

TEN YEARS OF ORGANIZED SPORTS HEALTH CARE IN POZEGA

DESET GODINA ORGANIZIRANE ZDRAVSTVENE ZAŠTITE SPORTAŠA U POŽEGI

DRKULEC, Vlado; GLAVIC, Marko & MISCEVIC, Dejan

Abstract: Participation in all forms of physical activity at all levels is a huge part of everyday life, and its benefits to health and quality of life are clear. Sports medicine's continued growth and development may help the benefits of physical activity to be fully and safely realized. Sports medicine specializes in preventing, diagnosing and treating injuries related to participating in sports and/or exercise. Sports medicine has always been difficult to define because it is not a single speciality, its function is not only curative and rehabilitative, but especially preventive and educative work. In our region during last ten years work outpatient clinic for sports medicine.

Key words: sport, health, prevention, education

Sažetak: Sudjelovanje u različitim vrstama sportskih aktivnosti, na svim razinama, postaje sastavni dio svakodnevnog života, a povoljni učinci na zdravlje i kvalitetu života su posve jasni. Razvoj sportske medicine pomaže u sigurnom provođenju fizičke aktivnosti. Sportska medicina usmjerena je na prevenciju, dijagnostiku i liječenje povreda i stanja koje nastaju sudjelovanjem u sportskim aktivnostima. U osnovi sportska medicina je područje koje se ne može definirati kao jedinstvena specijalizacija, a njena funkcija nije samo liječenje i rehabilitacija već prvenstveno preventivno i edukativno djelovanje. U Požeško-slavonskoj županiji unazad deset godina skrb o sudionicima u sportu se provodi kroz ordinaciju športske medicine.

Ključne riječi: sport, zdravlje, prevencija, prosvjećivanje



Authors' data: Vlado Drkulec, mr.sc.dr.med. OŽB Požega, Požega, vlado.drkulec@pozeska-bolnica.hr.; Marko Glavić, prof. kineziologije, Zagreb, marko.glavic@zg.t-com.hr.; Dejan Mišćević, dr.med. OŽB Požega, Požega, miscevic.dejan@gmail.com

1. Uvod

Sportska medicina je relativno mlada specijalistička grana koja se bavi djelatnostima u okviru zdravstvene zaštite svih sudionika u sportu i fizičkoj kulturi. Težište djelovanja je na preventivnim, sportsko-medicinskim sistematskim pregledima radi procjene zdravstvenog stanja za bavljenje određenim sportom, kao i u cilju ranog otkrivanja poremećaja zdravlja i deformiteta.

U zavisnosti od odredbi statuta takmičenja po sportskim granama, ti pregledi se obavljaju periodično i to po točno utvrđenoj metodologiji za vrstu sporta i starosnu dob sudionika u sportu. Svjedoci smo vremena kada se granice ljudskih mogućnosti svakim danom pomiču. Sport kao vrsta ljudske djelatnosti, najbolji je dokaz ovog poimanja.

Za postizanje što boljih rezultata potrebno je maksimalno mobiliziranje svih psihofizičkih snaga organizma.

Ti zahtjevi često dovode sportaša do gornje granice izdržljivosti. Zahvaljujući postignućima moderne medicine koja je u korelaciji sa trenažnim procesom, u mogućnosti smo tu gornju granicu pomicati bez opasnosti po zdravlje sportaša.

U tom smislu funkcionalni i laboratorijski testovi imaju veliki značaj u procjeni trenutnog stanja utreniranosti kao i u planiranju i programiranju treninga kojim će se sposobnost, izdržljivost i efikasnost sportaša poboljšati ali ne po cijenu zdravlja (Stickler, 2005). Slijedom navedenog prije desetak godina je u Požegi otvorena „Ordinacija športske medicine“.

Tijekom godina se mijenjao konceptijski pristup i način rada u ordinaciji, ovisno o smjernicama i preporukama nadležnih tijela.

Unatoč još uvijek nedefiniranom statusu zadržan je kontinuitet od deset godina rada na poslovima skrbi o zdravlju sportaša, čime se Požega svrstava u rijetke gradove u Hrvatskoj u kojima egzistiraju ambulante namijenjene isključivo sportašima.

Donošenjem zakona o športu u lipnju 2006 godine zdravstvena zaštita športša prelazi u domenu: „liječnik-specijalist športske medicine, odnosno specijalist medicine rada i športa. Listu ovlaštenih liječnika utvrđuje ministarstvo nadležno za poslove zdravstva uz suglasnost ministra“.

Obveza utvrđivanja zdravstvene sposobnosti postoji i za druge osobe u športu sukladno odredbama akata nacionalnih športskih saveza.

