

SPORCU LİSANS MUAYENELERİNİN STANDARTLAŞTIRILMASI

STANDARDIZATION OF PREPARTICIPATION MEDICAL INVESTIGATIONS OF ATHLETES

SUMMARY

Recently two very young athletes died suddenly during competitions unexpectedly; one in handball and the other in fencing in Turkey. During the last four years, two other cases were recorded in basketball and soccer. Unfortunately, no autopsy was performed to elucidate the causes. The importance of preparticipation evaluations in athletes is stressed and the methods of investigation are discussed. A new standard form for these investigations is proposed, prepared by the Turkish Association of Sports Medicine.

Yakın zamanlarda yurdumuzda spor alanı ve salonlarında genç sporcularda hentbol ve eskrimde beklenmeyen ani ölümle sonuçlanan iki olay görülmüştür. Son yıllarda da basketbol ve futbolda benzeri iki olay yaşanmıştır. Ne yazık ki bu olaylardan sonra otopsi yapılmadığından sebepleri anlaşılamamıştır. Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü'nün son sağlık kurulu toplantısında konunun önemi üzerinde durulmuş ve spora katılım öncesi yapılacak sağlık kontrollerinin standartlaşması için öneriler tartışılmıştır. Bu açıdan spora katılan kişilerden bir sporcu lisans muayenesinden geçmeleri ve bunun her yıl kontrol edilmesi beklenir. Sporda sakatlanmaların önlenmesi için de bu muayenelerde kişinin fizik kapasitelerinin iyi değerlendirilmesi gerekir.

Sporcu sağlık muayeneleri şu amaçlara yönelik yapılır: 1) sporcunun genel sağlık durumunun saptanması, 2) mevcut defektlerin, sağlık arızalarının ortaya çıkarılması, 3) sakatlanmalara hazırlayıcı durumların belirlenmesi, 4) sporcunun iyi bir düzeye gelmesi için gereken tedavinin yapılması, 5) kişinin kendi yeteneklerine göre uygun spora yönlendirilmesi. Sporcunun değerlendirilmesi derinlemesine

yapılmalı; olgunluk düzeyi, fiziksel gelişmişliği, fiziksel uygunluk düzeyi özellikle belirlenmiş olmalıdır.

Fiziksel değerlendirme, sadece sporcuların, güvenilir katılımlarının fizik gereksinimlerini saptamakla kalmamalı, ayrıca kontrol muayenelerinde saptanmış zararlı olabileceği düşünülen sağlık arızalarına rağmen, kişinin güvenli olarak spora katılmasına olanak tanyacak şekilde, etraflı incelemeler yapılarak, spordan zarar görmeksizin katılım imkanlarını da araştırmalıdır.

Sporcu muayeneleri, spor sezonunun başlamasından yaklaşık 3-5 hafta kadar önce yapılmalı; böylece saptanabilen bazı durumların etraflıca incelenerek nihai bir değerlendirme için gerekli süre elde bulundurulmalıdır. Aynı zamanda bu süre içinde bazı küçük arızalar, örneğin kassal zayıflıklar, cilt arızaları, küçük infeksiyonlar da düzeltiler. Muayenelerin yürütüldüğü yer, mümkün olduğunca, mevcut bir sağlık kuruluşunda, okulun/kulübün sağlık odasında veya hekimin muayene yerinde olmalıdır. Böylece doğru bir değerlendirme için gerekli olan sakin ve özel ortam sağlanabilir. Genelde spor salonu, soyunma odası gibi yerlerde yapılan muayeneler sağlıklıdır.

Anamnez, sporcu muayenesinde de önem taşır. Bunun için aile hekimi gibi sağlık kontrolünde yardımcı olacak meslekdaşlar ile işbirliğine gidilmesi yararlıdır. Zira aile hekimi, kişinin sakatlanma, hastalık gibi sporcunun fiziksel uygunluğunu etkileyebilecek durumları daha iyi bilebilecektir. Örneğin önceleri geçirilmiş darbe, düşmeler, allerjiler, kanama eğilimleri, kronik hastalıklar, eklem yaralanmaları, önemli hastalıklar, cerrahi girişimler ve aile hikayesi hakkında bilgiler. Tetanoz aşısı ve tekrarları, poliomyelit, difteri gibi aşılardan tarihleri ile not edilmeli; alışkanlıklar, yeni yapılmış idrar ve kan muayeneleri de kaydedilmelidir. Bu bilgilerin kaydedilmesi için sporcu veya ana-babasının, hekiminin dolduracağı tıbbi muayene soru formlarının kullanılması, muayenede zaman kazanılması açısından da yararlıdır.

