

Stručni članak**Zdravstvena zaštita sportista
- izvod iz novog Zakona o sportu -****Milovan Erić**

Dispanzer za medicinu sporta, Zdravstveni centar, Kragujevac

UVOD

Zdravstvena zaštita sportista i osoba koje se bave fizičkom aktivnošću, danas je postala vrlo važan segment zdravstvene zaštite jedne nacije. Pred sportskom medicinom, koja je nosilac ove zaštite, postavljaju se brojni i raznoliki problemi. Zadnjih nekoliko decenija pojavio se problem *hipokinezije*, što je jedan od glavnih uzroka pojavi epidemija masovnih, hroničnih, nezaraznih bolesti. Na drugom kraju u vrhunskom sportu, koji se sve više komercijalizuje, prisutna su opterećenja koja vrlo često prevazilaze fiziološke granice adaptacije. Tu je i sve masovnija pojava dopinga pa sportska medicina mora da se sa zakonodavnim telima uhvati u koštac sa ovom negativnom pojavom.

Zdravstvena zaštita sportista uslovno bi se mogla podeliti na 4 segmenta

- 1. Preventivni zdravstveni (sistematski) pregledi**
- 2. Delokrug rada klupskog lekara**
- 3. Medicinsko obezbeđenje na takmičenjima**
- 4. Borba protiv dopinga**

PREVENTIVNI ZDRAVSTVENI PREGLEDI

Preventivni zdravstveni ili sistematski pregledi obavljaju se u specijalističkim sportskomedicinskim ustanovama - ambulantom sportske medicine, dispanzerima sportske medicine, zavodima sportske medicine i na institutima sportske medicine. U njima rade specijalisti sportske medicine. U ovim sportskomedicinskim ustanovama obavlja se najznačajniji deo zdravstvene zaštite sportista. Pored preventivnih sistematskih zdravstvenih pregleda ovde se leče bolesni/povređeni sportisti, iz delokruga sportske medicine i vrše funkcionalna testiranja. Preventivni zdravstveni pregledi vrše se po jedinstvenoj metodologiji preporučene od strane Sekcije za sportsku medicinu SLD i Udruženja za medicinu sporta Srbije. U ovim ustanovama vrši se obuka klupskih lekara, drugih zdravstvenih radnika i praktični deo sportske medicine.

DELOKRUG RADA KLUPSKOG LEKARA

Klupski lekar je lekar cele ekipe. On je nekada i jedina veza između sportiste i zdravstva. Rešava najveći deo sportsko-medicinskih problema sportista. Zbog kompleksnog zadatka koji obavlja on mora biti u permanentnoj edukaciji i treningu. Njegova sveobuhvatna zaštita sportista mogla bi se podeliti na sledeće delove:

1. Kontrola zdravstvenog stanja sportista
2. Lečenje b/p sportista
3. Funkcionalna testiranja
4. Dežurstvo na utakmicama
5. Oporvak
6. Praćenje na putovanjima i pripremama
7. Medicinski problemi ženskog sporta
8. Specifičnost omladinskog sporta
9. Zdravstveno vaspitanje sportista
10. Medicinski problemi selekcije u sportu

Kontrola zdravstvenog stanja sporetista

Kontrola zdravstvenog stanja sportista obavlja se putem preventivnih sistematskih zdravstvenih pregleda prema Pravilniku UMSS i SMS-SLD. Ovim Pravilnikom regulišu se pregledi sportista svih kategorija, sudija, delegata i trenera. Ovi preventivni zdravstveni pregledi obavljaju se isključivo od strane specijalista sportske medicine a u već navedenim sportskomedicinskim ustanovama.

Lečenje bolesnih/povredjenih sportista

Uloga klubskog lekara ovde je direktna (analogija porodičnom lekaru u zbrinjavanju članova porodice). Klubski lekar vrlo značajnu pomoć dobija od strane sportskog traumatologa i specijaliste za fizikalnu medcinu i rehabilitaciju.

Funkcionalna testiranja

Rezultati sa funkcionalnog testiranja su od neprocenjive vrednosti za šefa stručnog štaba. Naravno, u laboratoriskim uslovima mogu se testirati sve psihofiziološke sposobnosti sportista. Široka lepeza funkcionalnih testova zavisi od tehničke opremljenosti laboratorije a na klubskom lekaru je koje će testove da odabere.

