



HRVATSKI NOGOMETNI SAVEZ
KOMISIJA NOGOMETNIH SUDACA



Z D R A V S T V E N I P R A V I L N I K

ZA NOGOMETNE SUCE I INSTRUKTORE HNS-a

Zagreb, srpanj 2016. god.

Na temelju članka 11. stavka 3. i članka 15. stavka 3., 4. i 5. Pravilnika o radu Izvršnog odbora HNS-a i njegovih organa, Komisija nogometnih sudaca IO HNS-a je na sjednici održanoj 30.06.2016. god. donijela, a Izvršni odbor HNS-a na sjednici održanoj 06.07.2016. god. verificirao

O D L U K U
o osnivanju i nadležnosti
Zdravstvenog povjerenstva Komisije nogometnih sudaca IO HNS-a

Članak 1.

Ovom se odlukom osniva i utvrđuje nadležnost i način rada Zdravstvenog povjerenstva Komisije nogometnih sudaca IO HNS-a (u daljnjem tekstu: Povjerenstvo).

Članak 2.

Povjerenstvo je zaduženo i odgovorno za sve poslove predviđene ovom Odlukom, kao i druge poslove koje joj u nadležnost prenese Komisija nogometnih sudaca IO HNS-a (u daljnjem tekstu: Komisija).

Članak 3.

Povjerenstvo se sastoji od 3 člana koje imenuje Komisija. Za članove Povjerenstva u pravilu se biraju liječnici ili osobe iz redova sudačkih instruktora koji raspolažu potrebnim znanjima. Prilikom obavljanja povremenih poslova Povjerenstvo može angažirati i druge suradnike. Tehničke poslove za Povjerenstvo obavlja, odnosno organizira tajnik Komisije.

Članak 4.

Povjerenstvo se sastaje po potrebi, a sjednice saziva i vodi predsjednik. U slučaju njegove spriječenosti, sjednicu bez prava odlučivanja, može voditi i tajnik Komisije. U iznimnim slučajevima, kada se analizira zdravstveno stanje pojedinog suca ili instruktora, sjednice Povjerenstva mogu biti zatvorene.

Članak 5.

Povjerenstvo odluke donosi većinom glasova svih članova.

Članak 6.

O radu Povjerenstva vodi se zapisnik a koji piše tajnik Komisije ili jedan od članova Povjerenstva.

Članak 7.

Zapisnik o radu Povjerenstva se dostavlja članovima Komisije. Ukoliko zapisnik sadrži podatke koje predstavljaju medicinsku tajnu, taj se dio zapisnika izuzima i ne dostavlja Komisiji.

Članak 8.

Povjerenstvo pruža stručnu pomoć organizacijama nogometnih sudaca u Županijskim nogometnim savezima.

Članak 9.

Dokumentacija o radu Povjerenstva, kao i zdravstvena dokumentacija čuva se u arhivi HNS-a.

Članak 10.

Podaci o zdravstvenom stanju sudaca i instruktora, u smislu vrste i težine oboljenja predstavljaju medicinsku i službenu tajnu i ne smiju se neovlašteno davati.

Članak 11.

Zadaci Povjerenstva su:

a) priprema i Komisiji predlaže program rada koji treba obavezno sadržavati:

- vrste i razinu zdravstvenih pregleda,
- zdravstvenu dokumentaciju,
- ustanove za zdravstvene preglede,
- kriterij za ocjenu sposobnosti,
- ostale bitne elemente programa rada;

b) organizira, provodi, analizira rezultate i dostavlja izvještaj o zdravstvenom pregledu sudaca i instruktora u nogometnom natjecanju kojeg vode tijela HNS-a;

c) radi na stručnom usavršavanju iz svog djelokruga rada;

d) obavlja i druge poslove od interesa za očuvanje zdravlja i unapređivanje psiho-fizičkih sposobnosti sudaca i instruktora.

Članak 12.

a) **Liječnički pregled** se obavlja **jedan puta** godišnje, **vrijedi 12 mjeseci** i obavezan je za sve suce koji sude na utakmicama pod ingerencijom HNS-a, kao i NSŽ-a. Pregled mora sadržavati sve podatke koji se nalaze u tablici koja je prilog ovom pravilniku. Liječnički pregled obavezno je obaviti u sportskoj ambulanti ili ambulanti medicine rada, te mora kao prilog sadržavati EKG u mirovanju i EKG nakon opterećenja (Ergometrija - na pokretnom sagu do otkaza), očitao od specijaliste interne medicine. Prema nalogu Komisije pregledi mogu biti i češći i djelomični, pojedinačni ili zajednički.

b) **Liječnički pregled** se obavlja **jedan puta** godišnje, **vrijedi 12 mjeseci** i obavezan je za instruktore koji obavljaju dužnost delegata ili kontrolora na utakmicama pod ingerencijom HNS-a, kao i NSŽ-a. Pregled mora sadržavati sve podatke koji se nalaze u tablici koja je prilog ovom pravilniku. Liječnički pregled obavezno je obaviti u sportskoj ambulanti ili ambulanti medicine rada.

