Spor yaralanmaları üzerine yapılan bir çalışmada en sık yaralanmanın olduğu spor branşları arasında güreşin futboldan sonra %6’lık oranla 2. sırada yer aldığı belirtilmiştir.¹⁶ Bu yaralanmaların özellikle yanlış teknikler, alt ekstremiteye fazla yüklenme, mindere sert düşme bazen de her iki sporcunun ağırlığının sporculardan birinin tek bacağı üzerine binmesiyle sonuçlanan yaralanmalar olduğu belirtilmiştir.^{17,18}

Literatür incelendiğinde, serbest ve grekoromen sitil güreşçilerin yaralanma bölgelerini araştıran pek çok çalışmanın olduğu görülmüştür.^{17,19-28} Ancak yağlı güreşle uğraşan sporcuların yaralanma bölgelerini inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle çalışmadan elde edilecek bilgilerin yağlı güreşle uğraşan sporcular için yaralanmaları önleyici bilgiler sağlayacağı açıktır. Bu doğrultuda çalışmanın amacı; Edirne Kırkpınar Yağlı Güreşleri’ne katılan güreşçilerin spor yaralanma sorunlarının değerlendirilmesidir.

■ GEREÇ VE YÖNTEMLER

ÇALIŞMANIN MODELİ

Çalışmanın tasarımı tarama modeline dayanmaktadır. Tarama modeli, geçmişte ya da mevcut durumda var olduğu hâliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımıdır. Aynı zamanda konu kendi koşulları içinde mevcut hâliyle ve herhangi bir değişime ya da etkileşime uğramadan tasvir edilir.²⁹

ÇALIŞMA GRUBU

Çalışmanın evrenini, 2021 yılı 660. Edirne Kırkpınar Yağlı Güreşlerin’de Deste küçük boyda; 265, Deste orta boyda; 154, Deste büyük boyda 105, Küçük orta küçük boyda; 380, Küçük orta büyük boyda; 146, Bü-

yükorta boyunda; 100 Başaltı boyunda; 94 ve Baş boyunda güreşen 53 sporcu olmak üzere toplam 1.297 sporcu oluşturmaktadır. Çıngı'ya göre 1.000 kişilik bir evrende 0,05 sapma düzeyinde 278 kişilik bir çalışma grubunun ve ayrıca 2.000 kişilik evrende ise 322 kişinin örnekleme temsil edeceği belirtilmektedir.³⁰ Buradan yola çıkarak çalışmanın örneklemini yaş ortalamaları 25,48±4,5 yıl, spor yaş ortalamaları 13,11±4,13 yıl, boy uzunluk ortalamaları 181,21±5,68 cm, vücut ağırlık ortalamaları 89,59±8,79 kg ve beden kitle indeksi ortalamaları da 27,22±1,68 kg/m² olan ve bilgilendirilmiş onam formunu imzalayarak çalışmaya katılmaya gönüllü olan 318 yağlı güreşçi oluşturmuştur. Çalışmaya katılmak istemeyen, çevrim içi formda bilgilendirilmiş onam formunu onaylamayan ve anketi tamamlamayan sporcular çalışmaya dâhil edilmemiştir.

Çalışma, Helsinki Deklarasyonu prensiplerine uygun olarak yapılmıştır. Çalışmanın Etik kurul Raporu Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi Rektörlüğü Sağlık Bilimleri Alanı Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulundan alınmıştır (tarih: 02 Aralık 2021; no: 13).

VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Güreşçilere konu ile ilgili araştırmacılar tarafından hazırlanan demografik bilgileri de içeren 22 soruluk bir anket formu uygulanmıştır. Form katılımcılara çevrim içi anket yoluyla ulaştırılmıştır. Anketin giriş bölümünde güreşçilere çalışmanın bilgilendirilmiş onam formu sunulmuştur. Onay formunu okuyup "kabul ediyorum" sekmesini tıklayarak ankete giriş yapanlar çalışmaya katılmışlardır. Anketin birinci bölümde bazı demografik özellikleri belirleyici sorulara yer verilirken, ikinci bölümde güreşçilere yaralanma geçirip geçirmediği, geçirdikleri yaralanmanın vücuttaki bölgesini, yaralanmanın nerede meydana geldiği, yaralanma sonrasında devam edip edemediği ve spordan uzak kalma süreleri gibi sorulara yer verilmiştir. Anket formundan alınan cevaplardan yağlı güreşçilerde yaralanmalarla ilgili veriler elde edilmiştir.

