

LICENCIRANJE NOGOMETNIH KLUBOVA

ODJEL ZA LICENCIRANJE HNS

Sportski kriteriji – S.05 – Medicinska skrb o igračima

OBJAŠNJENJE KRITERIJA



OBJAŠNJENJE KRITERIJA S.05

Predmet: Nužan minimalni sadržaj medicinskog pregleda

Datum: prosinac 2009. (ažurirano 2011)

1. MEDICINSKA SKRB O IGRAČIMA

Kao što je propisano UEFA Pravilnikom o licenciranju klubova i Pravilnikom o licenciranju klubova HNS Odjel za licenciranje HNS u suradnji sa Zdravstvenom komisijom daje Tražiteljima licence upute u svezi kriterija S.05 – Medicinska skrb o igračima. Ovaj kriterij koji je stupio na snagu od natjecateljske godine 2008/09., propisuje sljedeće:

Tražitelj licence mora osigurati da svi njegovi igrači, uključujući i one koji imaju pravo nastupa za prvu momčad, prođu godišnji medicinski pregled, sukladno minimalnom sadržaju koji je utvrdila UEFA i HNS, odnosno relevantne odredbe propozicija Uefinih klupskih natjecanja i natjecanja HNS-a. Za igrače svih uzrasta tražitelj licence je obvezan voditi liječničke kartone za sve svoje registrirane igrače.

UVOD

Cilj ovog dokumenta je definirati sljedeća pitanja:

- na koje se igrače odnosi ovaj kriterij (1.2);
- kako klubovi mogu dokazati ispunjenje ovog kriterija (1.3);
- koje su odgovornosti različitih strana uključenih u ovom kriteriju (1.4);
- što se misli pod pojmom «liječnički kartoni igrača» (1.5); i
- koje medicinske preglede, i koliko učestalo, igrači moraju obaviti kao minimum (1.6.)

Sukladno ovom kriteriju, «kardiovaskularni pregled» mora biti dio medicinskog pregleda. Međutim, nakon konzultacije sa Zdravstvenom komisijom HNS, definirano je da za svrhu licenciranja klubova, **svaki registrirani igrač(ica) kluba mora obaviti medicinski pregled (minimalni sadržaj u poglavlju 1.6), te kardiološki pregled namjanje jednom godišnje.**

Definirano je da svaki registrirani igrač kluba mora imati svoj osobni liječnički karton, kao minimum, **jedan elektrokardiogram i jednu ehokardiografiju.**

Sa izuzećem kardioloških (1.6 D) i laboratorijskih pretraga (1.6 E), oni pregledi definirani kao obvezni mogu biti obavljani bez specijalne opreme i ne bi trebali uzrokovati visoke dodatne troškove.

U dodatku obveznih minimalnih medicinskih pregleda, poglavlje 1.6 također i propisuje nekoliko neobaveznih pregleda koji se smatraju preporukom najbolje prakse. Na temelju rezultata medicinskih pregleda i po stručnoj prosudbi liječnika, naknadni pregledi mogu biti obavljani kako bi se osiguralo praćenje zdravstvenog stanja igrača. Međutim, takvi dodatni pregledi nadilaze obim ovog kriterija.

1.2. IGRAČI NA KOJE SE ODNOSI KRITERIJ S.05

Sadržaj kriterija S.05 odnosi se na SVE registrirane igrače kluba **tijekom natjecateljske godine u kojoj se podnosi molba za licencu, a koja prethodi licenciranoj natjecateljskoj godini.**

1.3. DOKAZIVANJE ISPUNJENJA KRITERIJA S.05

Kako bi se dokazalo ispunjenje kriterija S.05, tražitelji licence moraju dostaviti sljedeću potvrdu Davatelju licence kao dio njihove dokumentacije koja se odnosi na sportske kriterije:

- **Potvrda liječnika kluba** imenovanog sukladno kriteriju A.09 Pravilnika o licenciranju klubova HNS, da su svi registrirani igrači kluba prošli redoviti liječnički pregled koji je obavljen u skladu s minimalnim sadržajem propisanim od strane HNS-a u skladu s Objašnjenjem kriterija S.05 – Medicinska skrb o igračima, te da svi registrirani igrači imaju liječničke kartone koji su redovito ažurirani i čuvani.

Ova potvrda mora biti potpisana od osobe koja je ovlaštena za zastupanje tražitelja licence, kao i od liječnika kluba (koji je imenovan sukladno kriteriju A.09 Pravilnika o licenciranju klubova HNS) i ne smije biti starija od 1 mjeseca u odnosu na rok za podnošenje dokumentacije Davatelju licence.

Dokumentacija za klubove sadrži obrazac ove Potvrde – S.pr 05, koju Davatelj licence dostavlja klubovima.