Dežurstvo nama utakmica

U istorijskom razvoju jedna od prvih uloga sportskog lekara bila je dežurstvo na utakmicama-takmičenjima. Dežurstvo na utakmicama je potrebno ne samo radi ukazivanja prve medicinske pomoci već i zbog evidentiranja mehanizma nastanka povrede na terenu. Takođe po svim propisima medicinsko obezbedenje mora biti prisutno na javnim takmičenjima.

Oporvak.

Ako pođemo od činjenice da su dijagnosticke metode u otkrivanju u otkrivanju bolesti, kao i dijagnostika i operativa u sportskoj trauntologiji dostigli jedan zavidan nivo, jedno od centralnih pitanja je pitanje oporavka u sportu, posle trenažnih/takmičarskih opterećenja. Danas, takmičenja u sportu su učestala i vrlo često se odvijaju u formi turnira pa pitanje oporavka postaje jos značajnije. Uopšte sva sredstva oporavka dele se na tri velike grupe: pedagoška, psihološka i medicinsko-biološka. Koje će sredstvo da se upotrebi, kako ce se kombinovati sa drugima i u kom vremenskom redosledu odlučuje klubski lekar. Postoji veliki broj sredstava oporavka. Nekima je provereno dejstvo a neka se jos ispituju. Pri primeni ovih sredstava klupski lekar mora voditi računa i o individualnom reagovanju sportiste prilikom korišćenja. Mogućnost je velika počev od pasivnog odmora, masaže, fizikalnih procedura, pa do remineralizacije, adekvatno

odabranih suplemenata pa do neutralizacije slobodnih radikala. Naravno, za ovo klupski lekar mora koristiti dostignuća drugih medicinskih disciplina i pomoć ostalih medicinskih specijalnosti.

Praćenje na putovanjima i pripremama

Na putovanjima i turnirskim takmičenjima javljaju se niz medicinskih problema koji u uobičajenim uslovima ne postoje. Zbog toga je potrebno da klupski lekar bude sa ekipom da bi nastale probleme brze i efikasnije uklonio. Prisustvo klupskog lekara (posebno ako je uspostavljen dobar odnos sa sportistima) u ovakvim uslovima predstavlja jednu vrstu psihološkog oslonca.

Medicinski problemi ženskog sporta

Zadnjih decenija javlja se tendencija da sve više žena učestvuje u sportovima koji su bili rezervisani isključivo za muškarce. U neposrednoj prošlosti, na primer, postojala je dilema da li žene treba da igraju fudbal. Italijanski ministar zdravlja, 1975 god., zabranio je ženama da se bave fudbalom (i jos nekim sportovima). Ministarstvo zdravlja bivšeg Sovjetskog Saveza (navodno kao rezultat naučnog istraživanja) izjavilo je da fudbal nije za žene. Ove dileme u ne tako davnoj prošlosti i specifičnost ženskog organizma nameću potrebu posebnog prilaza kada su u pitanju problemi ženskog sporta.

Specifičnosti omladinskog sporta

U decijem i omladinskom sportu potreban je pojačani zdravstveni nadzor i kontrola. Ovo stoga što je mladi sportista još u fazi rasta i razvoja pa dozirana fizička aktivnost deluje kao lek a prekomerna opterećenja mogu da ometu ove procese a mozda čak dovesti i do težih posledica.

Zdravstveno vaspitanje sportista

Trener radeći u dečijem i omladinskom sportu ima istovremeno i ulogu pedagoga. Klupski lekar brine se o zdravstvenom vaspitanju ove kategorije sportista. U ovom periodu mladi sportista najlakše će usvojiti principe zdravstvenog vaspitanja a kasnije preneti na porodicu i širu zajednicu čiji jen član.

Medicinski problemi selekcije

Rana selekcija u sportu je jedan od važnih preduslova za postizanje vrhunskih rezultata. Klupski lekar brinući se o zdravlju mladog sportiste testira njegove morfološke karakteristike i psihomotorne sposobnosti. On učestvuje u svim etapama selekcije. Pri tome treba reći da praksa i teorija jos nisu dale adekvatne odgovore kako se otkrivaju talenti u sportu i kako se vrši selekcija. Još ne postoje sportsko-medicinski kriterijumi i metodologija kako se vrši selekcija u sportu. Ovaj problem je u većini sportova nedovoljno istražen pa se od sportsko-medicinske nauke očekuje da reši ovaj problem.