VERİLERİN ANALİZİ

Elde edilen verilerin istatistiksel analizi için IBM SPSS 25 (Armonk, NY: ABD) istatistik paket prog-

ramı kullanılmıştır. Elde edilen değerlerin; ortalama, standart sapma, minimum, maksimum, frekans ve yüzde değerlerine bakılmıştır.

BULGULAR

Güreşçilere uygulanan bilgi formundan elde edilen veriler aşağıdaki tablolarda sunulmuştur. Buna göre:

Tablo 1'e bakıldığında; çalışmaya katılan güreşçilerin yaş ortalaması 25,48±4,51(yıl), spor yaşı ortalaması 13,11±4,13 (yıl), boy uzunluk ortalaması 181,21±5,68 (cm), vücut ağırlık ortalaması 89,59±8,79 (kg) ve beden kitle indeksi değer ortalamasının 27,22±1,68 (kg/m²) olduğu görülmektedir.

Tablo 2'de çalışmaya katılan güreşçilerin spor yaralanma bölgelerinin %45,9 üst ekstremitte, %23 alt ekstremitte, %13,2 sırt bölgesi, %11,3 baş bölgesi ve %6,6 oranında bel bölgesinde olduğu belirlenmiştir.

Tablo 3 incelendiğinde, çalışmaya dâhil olan güreşçilerin %92,8'lik oranının spor yaralanma probleminin devam etmediği görülmekteyken, %7,2'lik oranının spor yaralanma probleminin devam ettiği görülmektedir.

Tablo 4'te çalışmaya katılan güreşçilerin spor yaralanmalarının %75,5 oranında müsabaka esna-

TABLO 1: Çalışma grubu tanımlayıcı istatistikler.

n=318	$\bar{X}\pm SS$	Minimum	Maksimum
Yaş (yıl)	25,48±4,5	15	42
Spor yaşı (yıl)	13,11±4,1	2	26
Boy (cm)	181,21±5,6	162	195
Vücut ağırlığı (kg)	89,59±8,7	63	120
Beden kitle indeksi (kg/m ²)	27,22±1,6	22	34

SS: Standart sapma.

TABLO 2: Çalışmaya katılan güreşçilerin spor yaralanma bölgeleri.

n=318	Frekans	%
Üst ekstremitte	146	45,9
Alt ekstremitte	73	23
Bel bölgesi	21	6,6
Baş bölgesi	36	11,3
Sırt bölgesi	42	13,2
Toplam	318	100

sında geriye kalan %24,5'lik oranın ise antrenmanda meydana geldiği tespit edilmiştir.

Tablo 5 incelendiğinde, çalışmaya dâhil edilen güreşçilerin spor yaralanması meydana geldiğindeki güreş pozisyonu %45,9 yer güreşinde, %26,4'lük oranın ayak güreşi ve diz güreşinde olduğu, %1,3'ün ise hatırlamadığı görülmektedir.

Tablo 6 incelendiğinde, çalışmaya katılan güreşçilerin spor yaralanma sonrasında devam durumlarında %38,7'sinin müdahale ile devam ettiği, %35,2'sinin devam edemediği ve %26,1'inin ise müdahale olmadan devam ettiği belirlenmiştir.

TABLO 3: Çalışmaya dâhil edilen güreşçilerin spor yaralanma problemlerinin devam etme durumu.

n=318	Frekans	%
Evet	23	7,2
Hayır	295	92,8
Toplam	318	100

TABLO 4: Çalışmaya katılan güreşçilerin spor yaralanma durumlarının müsabaka-antrenman gerçekleşme durumu.

n=318	Frekans	%
Antrenmanda	78	24,5
Müsabakada	240	75,5
Toplam	318	100,0

TABLO 5: Çalışmaya katılan güreşçilerin spor yaralanmanın meydana geldiği andaki pozisyonları.

n=318	Frekans	%
Ayak güreşi pozisyonunda	84	26,4
Yer güreşi pozisyonunda	146	45,9
Diz güreşi pozisyonunda	84	26,4
Hatırlamıyorum	4	1,3
Toplam	318	100,0