Članak 13.

Ocjena zdravstvene sposobnosti može biti:

- sposoban za suđenje ili obavljanje kontrole,
- privremeno nesposoban za suđenje ili obavljanje kontrole,
- nesposoban za suđenje ili obavljanje kontrole,
- nesposoban za suđenje, ali sposoban za obavljanje kontrole.

Rješenje o ocjeni sposobnosti u pismenom obliku donosi se samo u slučajevima privremene ili stalne nesposobnosti. Na to rješenje sudac ili instruktor može uložiti prigovor najkasnije 8 dana po prijemu rješenja.

Prigovor se dostavlja Komisiji koja može odrediti ponovne ili dopunske preglede, kao i ustanovu gdje će se oni obaviti. Nakon ovog pregleda Komisija donosi konačnu ocjenu na koju nema mjesta žalbi odnosno novom prigovoru.

Sve troškove naknadnog pregleda snosi podnositelj prigovora.

Članak 14.

Dužnost suca, delegata ili kontrolora mogu obavljati samo zdravstveno sposobni. Isto tako, provjeri tjelesne spremnosti mogu pristupiti samo zdravstveno sposobni suci, što podrazumijeva i dozvoljenu vrijednost potkožnog masnog tkiva i primjerenu tjelesnu težinu.

Članak 15.

Sudac koji je na bolovanju (s posla) ne može suditi nogometne utakmice.

Članak 16.

Sastavni dio zdravstvenog pregleda je mjerenje **potkožnog masnog tkiva (mjereno u četiri točke)** i **mjerenje tjelesne težine**. Ocjena sposobnosti sudaca po ovom osnovu obavlja se na bazi podataka iz tabela u prilogu.

Članak 17.

Danom stupanja na snagu ove odluke prestaje važiti Zdravstveni pravilnik za nogometne suce i instruktore HNS-a.

Članak 18.

Odluka stupa na snagu danom objave u službenom glasilu HNS-a.

Zagreb, 06.07.2016.

Broj: 7938 / 2016.

Predsjednik KNS HNS
Dušan Kukić, v.r.

Predsjednik HNS
Davor Šuker, v.r.

PREGLED IDEALNE TEŽINE I DOPUŠTENE TJELESNE TEŽINE
NOGOMETNIH SUDACA HNS-a

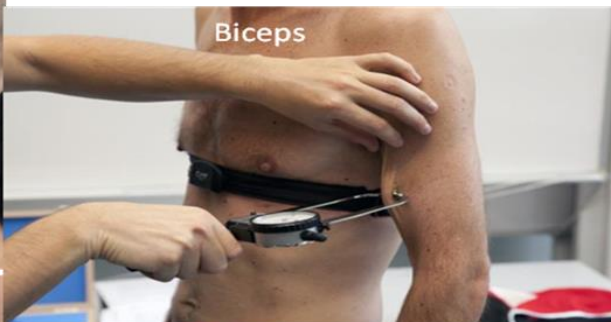
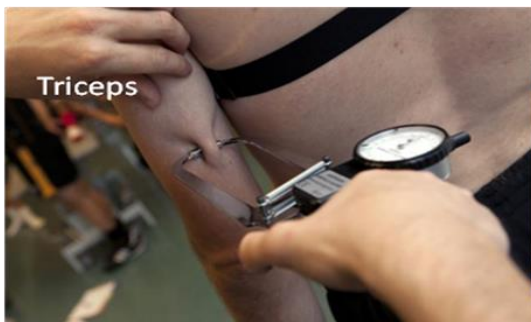
Visina tijela u cm težina	ITT	Dopuštena težina + 10% od ITT	Zaokružena dopuštena
160	57,5	63,2	63,0
161	58,25	64,0	64,0
162	59,0	64,9	65,0
163	59,75	65,7	66,0
164	60,5	66,5	67,0
165	61,25	67,4	67,0
166	62,0	68,2	68,0
167	62,75	69,0	69,0
168	63,5	69,9	70,0
169	64,25	70,7	71,0
170	65,0	71,5	72,0
171	65,75	72,3	72,0
172	66,5	73,2	73,0
173	67,25	74,0	74,0
174	68,0	74,8	75,0
175	69,75	75,6	76,0
176	69,5	76,5	77,0
177	70,25	77,3	77,0
178	71,0	78,1	78,0
179	71,75	78,9	79,0
180	72,5	79,8	80,0
181	73,25	80,6	81,0
182	74,0	81,4	81,0
183	74,75	82,2	82,0
184	75,5	83,0	83,0
185	76,25	83,9	84,0
186	77,0	84,7	85,0
187	77,75	85,5	86,0
188	78,5	86,4	86,0
189	79,25	87,2	87,0
190	80,0	88,0	88,0
191	80,75	88,9	89,0
192	81,5	89,7	90,0
193	82,25	90,5	91,0
194	83,0	91,3	91,0
195	83,75	92,1	92,0
196	84,5	93,0	93,0
197	85,25	93,8	94,0
198	86,0	94,6	95,0
199	86,75	95,4	95,0
200	87,5	96,2	96,0