1.4. OBVEZE

1.4.1. Davatelj licence

Na temelju obveznog minimuma medicinskih pregleda i njihovog minimuma učestalosti koji je UEFA propisala u Memorandumu za pojašnjenje br. 11 od 30.11.2006., HNS kao Davatelj licence definira koje sve medicinske preglede moraju obaviti registrirani igrači kluba tražitelja licence.

Slijedom toga, Davatelj licence je odgovoran za sljedeće:

- **Definiranje točnog sadržaja obveznog minimuma** medicinskih pregleda koje mora obaviti klupski liječnik. Po ovom pitanju, nužna je bliska suradnja sa medicinskim stručnjacima HNS-a.
- **Definiranje točnog raspona igrača** koji moraju imati ažuran medicinski karton, kako bi tražitelj licence mogao ispuniti kriterij S.05.
- **Definiranje obrasca potvrde za klubove tražitelje licence, kojom se demonstrira ispunjenje** (vidi 1.3) i uključenje istog obrasca u dokumentaciju za licenciranje, koja se dostavlja klubovima za natjecateljsku godinu za koju se traži licenca.
- **Pravovremenost informacije za tražitelje licence i njihove liječnike.**

1.4.2 Tražitelj licence / liječnik tražitelja licence

Liječnik tražitelja licence je odgovoran za obavljanje obveznih medicinskih pregleda svih igrača na koje se odnosi ovaj kriterij. U načelu, liječnik bi trebao moći obaviti sve ove preglede, ali igrače također može uputiti i liječniku specijalisti.

Nadalje, liječnik je odgovoran za ažuriranje liječničkih kartona igrača, i povjerljivost istih, te da bilo koji njegov medicinski sljednik/zamjenik bude prikladno informiran o primjenjivim procedurama u svezi licenciranja klubova.

1.4.3 Medicinski stručnjaci nacionalnog saveza

HNS prema preporuci UEFA-e i prema potrebi može organizirati povremene ili redovite medicinske posjete tražiteljima licence (npr. članovi Zdravstvene komisije) ili slične skupove, kako bi izmijenila iskustva o propisanim zahtjevima, dosadašnjim iskustvima i o novo uvedenim postupcima.

1.5. LIJEČNIČKI KARTONI IGRAČA

Pod liječničkim kartonima igrača podrazumijeva se dosje koji sadrži rezultate i nalaze prije provedenih medicinskih pregleda. Sadržaj kartona podliježe liječničkoj tajni koju jamči klupski liječnik.

Kao što je prije objašnjeno, kako bi se dokazalo ispunjenje kriterija S.05, tražitelj licence i liječnik moraju izdati potvrdu da su liječnički kartoni registriranih igrača kluba ažurni i čuvani.

1.6. PREGLEDI I PRETRAGE

Sljedeće tabele A) do G) objašnjavaju potrebne preglede i pretrage koji se moraju provesti obvezno ili po izboru, i određuju vremensko razdoblje u kojemu se moraju obaviti (npr. godišnje):

A) Osobna nogometna anamneza	
Osobna nogometna anamneza predstavlja specifično-nogometnu osnovu za liječničke preglede. Trebala bi se dokumentirati i ažurirati tijekom igračeve karijere. UEFA i HNS preporučaju takve zapise kao najbolju praksu nakon nekoliko specifično nogometnih liječničkih znanstvenih istraživanja, i kako bi pomogla liječnicima u njihovim internim medicinskim revizijama.	
1. Ukupan broj odigranih utakmica u prethodnoj natjecateljskoj godini (uključujući prijateljske utakmice)	Obvezno, mora se ažurirati jednom godišnje
2. Dominantna noga	
3. Položaj na terenu	
B) Medicinska anamneza i nasljedni faktori igrača	
Glavni dio «Medicinska anamneza i nasljedni faktori» je polazište liječničkog kartona igrača. Neophodno je ažurirati kartone s rezultatima pregleda tijekom igračeve karijere.	
1. Obiteljska anamneza (1. generacija, npr. roditelji, braća, sestre) a) Hipertenzija, moždani udar; b) Srčana stanja uključujući iznenadne kardiološke smrti; c) Problemi sa žilama, proširenje vena; duboka venska tromboza; d) Dijabetes; e) Alergije, astma; f) Rak, bolesti krvi; g) Kronični problemi sa zglobovima i mišićima; h) Hormonalni problemi.	Obvezno, mora se ažurirati jednom godišnje

