

RUN-SAFE

Motiveret og fastholdt løbetræning på et evidensbaseret grundlag

Introduktion

Løbeforskningen har siden 2010 været et etableret forskningsområde ved Ortopædkirurgisk Forskningsenhed på Aalborg Universitetshospital. Resultaterne fra forskningen har været dækket massivt af pressen og den høje forskningskvalitet som gruppen har leveret, betød, at "Motiveret og fastholdt løbetræning på et evidensbaseret grundlag: RUN-SAFE" i November 2013 blev udnævnt til spydspidsfunktion på Aalborg Universitetshospital. En spydspids udmærker sig som en højt specialiseret aktivitet ved anerkendt forskning og uddannelse, ved tværfagligt samarbejde, ved at samarbejde nationalt som internationalt samt ved at dokumentere kvaliteten i sit arbejde.

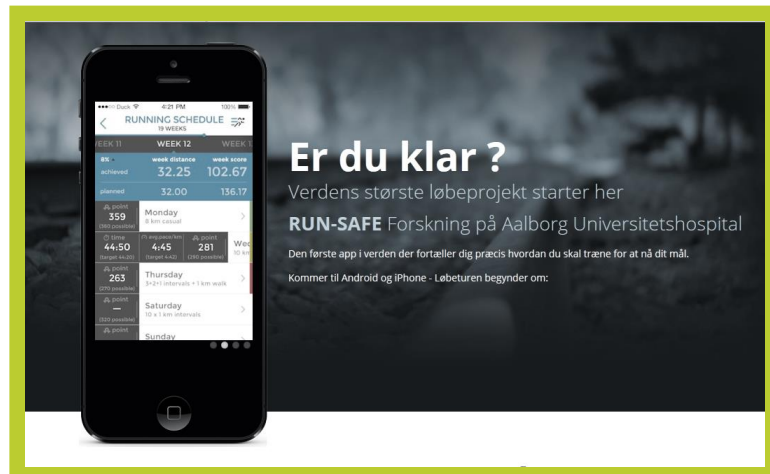
RUN-SAFE's primære opgave er, at understøtte og kvalificere forskningsaktivitet indenfor løb med det sigte, at sikre evidensbaseret viden om profylakse og behandling af løbeskader på et højt fagligt niveau og af høj kvalitet.

Status Marts 2014

Siden 2010 er der publiceret 14 artikler i peer reviewede tidsskrifter samt 6 abstracts. Aktuelt er der tilknyttet 4 PhD studerende, hvoraf 1 er klar til forsvar august 2014.

Mission

Vores mission er at motivere og fastholde løbere på alle niveauer i deres træning med minimal risiko for skade. Vores mission er også, at skabe evidensbaseret viden af høj kvalitet om løbetræning og formidle denne viden på en forståelig måde. Opgaven for RUN-SAFE er, at nybegyndere, motionister og erfarne løbere fastholdes i løbetræning gennem identificering af løbeprogrammer, som er motiverende og ved at identificere faktorer der gør, at løbeskader forebygges samt at løbere der skades sikres den bedste behandling.



"Vores vision er, at identificere årsager til løbeskader, sikre målrettet profylakse og effektiv behandling af løbeskader gennem motiverende træningsprogrammer "

- Rasmus Ø. Nielsen, PhD, Daglig leder af RUN-SAFE

RUN-SAFE's VISION:

- Førende center for løbeforskning.
- Forske, studere og innovere indenfor løb.
- Identificere årsager til løbeskader, målrettet profylakse og rette behandling af løbeskader.
- Motiverende løbeprogrammer.
- Samarbejde med forskere, private virksomheder, pressen og andre interessenter.

VÆRDIGRUNDLAG: Vi har en kritisk holdning til graden af evidens, samt at det vi har målt, ikke afspejler det, vi ikke har målt.

Mål

- Sikre internationalt samarbejde med andre centre i Europa, senere worldwide.
- Offentliggøre mindst 12 publikationer per år i peer reviewed tidsskrifter.
- Udvikle den ultimative løbeguide for nybegyndere, motionister, øvede og elite.
- Oprette et internationalt tidsskrift: "Journal of Running".
- Indsende mindst 20 fondsansøgninger årligt.

Målene indfries ved: at forskningen tager udgangspunkt i relevante problemstillinger, som kan relateres til det daglige kliniske arbejde og dermed sikrer en høj standard i patientbehandlingen; at vi har et etableret samarbejde med danske og udenlandske forskningsinstitutioner; at vi har en entydig og solid forskningsorganisation og -struktur med sufficient vejlederkapacitet og selvstændige økonomiske rammer med en enkel økonomistyring; at vi har tilstrækkelige fysiske rammer i form af kontorer og forskningslaboratorier og vi sikrer at den enkelte forskers aktivitet fremhæves og synliggøres.

Kernekompetencer

- Gennemføre forskningsprojekter med mange deltagere.
- Anvendelse af sofistikerede web-baserede løsninger.
- Stærk tværfaglig gruppe.

Vores kernekompetence er, at vi er i stand til at gennemføre large-scale prospektive kohorte studier og interventionsforsøg på 100.000 løbere. Dette er muligt fordi vi benytter sofistikerede web-baserede løsninger til indsamling af spørgeskemadata samt data fra GPS-ure og smartphones. Desuden har vi specialkompetencer inden for time-to-event analyse og repeated measurements analyse således at vi kan analysere vores data på højt videnskabeligt niveau og på en nuanceret måde. Tilmed er vi en tværfaglig gruppe af læger, fysioterapeuter, idrætsfolk, jordemødre, biomekanikere, biostatistikere, epidemiologer og IT-udviklere. Dette sikrer, at vi altid har den fornødne ekspertise til rådighed.



Billede af RUN-SAFE gruppen fra Januar 2014.

“VI ER ET AKTIVT OG RUMMELIGT MILJØ HVOR ALLE UDFORDRES, TAGER ANSVAR OG BIDRAGER TIL FÆLLESSKABET”

- Sten Rasmussen, Forskningsansvarlig overlæge, Aalborg Universitets Hospital

RUN-SAFE

Aalborg Universitets Hospital

Forsknings Hus
Søndre Skovvej 15
Lokale: 605
Aalborg, 9000
P: +45 1618 1599
E: ragn@m.dk
www.RIINSAFE.dk