Reference za mjerenje potkožnog masnog tkiva kod muškaraca:
(based on Jackson & Pollock)

< 12	Odlično
12-14.9	Vrlo dobro
15-17.9	Dobro
18-19.9	Zadovoljavajuće
> 20	Nezadovoljavajuće!

Reference za mjerenje potkožnog masnog tkiva kod žena:
(based on Jackson & Pollock)

< 18	Odlično
18-22	Vrlo dobro
22-25	Dobro
25-29	Zadovoljavajuće
> 29	Nezadovoljavajuće!





LIJEČNIČKI PREGLEDI ZA NOGOMETNE SUCE I SUDAČKE INSTRUKTORE

IME I PREZIME _____

DATUM ROĐENJA _____

LIGA _____

1. Opći medicinski pregled

- a) Visina: _____
b) Težina: _____
c) Glava i vrat (nos, uši, grlo, zubi, štitnjača)
d) Limfni čvorovi
e) Prsa i pluća (pregled, oskultacija, ekspanzija prsa kod udaha i izdaha, astma)
f) Srce (tonovi, šumovi, bilo)
g) Krvni tlak: _____
(Kako bi se osigurala valjanost stalnog testiranja preporuča se uvijek koristiti obje ruke)
h) Puls: _____
i) Krvne žile (npr. periferno bilo, proširene žile)
j) Abdomen (preponska hernija, ožiljci)
k) Pregled kože
l) Alergije
m) Živčani sustav (npr. refleksi, senzorne nepravilnosti)
o) Ortopedski pregled stupa kralježnice (naročito lumbalnog područja)
p) Daljnji ortopedski pregled (naročito donji dio tijela: kuk, koljeno, članak, stopalo)

2. Laboratorijski pregled

- a) Krvna slika:
- Hemoglobin: _____
 - Hematokrit: _____
 - Eritrociti: _____
 - Leukociti: _____
 - Trombociti: _____
- b) Test urina:
- Protein: _____
 - Šećer: _____
- c) Sedimentacija: _____
d) CRP: _____
e) Masnoće u krvi:
- Kolesterol: _____
 - HDL: _____
 - LDL: _____
 - Trigliceridi: _____

- f) Glukoza: _____
 g) Mokraćna kiselina: _____
 h) Kreatinin: _____
 i) Aspartat amino-trasferaza: _____
 j) Alanin amino-trasferaza: _____
 k) Gama-glutamil transferaza: _____
 l) Kreatin kinaza: _____
 m) Kalij: _____
 n) Natrij: _____
 o) Magnezij: _____
 p) Željezo: _____
 q) Feritin: _____
 r) Krvna grupa: _____
 s) Hepatitis test: _____

3. Kardiološki pregled

- a) Osnovni pregled
 b) Standardni elektrokardiogram (12-kanalni EKG)
 c) Elektrokardiogram pod opterećenjem
 d) Ehokardiografija

4. Pregled vida

- a) Oštrina vida

	Bez korekcije	Sa korekcijom	Korektivna snaga	Korektivna metoda (uobičajeno)
Desno oko				
Lijevo oko				

- b) Periferni vid
 • Desno oko: _____
 • Lijevo oko: _____
- c) Test razlikovanja boja
 • Desno oko: _____
 • Lijevo oko: _____
- d) Binokularni vid: _____
- e) Motilitet pupile
 • Desno oko: _____
 • Lijevo oko: _____
- f) Osjetljivost na svjetlost: _____
- g) Pregled očne jabučice:
- Prednji segment
 • Desno oko: _____
 • Lijevo oko: _____
- Fundus
 • Desno oko: _____
 • Lijevo oko: _____

MP

 potpis liječnika