<p>2. Medicinska anamneza igrača i nasljedni faktori</p> <p>a) Srčani problemi, aritmija, sinkopa; b) Kontuzija (potres); c) Alergije, astma; d) Učestale infekcije; e) Ozbiljne bolesti; f) Teške ozljede koje su rezultirale operacijskim zahvatom, hospitalizacijom, izostankom iz nogometa na više od jednog mjeseca</p>	<p>Obvezno jednom godišnje</p>
<p>3. Dosadašnji zdravstveni problemi i poteškoće</p> <p>a) Simptomi kao što bol – općenito (mišići, zglobovi); b) Bol u prsima, gubljenje daha, lupanje srca, aritmija; c) Vrtoglavica, sinkopa; d) Simptomi poput gripe, kašalj, iskašljavanje sputuma; e) Gubitak apetita, gubitak na težini; f) Nesanica; g) Gastrointestinalni poremećaji.</p>	<p>Obvezno jednom godišnje</p>
<p>4. Lijekovi / dodaci</p> <p>a) Specifični lijek kojeg igrač trenutno uzima; b) Dokaz da je TUE (Izuzeće terapijskog korištenja) odobren (ukoliko je potrebno); c) Dodaci prehrani koje igrač uzima; d) Igrač je educiran o Anti-doping kodeksu.</p>	<p>Obvezno jednom godišnje</p>
<p>5. Cijepljenje Zapis o statusu cijepljenja (uključujući datume); <u>Strogo se preporučuje:</u> Cijepljenje protiv Tetanusa i Hepatitisa A i B</p>	<p>Obvezno, mora se ažurirati jednom godišnje</p>
<p>C) Opći liječnički pregledi</p>	
<p>Ovo je drugi dio rutinskog liječničkog tjelesnog pregleda</p>	
<p>1. Visina</p>	<p>Obvezno jednom godišnje</p>
<p>2. Težina</p>	
<p>3. Krvni tlak (kako bi se osigurala valjanost stalnog testiranja, preporuča se uvijek koristiti istu ruku i naznačiti to u igračevom liječničkom kartonu)</p>	
<p>4. Glava i vrat (oči sa testom vida, nos, uši, zubi, grlo, štitnjača)</p>	
<p>5. Limfni čvorovi</p>	
<p>6. Prsa i pluća (kontrola, auskultatorno, udarni, širenje grudnog koša kod udisaja i izdisaja)</p>	
<p>7. Srce (zvukovi, šumovi, bilo, aritmija)</p>	
<p>8. Abdomen (uključujući kilu, ožiljke)</p>	
<p>9. Krvne žile (npr. periferno bilo, šumovi žila, proširenje vena)</p>	
<p>10. Pregled kože</p>	
<p>11. Živčani sustav (npr. refleksi, senzorne nepravilnosti)</p>	
<p>12. Motorički sustav (npr. slabost, atrofija)</p>	

D) Specijalistički kardiološki pregled

Kao načelo, mora biti obavljen standardni 12-kanalni elektrokardiogram (EKG) i ehokardiografija prvom prilikom tijekom igračeve karijere i posebice ukoliko na to ukazuje klinički pregled. Ukoliko to naznačuje anamneza i klinička indikacija preporuča se obaviti ponovljeno testiranje koje uključuje ergometriju (EKG u naporu) i ehokardiografiju.

Radi svrhe licenciranja klubova, obvezno je obaviti standardni 12-kanalni EKG i jednu ehokardiografiju na svim registriranim igračima kluba tražitelja licence.

Rezultati provedenih pregleda moraju biti priloženi liječničkom kartonu igrača.

1. Elektrokardiogram (12-kanalni EKG)	Obvezno jednom godišnje
2. Ehokardiografija	

E) Laboratorijske pretrage

Budući da često klubovi tražitelji licence imaju multinacionalnu momčad, obvezne su i strogo se preporučuju dolje navedene pretrage, kao način za obavljanje iscrpnih laboratorijskih pretraga. Donja lista niti u kojem slučaju nije potpuna.

Sve laboratorijske pretrage moraju biti obavljene uz jasan pristanak igrača i sukladno nacionalnim zakonima (npr. liječnička tajna, pitanja diskriminacija, vjerske slobode i sl.).

1. Krvne vrijednosti (hemoglobin, hematokrit, eritrociti, leukociti, trombociti)	Obvezno jednom godišnje
2. Test urina (test mjerne trakice kako bi se utvrdila razina proteina i šećera)	
3. Sedimentacija	Preporuka
4. CRP (C-reaktivni protein)	
5. Masnoće u krvi (kolesterol, <i>HDL</i> i <i>LDL</i> kolesterol, trigliceridi)	
6. Glukoza	
7. Urična kiselina	
8. Kreatinin	
9. Aspartat amino-transferaza (AST)	
10. Alanin amino-transferaza (AAT)	
11. Gama- glutamil-transferaza (GAMA GT)	
12. Kreatin kinaza	
13. Kalij	
14. Natrij	
15. Magnezij	
16. Željezo	Preporuka
17. Feritin	
18. Krvna grupa	
19. HIV test	
20. Hepatitis test	

F) Ortopedski pregled i funkcionalni testovi

U sportsko medicinskim ispitivanjima uobičajeno je da su ovi pregledi obvezni.