MEDICINSKO OBEZBEĐENJE NA TAKMIČENJIMA

Sva sportska takmičenja od onih na nivou lokalne zajednice do profesionalnih sportskih takmičenja moraju biti medicinski obezbeđena. Principi medicinskog obezbeđenja su isti za sve ove manifestacije. Pri planiranju medicinskog obezbeđenja treba uzeti u razmatranje prirodu sporta , broj učesnika, okolinu i rizik povređivanja. Ovo su elementi koji određuju potrebna sredstva i medicinsko osoblje. Važno je da lekar i drugo stručno

osoblje bude obučeno o osnovama pružanja prve pomoći i tehnikama kardiopulmonalne reanimacije. Sportski objekti zavisno od veličine i namene moraju obezbediti propisane prostorije za tu namenu.

BORBA PROTIV DOPINGA

O problemu dopinga brine se Olimpiski pokret, Vlade, Međunarodna udruženja koja povezuju stručnjake u sportu, a po najviše FIMS. Borba protiv dopinga u nasoj zemlji mora se odvijati na više nivoa. Sigurno je da klupski lekar tu mora odigrati ključnu ulogu jer je u neposrednom kontaktu sa sportistom. Ovde lekar nema samo lečeću ulogu već mora biti vaspitač, savetnik i detektiv.

IZVOD IZ PREDLOGA NOVOG ZAKONA O SPORTU REPUBLIKE SRBIJE

Član 17

Sportista takmičar može učestvovati na takmičenju ako je najmanje dva puta godišnje i to pre i tokom sistema takmičenja, utvrđena njegova zdravstvena sposobnost, u skladu sa ovim zakonom. Zdravstvena sposobnost sportiste takmičara obavezno se utvrđuje prilikom prelaska iz jedne u drugu sportsku organizaciju. Utvrđivanje zdravstvene sposobnosti iz stava 1. i 2. ovog člana može se obavljati u zdravstvenim ustanovama, lekarskim ordinacijama odnosno dispanzerima pod uslovom da imaju specijalistu sportske medicine. Način i postupak utvrđivanja zdravstvene sposobnosti sportista takmičara od strane zdravstvene ustanove, lekarske ordinacije odnosno dispanzera iz stava 2. ovog člana uređuje ministar nadležan za poslove sporta. Ispunjenost uslova za utvrđivanje zdravstvene sposobnosti sportista takmičara iz stava drugog ovog člana utvrđuje ministarstvo nadležno za poslove sporta. Zdravstvena ustanova, lekarska ordinacija, odnosno dispanzer iz stava 3. ovog člana dostavlja ministarstvu nadležnom za poslove sporta, kao i Republičkom zavodu za sport, odnosno Pokrajinskom zavodu za sport, jednom godišnje izveštaj o svom radu. Troškove utvrđivanja zdravstvene sposobnosti iz stava 1. i 2. ovog člana snosi sportska organizacija ili sportista takmičar u skladu sa sportskim pravilima ako zakonom nije drugačije određeno.

Član 18

Sportisti takmičaru prilikom prve registracije za određenu sportsku organizaciju otvara se sportski medicinski karton u koji se upisuju podaci u vezi utvrđenja njegove zdravstvene sposobnosti iz člana 17 stav 1. ovog zakona hroničnih bolesti, težih sportskih povreda i drugih okolnosti koje su bitne za njegovu zdravstvenu sposobnost za bavljenje sportskim aktivnostima. Sportski medicinski karton otvara i popunjava organizacija iz člana 17. stav 3. ovog zakona. Sadržaj i obrazac sportsko medicinskog kartona utvrđuje ministar nadležan za poslove sporta. Sportista takmičar obavezan je da prilikom svakog utvrđivanja zdravstvene sposobnosti preda sportsko medicinski karton organizaciji iz 17. stav 3. ovog zakona.

KONTAKT:

Milovan Erić
Dispanzer za medicinu sporta
Zdravstveni centar, Kragujevac

Telefon (034) 325000
E-mail ericsportmed@ptt.yu