TABLO 6: Çalışmaya katılan güreşçilerin spor yaralanma sonrasında devam durumu.

n=318	Frekans	%
Devam edemedim	112	35,2
Müdahale ile devam ettim	123	38,7
Müdahale olmadan devam ettim	83	26,1
Toplam	318	100,0

TARTIŞMA

Yağlı güreşçilerde görülen spor yaralanmalarının değerlendirilmesi amacıyla yapılan bu çalışmada; güreşçilerin spor yaralanmalarının %75,5'i müsabaka esnasında, %24,5'i antrenman esnasında meydana gelirken bu spor yaralanmalarının %45,9'unun üst ekstremite, %23'ünün alt ekstremite, %13,2'sinin sırt, %11,3'ünün baş ve %6,6'sının bel bölgesinde olduğu saptanmıştır. Güreşçilerin %67,9'u en az 1-2 defa yaralanmış, %92,8'i tedavi edilmiştir. Yaralanmaların %45,9'u yerdeki pozisyonlarda olmuş ve güreşçilerin %38,7'si sağlık değerlendirmesinin ardından müsabakaya devam etmişlerdir.

Park ve ark. tarafından yapılan çalışmada, elit seviyedeki kadın ve erkek güreşçilerin 2008-2017 yılları arasında spor yaralanma bölgeleri incelenmiştir. Çalışmadan elde edilen sonuçlara göre erkek güreşçilerinde sıklıkla görülen spor yaralanma bölgelerinin sırasıyla alt ekstremite, üst ekstremite, gövde ve baş boyun bölgesi olduğu rapor edilmiştir.²⁷

Akhmedov ve ark. tarafından yapılan çalışmada ise serbest ve grekoromen stil güreşçilerin spor yaralanma bölgelerinin görülme sıklığı karşılaştırılmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre serbest stil güreşçilerin yaralanma bölgelerinin en fazla diz, el ve bileklerde olduğu, grekoromen stil güreşçilerde (n=100) ise kaburga, sırt, omuz ve dirsek yaralanmasının daha fazla görüldüğü bildirilmiştir.¹⁸ Bu çalışmaların sonuçları mevcut çalışmanın sonuçları ile benzerlik göstermemektedir.

Yamaner ve ark. tarafından yapılan benzer bir çalışmada ise grekoromen stil güreşçilerde en fazla görülen spor yaralanma bölgelerinin üst ekstremite olduğu bildirilirken, serbest stil güreşçilerde yaralanma bölgelerinin alt ekstremite de daha sık görüldüğü rapor edilmiştir.²² Bu çalışmada, grekoromen stil güreşçilerden elde edilen bulgular mevcut çalışmanın bulguları ile örtüşmektedir. Ancak çalışmada spor yaralanmalarının antrenman esnasında daha yüksek oranda meydana geldiği, müsabaka esnasında ise daha az yaralanma olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlar mevcut çalışmanın sonuçlarıyla örtüşmemektedir. Bunun sebebinin yağlı güreş seyircisi ve müsabaka alanının etkisiyle güreşçiler üzerinde oluşan yüksek stresten kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Daneshmandi ve ark. tarafından yapılan benzer bir çalışmada, serbest stil güreşçilerin spor yaralanma bölgelerinin en fazla diz, el parmakları, omurga, el bileği, bel bölgesi, ayak bileği ve boyun bölgelerinde olduğu, grekoromen stil güreşçilerde ise boyun bölgesindeki spor yaralanmaların serbest stile göre daha yüksek olduğu bildirilmiştir.²⁸ Güreşçilerin (n=95) katıldığı başka bir çalışmada ise en sık yaralanan vücut bölgeleri sırasıyla %25,5 diz, %20 omuz, %15,2 uyluk ve %14,5 ayak bileği olduğu ve en sık görülen yaralanma bölgesinin alt ekstremitede olduğu rapor edilmiştir.³¹

Kolukisa ve Dinç. tarafından yapılan çalışmada ise güreş sporunda meydana gelen sakatlıkların vücut bölgelerine göre dağılımı incelenmiştir. Çalışmaya gençler ve büyükler kategorisinde 67 güreşçi katılmıştır. Çalışmamıza benzer şekilde anket yöntemi ile verilerin toplandığı bu çalışmada; güreşçilerin en fazla maruz kaldıkları spor yaralanmalarının; eklem, tendon ve diz yaralanmaları olduğu söylenmiştir.³²