Tıbbi muayenenin yapılmasında ekip çalışması yararlıdır. Spor Hekimliği Uzmanı henüz ülkemizde 16 kişidir ve her sağlık kuruluşunda bulunamaz. Muayeneyi yürüten ekipte spor hekimi, ortopedik cerrah, iç hastalıkları uzmanı, genel cerrah, kulak burun boğaz uzmanı, biokimya uzmanı, ağız sağlığı için diş tabibi ideal muayene ekibini teşkil eder. Gerektiğinde diğer uzmanlardan da

konsültasyon istenebilir: kardiyolog, çocuk hekimi gibi. Hemşire, beden eğitimi, fizyoterapist, psikolog, diyetisyen gibi diğer paramedikal personel de yardımcı olabilir. Hemşire, görme işitme testleri, boy-ağırlık, kan basıncı, nabız, solunum gibi klinik bilgileri sağlayabilir. Beden eğitimi veya fizyoterapist performans testleri, vücut yapısı, postür, fleksibilite, güç ölçümlerinde yardımcı olur. Psikolog kişinin ruhsal, davranış sorunları için yardımcı olabilir.

Fizik muayenede, özellikle ilk muayenede etraflı bir inceleme yapılmalıdır. Boy, ağırlık, kan basıncı, baş, boyun, boğaz, göz, akciğerler, kalp, karın, sırt, hareket sistemi, ekstremiteler iyice gözden geçirilmeli, endokrin veya metabolik bir arızayı şüphe ettirecek belirtiler not edilip araştırılmalıdır. Gereken hallerde istirahat ve efor ile de inceleme yapılır.

Laboratuvar muayenesi olarak imkan var ise kan sayımı, Hb, Hct ve idrar muayenesi de yapılmalıdır. Gerekli duyulan durumlarda Ekg, radyolojik, ekokardiografik incelemeler veya diğer kan bulguları araştırılır (açlık kan şekeri, lipidler gibi).

Aşağıda Türkiye Spor Hekimleri Derneğimizin önerisi olarak sunulan Sporcu Sağlık Muayenesi formu sunulmaktadır. Bu form kendi çalışmalarımız ile Amerikan Spor Hekimliği Koleji, Amerikan Aile Hekimliği ve Amerikan Pediatri Birliği önerileri doğrultusunda hazırlanmıştır. Gençlik Müdürlüğü'nce kabul edilecek formun ülkede yaygın kullanımı için çalışılacaktır.

Prof. Dr. Fikret DURUSOY

SPORCU SAĞLIK MUAYENESİ FORMU

SPORCUNUN Adı : Soyadı : Doğum Tarihi : Sağlık Hikayesi (doldurulacak)	Hekim adı soyadı : İşyeri adresi : Tel :		
Kronik/tekrarlayan hastalık	Vital bulgular		
Hastanede yatış	Boy	Nabız	
Cerrahi tedavisi	Ağırlık	Kan Basıncı	
Eksik organ	Fizik muayene sonuçları	Tavsiye	
Isı çarpması, vurgun	Genel Bulgular		
Halsizlik, bayılma	Baş-boyun		
Baş ağrısı, konvülsion	Göz		
Bilinç kaybı	KBB		
Çarpma	Diş		
Gözlük, kontakt lens	Göğüs		
İşitme kaybı	Kalp		
Diş, protez, köprü, dolgu	Karın		
Öksürük, ağrı	Genital organ		
Kan basıncı/kalp problemleri	Nöroloji		
Karaciğer, böbrek, dalak problemi	Kas iskelet		
Fıtık	Cilt		
Kemik/eklem yaralanması	Allerji		
Zorlanma, çıkık	Lab	Hb	Htc
Cilt hastalığı	Diğer		
Allerji	Ekg	Radyoloji/Echo	
Tetanoz aşısı			
Son 10 yıl	Özet :		
Alışkanlıklar			
Dolduranın adı soyadı	Spora katılabilir	Evet	Hayır
İmzası	Sınırlamalar		
Tarih			