

ZDRAVOTNÍ ASPEKTY SPORTU OSP

MUDr. Simona Majorová
UK FTVS, Katedra ZTV a TVL
majorova@ftvs.cuni.cz

1. – 2. Zdravotní zabezpečení sportu OSP - repetitorium obecných témat tělovýchovného lékařství I., II.
3. Problematika náhlého úmrtí ve sportu.
4. Výživa sportovců se specifickými potřebami.
5. Výživové doplňky ve sportu OSP.
6. Pohybová aktivita a medikace ve sportu OSP.
7. Doping ve sportu OSP. Pravidla pro terapeutické výjimky.
8. Chronické poškození pohybového aparátu ve sportu OSP. Impingement syndrom, syndrom karpálního tunelu u vozíčkářů.
9. Problematika autonomní dysreflexie a dalších ohrožujících stavů u jedinců s míšní lézí.
10. Pohled sportovního fyziologa na výkon s přesahem ke sportovcům se SP.
11. Tělovýchovně-lékařská prohlídka vrcholového sportovce se specifickými potřebami.
12. Zajišťování zdravotní péče na vrcholných akcích parasportu. Úrazy ve sportu OSP.
Zhodnocení léčebně-preventivních postupů v paralympijském hnutí.
13. Zdravotní zabezpečení rekondičních pobytů a pobytů v přírodě pro jedince se SP.

PŘEDNÁŠKY – TÉMATA

REPETITORIUM TĚLOVÝCHOVNÉHO LÉKAŘSTVÍ.

- ▶ **Tělovýchovné lékařství** (TVL) je klinickým oborem, jehož základním předmětem je tělesná a sportovní aktivita člověka v diagnostice, léčbě i prevenci. *(definice dle koncepce oboru - ČSTL)*
- ▶ Zaměřuje se na:
 - osoby nemocné a oslabené**
 - fyzická **výkonnost limitována chorobným procesem**
 - klinická problematika – v zátěžových podmínkách
 - osoby zdravé**
 - běžná populace, sportovci** trénující a soutěžící

TĚLOVÝCHOVNÉ LÉKAŘSTVÍ

- ▶ zjišťovat a posuzovat funkční a morfologické změny vyvolané zátěží
- ▶ ordinovat vhodnou pohybovou aktivitu jako součást životního režimu, terapie a prevence
- ▶ předcházet některým neinfekčním onemocněním oběhového nebo metabolického charakteru, propagovat zdravý způsob života
- ▶ léčit patologické stavy vzniklé v důsledku nevhodné/nepřiměřené pohybové aktivity či nedostatečné aktivity
- ▶ ovlivňovat a usměrňovat tělovýchovný proces se zdůrazněním jeho zdravotně preventivního efektu
- ▶ předcházet poškození zdraví a úrazům při sportu, posuzovat schopnost k tréninku nemoci/úrazu
- ▶ posuzovat schopnost k provádění sportovního tréninku a závodění
- ▶ diagnostika všeobecné zdatnosti a speciální trénovanosti pro sledování vlivu výkonnostního a vrcholového tréninku
- ▶ konsiliární činnost v oblasti funkční diagnostiky, především zátěžové
- ▶ zdravotnické zajišťování hromadných tělovýchovných akcí, zdravotní výchova
- ▶

ÚKOLY OBORU

▶ **interdisciplinární obor**

- ▶ Využívá pracovní náplně řady oborů a současně pro ně provádí konziliární vyšetření, spolupracuje s hygienickou službou (kontrola prostředí, kde se TV a sport provádějí), při zajišťování hromadných vystoupení a významných sportovních utkání.
- ▶ Sportovní lékař- různá specializace, s absolvovaným kurzem ve sportovní medicíně
- ▶ Lékař se specializací tělovýchovné lékařství – tělovýchovný lékař

TĚLOVÝCHOVNÉ LÉKAŘSTVÍ

- ❑ Posouzení zdravotní způsobilosti k TV a sportu
- ❑ Zajištění zdravého vývoje sportujících
- ❑ Předejít poškození zdraví při výkonnostních i rekreačních aktivitách

- ❑ Obsah tělovýchovně lékařských prohlídek upravuje
 - ▶ **Zákon č.373/2011Sb. o specifických zdravotních službách (§ 51 a § 52) a vyhláška Ministerstva zdravotnictví č. 391/2013 Sb. o zdravotní způsobilosti k tělesné výchově a sportu.**
 - ▶ Směrnice stanovují minimální náplň, podle potřeby může být náplň prohlídky rozšířena.

ZDRAVOTNÍ PROHLÍDKY SPORTOVců

▶ **VSTUPNÍ LÉKAŘSKÁ PROHLÍDKA**

před zaregistrováním ve sportovní organizaci, zařazením do reprezentace či sportovního centra, před podáním přihlášky na sportovní školu

▶ **PRAVIDELNÁ LÉKAŘSKÁ PROHLÍDKA**

zjištění změn zdravotního stavu, které by mohly při dalším pokračování sportovní činnosti vést k poškození zdraví
- v intervalech 12 měsíců

▶ **MIMOŘÁDNÁ LÉKAŘSKÁ PROHLÍDKA**

- pokud byla při pravidelné prohlídce zjištěna změna zdravotního stavu, v důsledku které může dojít ke změně zdravotní způsobilosti v kratší době, než je interval pravidelných prohlídek
- pokud došlo k závažné změně zdravotního stavu
- při přecházení do vyšší věkové kategorie (do 18 l)

Na podkladě lékařské prohlídky → **lékařský posudek** s jednoznačným vyjádřením o zdravotní způsobilosti, ...