Noh ve ark. tarafından güreşçilerinde dâhil olduğu mücadele sporlarında görülen spor yaralanma bölgelerinin değerlendirilmesi amacıyla yapılan çalışmada güreşçilerde görülen yaralanmaların alt ekstremitede ve boyun bölgesinde daha fazla olduğu rapor edilmiştir.³³

Atay ve ark. tarafından yapılan çalışmada, güreşçilerin spor yaralanma bölgelerini sırasıyla %43,4 diz, %33,6 ayak bileği ve %32,6 omuz bölgesi olduğu tespit edilmiştir.²³ Yard ve Comstock tarafından serbest ve grekoromen stil güreşçilerin yaralanma bölgeleri üzerine yapılan çalışmada, çalışmaya katılan serbest stil güreşçilerin spor yaralanma bölgelerini %28 baş/yüz, %23 diz, %15,9 omuz/klavikula, %11 el bileği/parmaklar %9,8 bel, %8,5 ayak bileği/parmaklar olarak belirtilmiştir.²⁰

2016 Rio olimpiyatlarına katılan güreşçilerin (n=231) yaralanma bölgelerini araştırmak amacı ile yapılan çalışmada müsabakalar süresince meydana gelen yaralanmaların %36,4 oranla baş bölgesinde olduğu tespit edilmiştir.²⁴ 1951 yılından 2005 yılına kadar güreş spor branşında meydana gelen spor yaralanmaları üzerine yapılan bir metaanaliz çalışmasında güreşçilerde görülen en sık yaralanma bölgelerinin sırasıyla baş, omurga, gövde bölgelerinde olduğunu bunu üst ve alt ekstremitenin izlediği tespit

edilmiştir.¹⁹ Bu çalışmaların sonuçlarına bakıldığında baş bölgesi yaralanmalarının ön plana çıktığı görülmektedir. Mevcut çalışmada ise baş bölgesinin görülme sıklığı %11,3 oran ile 4. sırada saptanmıştır. Dolayısıyla sonuçlar mevcut çalışmanın sonuçlarıyla benzer değildir.

Güreşçilerde yaralanma sıklığını inceleyen çalışmalara bakıldığında elde edilen değerler ile mevcut çalışmanın değerlerinin değişkenlik gösterdiği görülmektedir.^{17,19,20,23,27,28,31} Bunun sebebinin güreşin birçok teknik-taktik ve stratejiyi içerisinde barındırması rakipten gelen atakların çeşitliliği ve yapılan güreş stiline karakteristik özelliğinin etkili olması gibi nedenler söylenebilir.⁵ Örneğin grekoromen güreşte tekniklerin vücudun üst bölgesine uygulanmasından dolayı spor yaralanmalarının bu bölgelerde yoğunlaştığı ve serbest stil güreşte iste vücudun alt bölgelerine de tekniklerin uygulanmasından dolayı bu bölgelerde spor yaralanma sıklığı daha yüksek oranda görülmektedir.^{17,22,28} Ayrıca çalışmaların tasarımında yaralanma bölgelerinin farklı guruplara ayrılması sonuçların değişkenlik göstermesindeki bir başka faktördür. Bazı çalışmalar alt ve üst gövde şeklinde daha genel bir gruplandırma yaparken bazı çalışmalar da detaylı bir rapor sunulmaktadır.^{18,21,22,28} Öte yandan yağlı güreşte güreşçilerin vücutlarına sürdükleri zeytinyağının ve müsabaka esnasında giydikleri deriden yapılmış “kispet” diye adlandırılan kıyafetin de yaralanmalar için diğer bir faktör olduğu söylenebilir.⁷

Çalışmada üst ekstremitede bölgesi %45,9'luk bir oranla en sık yaralanma görülen bölge olduğu saptanmıştır. Bunun sebebinin, yağlı güreşte uygulanan kispetin kalın dikişli bel bölgesi olan kasnaktan tutma çekme ve itmenin kontra atağı olarak sıyirtma tekniğinin uygulanmasından kaynaklandığı söylenebilir.

