

Účast lékaře v řízení tréninkového procesu

MUDr. Martin Komzák, Ph.D.

Účast lékaře v řízení tréninkového procesu

- člen RT
- postavení v RT – smlouva o výkonu
- chyby lékařů – chtěli by trénovat !

Účast lékaře v řízení tréninkového procesu

■ A/ Kurativa

- Nutnost respektovat i ve sportu postupy lege artis v medicíně
- Specifika pro sport/profesionální sport – problém léčby klidem
- Pouze zdravý sportovec podá 100% výkon
- Závodit přes zdravotní obtíže – hlavně akutní onemocnění je problematické

Účast lékaře v řízení tréninkového procesu

B/ Vliv na trénink

■ *1/ Funkční vyšetření*

- Provádění vyšetření – specializovaná pracoviště (vybavení)
- **Interpretace výsledků – lékař družstva – trenér**

- **Obecná funkční vyšetření** – pro sporty, kde je nutná obecná zdatnost (hry)

- **Specifická funkční vyšetření** – modelové testy co do intenzity a délky zátěže

- **Žádný parametr funkčního vyšetření nekoreluje s výsledky v daném sportu**
- **Při hodnocení ve špičkovém sportu – preferovat intraindividuální sledování**

Účast lékaře v řízení tréninkového procesu

B/ Vliv do treninku

- Zjišťuje maximální parametry:
- T_f max., VE max., VO_2 max.!! – *trénovatelnost*

Hodnoty VO_2 max pro uvedené sporty 60-65 ml O_2/kg – při těchto a vyšších hodnotách není obecná zdatnost limitující v daném sportu (u žen 55-60 ml)

- Dopor.: v tréninku kolektivních her rozdělení do skupin dle $\text{VO}_2 \text{ max}$ – dle výsledku zaměřit se na rozvoj aerobní kapacity

Zdravotní zabezpečení sportovní akce

- Rozdělení tělovýchovných akcí:
- **sportovní akce** (slety, turnaje, zápasy,...)
- **rekreační akce** (školní výcviky, tábory,...)

Zajištění sportovní akce:

- zdravotně bezpečnostní průzkum místa akce
- hygienická kontrola objektu
- kontrola hygieny stravování a ubytování
- vlastní zdravotnické zajištění akce (rizikové sporty, velký počet vystupujících, odlehlá místa)
- kontrola zdravotního stavu před závodem (boxeři)
- zajištění první pomoci a lékařské pomoci

- Hlavní odpovědnost: účastník, vedoucí akce
 - v tréninku: Trenér, sportovec
 - v soutěži: Ředitel závodu – soutěže
- Cíl - ochránit zdraví účastníků
- Opatření
 - Prevence – předcházení zdrav. problémů
 - Příprava na řešení zdravotních problémů
- Spolupráce se zdravotním zařízením (lékařem) příslušné specializace
 - konzultace, písemná žádost a smlouva

Rozhodování o způsobu zabezpečení podle druhu a míry rizika poškození zdraví:

- Druh sportu s určitým rizikem
 - úrazů
 - vyčerpání, dehydratace, přehřátí, prochlazení
- s mírou nedostupnosti RZP a zdrav. zařízení
- Počet účastníků – sportovců a diváků
- Společenský význam (mezinárodní ...)



Příklady sportů seřazených podle rizikovosti a nároků na zabezpečení

Odlehlé - riziko SELHÁNÍ + ÚRAZŮ

V sídlišti - riziko SELHÁNÍ + ÚRAZŮ

Maratony a ultramaratony – cyklistické, plavecké, běžecké

Úpolové sporty - box, full contact, zápas, judo

Cyklistika – horská kola, silniční, dráhová,

Lední hokej, Fotbal, Ragby, Házená, Baseball, Squash

Duatlon, Triatlon, Kvadriatlon

Sportovní gymnastika

Akrobatické a sjezdové lyžování, Skoky na lyžích

Atletika

Otužilecké plavání

Basketbal, volejbal

Orientační běh

Tenis, Badminton, Stolní tenis

Běh na lyžích

Plavání v bazénu

Turistika

Kuželky, Golf, Curling

■ **PERSONÁL**

- Vzdělání, zkušenosti, oficiální kvalifikace
 - zdravotník ČČK
 - zdravotní sestra, fyzioterapeut
 - lékař podle rizikovosti – ARO, chirurg, ortoped, tělovýchovný lékař

■ **ORGANIZACE** (dle rozsahu a složitosti akce, počtu zdravotníků ..)