Opću i posebnu zdravstvenu sposobnost učenika za sudjelovanje na natjecanjima školskih športskih društava utvrđuje nadležan liječnik specijalist školske medicine, odnosno izabrani liječnik specijalist pedijatar ili izabrani liječnik specijalist opće i/ili obiteljske medicine (Zakon o športu, 2006).

2. Razvoj zdravstvene zaštite športša u Požeško - slavonskoj županiji

Zdravstvena zaštita sportša u našoj županiji je prije osnivanja sportske ambulante bila u domeni liječnika entuzijasta koji su povremeno provodili preglede sportša ili pružali usluge zdravstvene zaštite na pojedinim natjecanjima.

Nažalost u većini slučajeva se „skrb“ svodila na ovjeravanje sportskih iskaznica ovisno o propisima pojedinih sportskih saveza.

U lipnju 1999 godine otvorena je „Ordinacije športske medicine“ zahvaljujući entuzijazmu i angažiranju ravnatelja Opće županijske bolnice Požega Prof. dr. sc. Željka Glavića, predsjednika Zajednice športskih udruga i saveza Požeško-slavonske županije Luke Balenovića, tajnika zajednice Josipa Neferovića, tajnika Požeškog športskog saveza Ivana Maričevića i Željka Mitrovića.

Ambulanta je osnovana u sklopu sportske dvorane Grabrik u Požegi.

Uređenje prostora je financirano sredstvima sportskih saveza dok je oprema osigurana zalaganjem ravnatelja Opće županijske bolnice i Doma zdravlja Požega. Ambulanta se sastoji od dvije prostorije u sklopu športske dvorane i opremljena je EKG aparatom, spirometrom, defibrilatorom, kaliperom, vagom s visinomjerom, računalom kao i svim ostalim potrebitim inventarom.

Rad u ambulanti je organiziran u popodnevnim terminima od 17 do 19 sati.

U ambulanti tako rade ortopedi Prim.dr.sc. Boris Matijašević, dr.med. i Mr.sc. Damir Matoković, dr. med., internisti kardiolozi Mr.sc. Vladimir Dujmović, dr.med i Ile Raštegorec, dr.med., fizijatar Renata Matijašević dr.med., te pedijatri Andreja Klarić-Šimić, dr.med. i Mr.sc. Vlado Drkulec, dr.med.

Na ovakav način ambulanta je radila tijekom prve tri godine a potom se prelazi na rad u kome se veća pažnja posvećuje preventivnim i edukativnim aktivnostima dok se posao oko zbrinjavanja sportskih povreda i liječenja patoloških stanja obavlja u sklopu Opće županijske bolnice i Doma zdravlja.

U proteklih deset godina u ambulanti se izmjenjuje više liječnika: Nikola Gotovac, dr.med., Ivan Barišić, dr. med., Tomislav Crnković, dr.med. Dinko Podsednik, dr.med., Domagoj Pešorda, dr.med. uz spomenute u ambulanti od njenog osnutka radi Mr.sc. Vlado Drkulec, dr.med., kao voditelj ambulante.

3. Djelokrug rada

Prema evidenciji županijskog i gradskog sportskog saveza na području županije trenutno je registrirano oko 4500 aktivnih sportaša.

Broj registriranih sportaša se mijenja iz mjeseca u mjesec pošto su naročito u mlađim dobnim skupinama pojedini sportaši registrirani u više sportskih grana.

Nogomet je najzastupljenija sportska grana na ovim prostorima i bilježi se brojka od 2450 registriranih nogometaša, a od toga broja 1600 čine djeca do 18 godina starosti. (Ballor, et al., 1991)

U radu se posebna pozornost posvećuje prvim pregledima mladih sportaša, te se na taj način iz godine u godinu smanjivao broj djece kojima se nakon pregleda preporuča prekid ili ograničavanje aktivnosti.

Organiziranjem seminara za nogometne trenere „C licenca HNS-a“ podignuta je kvaliteta trenažnog procesa u malim klubovima i stvorena je jezgra za daljnji razvoj trenerske struke.

U sklopu rada ambulante učinjeno je i nekoliko ispitivanja u kojima se istražuje utjecaj kontinuiranog i stručnog rada na indeks tjelesne mase i maksimalni primitak kisika u mladim nogometaša.

Nađene su izrazite razlike između pojedinih skupina nogometaša, ovisno o organizaciji pojedinih klubova, te razlika između djece koja su uključena u

kontinuirani i organizirani sustav treniranja i vršnjaka koji se ne bave organiziranom sportskom aktivnošću. (Kane, et al., 2005)

U sportskim granama poput košarke, rukometa, gimnastike, kuglanja, tenisa, juda te ostalih ukupno je registrirano oko 2000 sportaša, a od tog broja zastupljenost djece iznosi oko 80 %. Slijedom navedenog razumljivo je da osobitu pozornost u zdravstvenoj zaštiti sportaša predstavlja skrb o sportašima mlađih dobnih skupina, tj. djeci.