Alt ekstremitede görülen yaralanmaların ise rakipten gelen tırpan ve dalma gibi tekniklerden olabileceği söylenebilir. Bunun yanında sırt, baş ve bel gibi bölgelerin salto, supleks, künde ve boyunduruk gibi kombine tekniklerden kaynaklandığı ve ayrıca güreş alanında bulunan çim sahanın bozulması ve sertleşmesinin sonucunda sakatlanma riskini artırabileceği düşünülebilir.

Çalışmadan elde edilen bulgulardan birisi de spor yaralanmalarının meydana geldiği güreş pozis-

yonudur. Bu pozisyonların %45,9'unun yer güreşinde, %26,4'ünün ayak güreşinde ve yine aynı oranla diz güreşinde olduğu, %1,3'ünün ise hatırlamadığı tespit edilmiştir. Yağlı güreş müsabaka kurallarına baktığımızda yer güreşinin teknik yapılmadan 2 dk'dan fazla süremeyeceği belirtilmektedir.³⁴ Ancak yağlı güreşçiler yer güreşini teknik-taktik stratejiler sonucunda uzatmaktadır. Dolayısıyla yağlı güreşin büyük bir bölümü yer güreşinde geçebilmektedir. Yer güreşi pozisyonunda yaralanmaların fazla olmasının nedeninin bundan kaynaklı olabileceği düşünülmektedir. Mevcut çalışmada elde edilen diğer bir bulguya göre spor yaralanmalarının %75,5'i müsabaka esnasında, %24,5'i ise antrenmanda meydana gelmiştir. Tazegül yaptığı çalışmada, sporcuların müsabaka esnasında seyirci ve kazanma arzusunun etkisiyle stres altında performansının en üst seviyelerine çıkmak için sınırlarını zorlayabildiğini ifade etmiştir.³⁵ Dolayısıyla mevcut çalışma elde edilen müsabakada yaralanma oranının yüksekliğinin, sporcuların müsabaka şartları altında sınırlarının üst limitlerini zorlayarak antrenmanlara göre daha sert geçmesinin neticesinde olduğuna inanılmaktadır.

SONUÇ

Çalışmadan elde edilen bulgulara göre; yağlı güreşçilerin spor yaralanmalarının %75,5'i müsabaka esnasında, %24,5'i antrenman esnasında meydana gelirken bu spor yaralanmalarının %45,9'u üst ekstremitte, %23'ü alt ekstremitte, %13,2'si sırt, %11,3'ü baş ve %6,6'sı bel bölgesinde olduğu saptanmıştır.

Güreşçilerin %67,9'u en az 1-2 defa yaralanmış, %92,8'si tedavi edilmiştir. Yaralanmaların %45,9'u yerdeki pozisyonlarda olmuş ve güreşçilerin %38,7'si sağlık değerlendirmesinin ardından müsabakaya devam ettiği tespit edilmiştir. Spor yaralanma riskinin yüksek olduğu bölgeler antrenmanlarla güçlendirilip, eklem hareket genişliğinin artırılması için esneklik programlarının uygulanması önerilmektedir. Ayrıca bundan sonra yapılacak çalışmalarda yağlı güreş sporuyla uğraşan sporcularda spor yaralanmalarına zemin hazırlayan faktörler ve bunlara karşı ne tür tedbirler alınacağına yönelik araştırmalar planlanabilir.

Finansal Kaynak

Bu çalışma sırasında, yapılan araştırma konusu ile ilgili doğrudan bağlantısı bulunan herhangi bir ilaç firmasından, tıbbi alet, gereç ve malzeme sağlayan ve/veya üreten bir firma veya herhangi bir ticari firmadan, çalışmanın değerlendirme sürecinde, çalışma ile ilgili verilecek kararı olumsuz etkileyebilecek maddi ve/veya manevi herhangi bir destek alınmamıştır.

Çıkar Çatışması

Bu çalışma ile ilgili olarak yazarların ve/veya aile bireylerinin çıkar çatışması potansiyeli olabilecek bilimsel ve tıbbi komite üyeliği veya üyeleri ile ilişkisi, danışmanlık, bilirkişilik, herhangi bir firmada çalışma durumu, hissedarlık ve benzer durumları yoktur.