- rozdělení úkolů personálu, informace účastníkům, pomocníci, ...
- Stanoviště, prostor, místnost, nábytek, označení
- spojení – telefon RZP(155), vysílačka
- doprava – loď, nosítka, RZP (sanitka, vrtulník), auto, HS (saně, skutr)

■ **MATERIÁL** - podle druhu sportu, počtu účastníků a kvalifikace zdravotníka

- dokumentace – papír, tužka
- zdravotní materiál – nástroje, obvazy, léky atd.

POHOTOVOSTNÍ KUFR / BATOH pro 1. pomoc **VLASTNOSTI:** přenosný, odolný, přehledný, s potřebnou kapacitou



POHOTOVOSTNÍ KUFR / BATOH pro 1. pomoc

OBSAH

- Pomůcky na diagnostiku a resuscitaci
 - ambuvak, defibrilátor
- Materiál a nástroje na ošetření úrazů
 - zavřené - obvazový materiál, chlazení, tape, dlahy, ortézy
 - otevřené – rukavice, chirurgický materiál a nástroje, desinfekce, krytí,
- Léky – injekce, infuze, tablety
 - analgetika, antiflogistika, antialergika
 - střevní adsorbencia,
 - desinfekce, antibiotika



Zdravotní zabezpečení sportovní akce na FSPS MU Brno

- Akce, které svojí důležitostí přesahují hlediska určující rozsah a způsob zdravotnického zabezpečení uvedený v bodě 3, zabezpečuje zdravotnické zařízení na základě žádosti pořadatele obsahující údaje o termínu konání akce, druhu sportu, úrovni soutěže, počtu závodníků a jejich věku, předpokládanému počtu diváků a časovému rozvrhu (zvláštní pomocná tabulka).

Zdravotní zabezpečení sportovní akce na FSPS MU Brno

- Akci *zabezpečuje smluvní zdravotnické zařízení* na základě smlouvy s pořadatelem. Pohotovost včetně dopravy hradí pořadatel, v případě vzniku poškození zdraví jsou výkony hrazeny z prostředků veřejného pojištění (odpovídá výkonům LSPP). U zahraničních účastníků pořadatel kontroluje jejich zdravotní pojištění, resp. hradí výlohy spojené s ošetřením mimo sportoviště.

Zdravotní zabezpečení sportovní akce na FSPS MU Brno

- Zdravotnické zařízení nezabezpečuje akce místního významu, málo a středně rizikové, s malým počtem účastníků a diváků.
- Pořadatel předává *žádost o zabezpečení akce* příslušnému zdravotnickému zařízení, které určí rozsah zdravotnické služby.

Zdravotní zabezpečení sportovní akce na FSPS MU Brno

- *Rozsah zdravotnického zabezpečení vychází z problematiky jednotlivých sportů a zkušeností lékaře a z tabulek uvedených v příloze 2 a 3 tohoto metodického návodu. Při zpracování návrhu lékař zvažuje individuálně okolnosti akce, přihlíží ke všem základním hlediskům, které jsou důležité pro určení rozsahu a způsobu zabezpečení (rizikovitost sportu, dostupnost zdravotnického zařízení, významnost akce, počet účastníků a jejich věk, výkonnostní úroveň závodníků, předpokládaný počet diváků a klimatické vlivy.*

Zdravotní zabezpečení sportovní akce na FSPS MU Brno

- *Akci lze personálně zabezpečit:*
 - lékařem
 - zdravotní sestrou
 - lékařem a zdravotní sestrou
 - jiným vyškoleným pracovníkem
 - větším počtem profesionálních zdravotnických pracovníků

Zdravotní zabezpečení sportovní akce na FSPS MU Brno

- *Dopravu lze zabezpečit:*
 - pohotovostí osobního vozidla pořadatele či zdravotnického zařízení
 - informováním rychlé zdravotnické pomoci před konáním akce
 - přistavěním sanity po dobu konání akce
 - přistavěním více sanitních vozů po dobu konání akce
 - speciálním zabezpečením (vrtulník apod.)

Zdravotní zabezpečení sportovní akce na FSPS MU Brno

- *Pořadatel je povinen* zřídit na závodě **stanoviště** pro ošetření dle instrukcí zdravotnické služby a při větších akcích vyčlenit prostor pro ošetřovnu.
- Některé *zvláště významné akce* podléhají při zdravotním zabezpečení **zvláštním regulím mezinárodních sportovních federací.**

Děkuji Vám za pozornost