Osobita pozornost u skrbi o sportašima u „dvoranskim sportovima“ stavljena je na kontinuirano praćenje antropometrijskih i funkcionalnih parametara čijim praćenjem je trenerima omogućen odabir i selekcioniranje mladih sportaša.

Unazad nekoliko godina posebnu pozornost potrebno je posvetiti i osobama s invaliditetom koje se aktivno uključuju u organiziranu sportsku aktivnost.

Tijekom godine osoblje ambulante pruža usluge zdravstvenog osiguranja na svim značajnijim sportskim manifestacijama. (Weaver, et al., 2002)

4. Sistematski pregledi sportaša

U športskom natjecanju može sudjelovati osoba za koju je u razdoblju od šest mjeseci prije športskog natjecanja utvrđena opća zdravstvena sposobnost, a kada je to propisano pravilnikom koji donosi ministar nadležan za zdravstvo uz suglasnost ministra i posebna zdravstvena sposobnost, ako propisima nacionalnoga športskog saveza nije određeno kraće razdoblje (Zakon o športu, 2006).

Osnovni pregledi za djecu provode se prije uključivanja djece u organiziranu sportsku aktivnost i sadržavaju: uvodni razgovor, fizikalni pregled, EKG, pregled zubi, Cooper-ov test, razgovor s roditeljima u slučaju ranijih težih oboljenja.

Opsežni ciljani pregled za djecu i mladež koja ulazi u kadetski i juniorski takmičarski sport sadržavaju: kompletne laboratorijske testove, specijalističke preglede ovisno o preporukama pojedinim sportskim savezima ergometriju, UZV srca, UZV lokomotornog sustava.

- Suradnja s trenerima, sportskim učiteljima i roditeljima:
- funkcionalna ispitivanja.
- suradnja u planiranju, programiranju i kontroli trenažnog procesa.
- usmjeravanja fizičkih aktivnosti.
- analiza i procjena zdravstvene vrijednosti opterećenja ukazivanja na rizike.
- predlaganja mjera zaštite.
- anti doping kontrole.
- praćenje vrhunskih dostignuća sportaša kroz testiranja i sudjelovanje u njihovim pripremama .
- sportsko – medicinski nadzor.
- ocjenjivanje zdravstvene i funkcionalne sposobnosti i drugih osoba koje su uključene u rad sa sportašima.
- odgojno – zdravstvena djelatnost (predavanje, filmovi, TV emisije).

5. Zaključak

U proteklih deset godina u ordinaciji športske medicine je učinjeno oko 20 000 sistematskih i periodičnih pregleda sportaša s područja cijele županije.

Drugu ne manje važnu ulogu u skrbi o zdravlju sportaša predstavljaju edukativni programi koji se provode kroz seminare i predavanja namijenjena svim sudionicima u sportskim aktivnostima, poglavito sportskim učiteljima i trenerima.

Treći segment rada u sportu svakako predstavlja zbrinjavanje sportskih povreda pri čemu je postignuta zavidna suradnja s liječnicima Opće županijske bolnice Požega, u kojoj se zahvaljujući dobroj stručnoj i tehničkoj opremljenosti rješava većina povreda nastalih sportskim aktivnostima.

U cilju unapređenja zdravstvene zaštite sportaša u narednim godinama svakako će biti potrebno otvaranje sličnih ustanova i u ostalim većim središtima županije.

6. Literatura

Ballor, D.L. & Keeseey, R.E. (1991). A meta-analysis of the factors affecting exercise-induced changes in body mass, fat mass and fat-free mass in males and females. *Int J Obes.* Nov;15(11):717-26.

Chaitman, B.R.; Fromer, M. & Should, E.C.G. (2008). be required in young athletes? *Lancet.* May 3;371(9623):1489-90.

Kane, S.F.; Oriscello, R.G. & Wenzel, R.B. (2005). Electrocardiographic findings in sports medicine: normal variants and the ones that should not be missed. *Curr Sports Med Rep.* Apr;4(2):68-75.

McCambridge, T.M. & Stricker, P.R. (2008). Strength training by children and adolescents. *Pediatrics.* Apr;121(4):835-40.

Shaffer, T.E. (1983). The physician's role in sports medicine. Serving the athlete, school, and team *J Adolesc Health Care.* Jan;3(4):227-30.

Stickler, G.B. (2000). Are yearly physical examinations in adolescents necessary? *J Am Board Fam Pract.* May-Jun;13(3):224-5.

Weaver, N.L.; Marshall, S.W. & Miller, M.D. (2002). Preventing sports injuries: opportunities for intervention in youth athletics. *Patient Educ Couns.* Mar;46(3):199-204.

Zakon o športu, Narodne novine br.71