Točke od 7 do 9 se preporučuju kako bi pomogle klupskim liječnicima u preventivnim strategijama i testovima u rehabilitaciji ozlijeđenih igrača.

Nadalje, klupskim liječnicima se savjetuje da razmotre potrebu isključenja stanja spondilolize i spondilolisteze.

Reference za daljnju pomoć u svezi funkcionalnih testova:

- *Simple but reliable functional tests: Ekstrand J, Karlsson J, Hodson A. Football Medicine. London: Martin Dunitz (Taylor & Francis Group), 2003:562;*
- *Range of motion and tests for muscle tightness: Ekstrand J, Wiktorsson M, Oberg B et al. Lower Extremity goniometric measurements: a study to determine their reliability. Arch Phys Med Rehabil 1982;63:171-5;*
- *One-leg hop test: Ageberg E, Zatterstrom R, Moritz U. Stabilometry and one-leg hop test have test-retest reliability. Scand J Med Sci Sports 1998;8-4:198-202;*
- *SOLEC test: Ageberg E, Zatterstrom R, Moritz U. Stabilometry and one-leg hop test have high test-retest reliability. Scand J Med Sci Sports 1998;8-4:198-202.*

1. Stup kralješnice: pregled i funkcionalni pregled (osjetljivost, bol, pokretljivost)

2. Ramena: bol, pokretljivost i stabilnost

3. Kuk, prepone i bedra: bol i pokretljivost

4. Koljeno: bol, pokretljivost, stabilnost i izljev

5. Donji dio noge: bol (*shin splint* sindrom, ahilova tetiva)

6. Gležanj i stopalo: bol, pokretljivost, stabilnost i izljev

7. Raspon pokreta (ROM) i testovi za mišićnu gustoću

- a) Aduktori
- b) Strašnja loža
- c) Iliopsoas
- d) Kvadriceps
- e) Gastroknemius
- f) Soleus

8. Mišićna snaga (test skakanja na jednoj nozi)

9. Test mišićne ravnoteže (SOLEC test: stajanje na jednoj nozi sa zatvorenim očima)

**Obvezno
jednom
godišnje**

Preporuka

G) Radiološki pregled i ultrazvučno snimanje

Ukoliko tako indiciraju klinički i funkcionalni nalazi nakon obavljenog liječničkog pregleda, moguće je učiniti dodatne radiološke pretrage koje uključuju ultrazvučno snimanje, rentgenski snimak, CT i MRI, te po potrebi i druge imidžning metode.

Rezultati obavljenih pretraga (snimke i nalazi), posebice nakon ozljeda, moraju biti priloženi igračevom liječničkom kartonu.

2. ZDRAVSTVENA SKRB O IGRAČIMA MLADIH UZRASTA

Sukladno kriteriju S.01 Pravilnika o licenciraju klubova HNS, klubovi tražitelji licence moraju imati program razvoja mlađih uzrasta koji opisuje, između ostalog,

Zdravstvena skrb o igračima mlađih uzrasta uključujući redovne medicinske preglede

Organizacija u smislu zdravstvene skrbi, koja se uvodi u slučaju utakmica koje se odigravaju na domaćem terenu i u gostima (uključujući putovanja) mora biti također opisana u programu razvoja mlađih uzrasta tražitelja licence.

2.1. OBVEZNA PITANJA U SVEZI ZDRAVSTVENE SKRBI IGRAČA

Klupski program razvoja mlađih uzrasta mora najmanje obuhvaćati sljedeća pitanja koja se odnose na zdravstvenu skrb za igrače mlađih dobnih uzrasta:

- a) Ime/adresa/broj telefona odgovornog liječnika za utakmice na domaćem terenu i treninge;
- b) Za malodobne igrače: Ime/adresa/ broj telefona roditelja ili staratelja;
- c) Za malodobne igrače: Pisani pristanak roditelja ili staratelja igrača za zdravstvene preglede i intervencije u hitnim slučajevima;
- d) Lokaciju opreme za prvu pomoć na stadionu i objektima za treniranje;
- e) Lokaciju i detalje za kontakt najbliže bolnice;
- f) Organizaciju zdravstvene skrbi na utakmicama u gostima (obveza je organizatora utakmice da liječnik kluba domaćina također brine i o igračima gostujuće momčadi);
- g) Odgovornosti trenera mlađih uzrasta u slučaju nesreće/ozljede (npr. prva pomoć, kontaktiranje roditelja);
- h) Obrazovanje igrača mlađih uzrasta o prvoj pomoći i procedurama u slučaju nesreće/ozljede;
- i) Specifična organizacija koju uvodi tražitelj licence u pogledu zdravstvenih pregleda igrača momčadi mlađih uzrasta i vođenje liječničkih kartona.