DRUHY PROHLÍDEK

▶ **JEDNORÁZOVÁ LÉKAŘSKÁ PROHLÍDKA**

- ▶ není povinná tato prohlídka se provádí v případech organizovaného či neorganizovaného sportu či tělesné výchovy
- ▶ vyžádá-li si ji organizátor sportovní akce

DRUHY PROHLÍDEK

- ▶ **Rodinná anamnéza** (náhlé úmrtí)
- ▶ **Sportovní anamnéza** - popis druhu a náročnosti provozovaného sportu
- ▶ **Osobní anamnéza** – rozbor údajů o vývoji zdravotního stavu, medikace, cíleně na choroby, které mohou ovlivnit zdravotní způsobilost k uvažovanému sportu
- ▶ **Fyzikální vyšetření**
- ▶ **Rozbor údajů o vykonávaném sportu/ tělesné výchově**

→ **Základní vyšetření**

OBSAH PROHLÍDEK

- ▶ Směrnice č. 3/1981 (zdravotní skupiny/ byla zrušena vyhláškou č. 391/2013 ze dne 25. listopadu 2013 o zdravotní způsobilosti k tělesné výchově a sportu
- ▶ v současnosti dle uvedené vyhlášky platí, že lékařský posudek se vydává buď se závěrem:
 - ▶ zdravotní způsobilosti ke sportu nebo TV
 - ▶ zdravotní nezpůsobilosti
 - ▶ zdravotní způsobilosti s podmínkou
- ▶ Dříve používané zdravotní skupiny viz směrnice 3/1981 – směrnice byla zrušena

PROHLÍDKY – LÉKAŘSKÝ POSUDEK

Pohybová aktivita člověka je limitována řadou faktorů

- ▶ Faktory vnitřního prostředí těla a vnějšího prostředí.
- Genetické dispozice, zdravotní stav, somatomorfologický stav, svalová a metabolická složka, transportní složka, nervový a psychický stav
- Zátěž ⇒ Orgány ⇒ Reakce – změny
 - ▶ Přetížení ⇒ poškození až selhání
 - ▶ Slabý podnět ⇒ nestimuluje dostatečně
 - ▶ Opakované zatížení ⇒ adaptace
- Chování a jednání jedince ⇒ trénink, rekreační aktivity, regenerace, péče o zdravotní stav, škodlivé návyky, sociální vlivy
- Zevní podmínky

Tělesná zdatnost

- ▶ je schopnost organismu se úspěšně vyrovnat s různorodou zátěží v měnících se zevních podmínkách a zároveň udržet tělesnou integritu a stálost vnitřního prostředí.

- ▶ Hypokinéza + psychická zátěž
- ▶ Spolupodílení na poruchách – pohybové soustavy, metabolické, oběhová a nervová soustava, zažívací soustava
- ▶ Objektivní – subjektivní změny
- ▶ Prevence – pohybová aktivita pravidelná, přiměřená, postupná ...

POHYBOVÁ AKTIVITA A ZDRAVÍ

- ▶ CINGLOVÁ, L. *Vybrané kapitoly z tělovýchovného lékařství*. Praha 2002, Karolinum. ISBN 80-246-0492-2
- ▶ VILIKUS,Z., BRANDEJSKÝ,P., NOVOTNÝ V. *Tělovýchovné lékařství*. Praha 2004, Karolinum. ISBN 80-246-0821-9
- ▶ <http://www.cstl.cz/o-spolecnosti/koncepce-oboru/>
- ▶ https://ftvs.cuni.cz/FTVS-677-version1-19_11_2018_jiri_neumann_organizace_zdravotniho_zabezpeceni_ceskeho_sportu.pdf
- ▶ PASTUCHA,D. a kol. *Tělovýchovné lékařství*. Vybrané kapitoly. Praha2014, Grada. ISBN 978-80-247-4837-5
- ▶ https://ppropo.mpsv.cz/zakon_373_2011 - Zákon č. 373/2011 Sb., o specifických zdravotních službách
- ▶ <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2013-391> - Vyhláška č. 391/2013 Sb. o zdravotní způsobilosti k tělesné výchově a sportu
- ▶ <https://svaztp.cz/>
- ▶ HASÍK,J. a kol. *Standardy první pomoci*. Praha: ČČK, 2012. ISBN 978-80-87729-01-4
- ▶ **ŠTĚPÁNEK,K.,PLESKOT,R. a kol. První pomoc zážitkem. Brno: CPress a.s., 2014. 78s. ISBN 978-80-264-0105-6.**

Doporučené zdroje:

- ▶ <http://www.zachrannasluzba.cz/prvniplomoc/prirucka/prirucka.html>
- ▶ <http://www.resuscitace.cz>

ZDROJE