Yazar Katkıları

Fikir/Kavram: Özgür Nalbant; **Tasarım:** Özgür Nalbant; **Denetleme/Danışmanlık:** Özgür Nalbant; **Veri Toplama ve/veya İşleme:** Rüstem Kale; **Analiz ve/veya Yorum:** Rüstem Kale; **Kaynak Taraması:** Rüstem Kale; **Makalenin Yazımı:** Özgür Nalbant, Rüstem Kale; **Eleştirel İnceleme:** Özgür Nalbant.

KAYNAKLAR

1. Aydos L, Taş M, Akyüz M, Uzan A. Genç elit güreşçilerde kuvvetle bazı antropometrik parametrelerin ilişkisinin incelenmesi [Investigation of the relationship between strength and some anthropometric parameters in young elite wrestlers]. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 2009;11(4):1-10. [Link]
2. United World Wrestling [Internet]. © United World Wrestling 2023 [Cited: August 25, 2021]. Development. Available from: [Link]
3. Cicioğlu İ, Kürkçü R, Eroğlu H, Yüksek S. 15-17 yaş grubu güreşçilerin fiziksel ve fizyolojik özelliklerinin sezonsal değişimi [Seasonal changes on some physical and physiological characteristics of wrestlers aged 15-17 years]. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 2007;5(4):151-6. [Crossref]
4. Alper E. Yıldız güreşçilerde gövde stabilitesi, denge ve fonksiyonel hareketlilik düzeyi ile güreş performansı arasındaki ilişki [Yüksek lisans tezi]. Sakarya: Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi; 2020. [Erişim tarihi: 17 Şubat 2022]. Erişim linki: [Link]
5. Baić M, Trajković N, Đorđević D, Stanković M, Pekas D. Strength profile in wrestlers-a systematic review. *Archives of Budo*. 2022;18:151-64. [Link]
6. Uslu F. Türk yağlı güreşleri ile İsviçre Schwingen güreşleri arasındaki benzeşen kültür dokuları [Similar cultural patterns between Turkish oil wrestling and Swiss Schwingen wrestling]. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 2016;1(1):44-59. [Link]
7. Karadoğan UC. Geçmişten geleceğe uzanan kültürel miras: Kırkpınar yağlı güreşleri [Doktora tezi]. Ankara: Ankara Üniversitesi; 2020. [Erişim tarihi: 07 Temmuz 2022]. Erişim linki: [Link]

8. Karataş A. Asırlık Çınar İstanbul Güreş İhtisas Kulübü 1919. 1. Baskı. İstanbul: Kırk Yayınevi; 2015.
9. Özdemir G, Çalışkan V. Geleneksel bir sporun coğrafyası: Türkiye'de yağlı güreşler (Kırkpınar-Edirne ve Çardak-Çanakkale Güreşleri) [Geography of a traditional sport: oil wrestles in Turkey (wrestles in Kırkpınar, Edirne and Çardak, Çanakkale)]. International Geography Symposium on the 30th Anniversary of TUCAUM Proceedings. 2015:501-21. [Link]
10. Gümüş A. Şampiyonlar Geçiyor. 1. Baskı. Ankara: Türk Güreş Vakfı Yayınları; 1996.
11. Erol B, Karahan M. Çocuklarda spor yaralanmaları [Sports injuries in children]. Türkiye Klinikleri. Journal Pediatr Science. 2006;2(4):89-97. [Link]
12. Kolkısa Ş, Çolak H, Karakoç S. Güreşçilerde spor sakatlıklarının vücut bölgelerine göre dağılımının araştırılması [Investigation of distribution of sport injuries according to body regions of wrestlers]. Journal of Current Researches on Social Sciences. 2018;8(1):245-54. [Link]
13. Watson AWS. Sports injuries: incidence, causes, prevention. Physical Therapy Reviews. 1997;2(3):135-51. [Crossref]
14. Chaabene H, Negra Y, Bouguezzi R, Mkaouer B, Franchini E, Julio U, et al. Physical and physiological attributes of wrestlers: an update. J Strength Cond Res. 2017;31(5):1411-42. [Crossref] [PubMed]
15. Thomas RE, Zamanpour K. Injuries in wrestling: systematic review. Phys Sportsmed. 2018;46(2):168-96. [Crossref] [PubMed]
16. Bereket K. Futbolda Sık Karşılaşılan Yaralanmalar ve Önleyici Programlar. Academic Studies on Natural and Health Sciences. 2019. 26:351-65. [Link]
17. Halloran L. Wrestling injuries. Orthop Nurs. 2008;27(3):189-92; quiz 193-4. [Crossref] [PubMed]
18. Akhmedov R, Demirhan B, Cicioğlu İ, Canuzakov K, Türkmen M, Gunay M. Injury by regions seen in greco-roman ve freestyle wrestling. Türk Spor ve Egzersiz Dergisi. 2016;18(3):99-107. [Link]
19. Hewett TE, Pasque C, Heyl R, Wroble R. Wrestling injuries. Med Sport Sci. 2005;48:152-78. [Crossref] [PubMed]
20. Yard EE, Comstock RD. A comparison of pediatric freestyle and Greco-Roman wrestling injuries sustained during a 2006 US national tournament. Scand J Med Sci Sports. 2008;18(4):491-7. [Crossref] [PubMed]
21. Shadgan B, Feldman BJ, Jafari S. Wrestling injuries during the 2008 Beijing Olympic Games. Am J Sports Med. 2010;38(9):1870-6. [Crossref] [PubMed]
22. Yamaner F, Imamoglu O, Atan T, Evli F, Karacabey K, Sevindi T, et al. The injuries of Turkish national free-style and Graeco-Roman wrestlers. Med Sport. 2010;65(4):549-61. [Link]
23. Atay E, Tanır H, Çetinkaya E. Güreşçilerde sakatlık bölgelerinin araştırılması [Investigation of disability regions in wrestlers]. Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi. 2017;1(1):1-4. [Link]
24. Shadgan B, Molnar S, Sikmic S, Chahi A. Wrestling injuries during the 2016 Rio Olympic games. British Journal of Sports Medicine. 2017;51(4):387. [Crossref]
25. Sandeep U, Kuloor HA. Comparative study on common injuries among the Greco roman and free style wrestlers among university wrestlers. International Journal of Physiology, Nutrition and Physical Education 2017; 2(1): 193-5. [Link]
26. Kabak B, Karanfilci M, Karakuyu N. Güreş ve judo spor dallarında görülen spor yaralanmalarının karşılaştırılması [A comparison of sports injuries in judo and wrestling sports]. Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi. 2017;8(2):107-22. [Crossref]
27. Park KJ, Lee JH, Kim HC. Injuries in male and female elite Korean wrestling athletes: a 10-year epidemiological study. Br J Sports Med. 2019;53(7):430-5. [Crossref] [PubMed]
28. Daneshmandi H, Zolghadr H, Sedaghati P. Comparing the musculoskeletal injuries between the professional greco-roman and freestyle wrestlers. Physical Treatments-Specific Physical Therapy Journal. 2020;10(1):15-22. [Crossref]
29. Karasar N. Bilimsel Araştırma Yöntemleri. 24. Baskı. Ankara: Nobel Yayınevi; 2012.
30. Çıngır H. Örnekleme Kuramı. 2. Baskı. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Basımevi; 1994.
31. Barroso BG, Silva J, Garcia A, Ramos N, Martinelli M, Resende V, et al. Musculoskeletal injuries in wrestling athletes. Acta Ortopédica Brasileira. 2011;19(2):98-101. [Crossref]
32. Kolkısa Ş, Dinç F. Farklı branşlarda spor yapan sporcuların sakatlıklarının araştırması [Sports injury that athletes of different branches research]. Eurasian Academy of Sciences Eurasian Education Literature Journal. 2016;(6):1-8. [Link]
33. Noh JW, Park BS, Kim MY, Lee LK, Yang SM, Lee WD, et al. Analysis of combat sports players' injuries according to playing style for sports physiotherapy research. J Phys Ther Sci. 2015;27(8):2425-30. [Crossref] [PubMed] [PMC]
34. TGF Türkiye Güreş Federasyonu. Türkiye Güreş Federasyonu Yağlı Güreş Müsabaka Talimatı. Erişim tarihi: 02 Ekim 2022. Erişim linki: [Link]
35. Tazegül Ü. Bireysel sporcuların stresle başa çıkma tarzlarının karşılaştırılması [Comparison of the styles of coping with stress of individual athletes]. Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi. 2012;3(2):13-22. [Link]