



# **Magyar Fallabda (Squash) Szövetség**

## **S P O R T E G É S Z S É G Ü G Y I**

### **S Z A B Á L Y Z A T A**

*Az Országos Sportegészségügyi Intézet szakmai ajánlása alapján készült:*

*Budapest, 2017. február 10.*

*Jóváhagyta: Welesz Balázs elnök*

# TARTALOMJEGYZÉK

<b>BEVEZETÉS</b> .....	3
<b>1. Általános sportegészségügyi vonatkozású szabályok</b> .....	4
<b>A sportolók és a sportszakemberek sportorvosi vizsgálata</b> .....	4
<b>A sportorvos feladatai</b> .....	5
<b>2. Alkalmassági és időszakos sportorvosi vizsgálatok</b> .....	5
<b>Alkalmassági vizsgálat</b> (versenyzés megkezdése előtt): .....	6
<b>Az időszakos sportorvosi vizsgálat</b> („versenyezhet” minősítésért):.....	6
<b>A sportorvosi engedély sportágtól független kötelező tartalmi elemei:</b> .....	7
<b>3. Kötelező orvosi vizsgálatok és sportegészségügyi tesztek</b> .....	8
<b>4. A biztonságos játékra vonatkozó alapvető feltételek</b> .....	11
<b>5. Alapvető egészségügyi felszerelések, illetve egészségügy személyzet meghatározása</b> ..	11
<b>6. Gyakoribb sérülések</b> .....	11
<b>7. Elsősegély nyújtási információk</b> .....	12
<b>8. Sportbiztosításra vonatkozó előírások</b> .....	12

## **BEVEZETÉS**

A sportról szóló 2004. évi I. törvény 2017. január 1-étől kezdődően a szakszövetségek részére előírja, hogy sportegészségügyi szabályzatot kötelesek alkotni a sportág rendeltetésszerű működése érdekében.

Jelen szabályzat ezen kötelezettségnek kíván megfelelni oly módon, hogy figyelembe veszi a sportorvoslás szabályairól és a sportegészségügyi hálózatról szóló 215/2004. (VII. 13.) Korm. rendelet vonatkozó paragrafusait is.

A sportegészségügyi vizsgálatok és hatósági engedélyezés során az Országos Sportegészségügyi Intézet szakmai útmutatója a mérvadó.

# 1. ÁLTALÁNOS SPORTEGÉSZSÉGÜGYI VONATKOZÁSÚ SZABÁLYOK

## A SPORTOLÓK ÉS A SPORTSZAKEMBEREK SPORTORVOSI VIZSGÁLATA

Versenyszerűen sportoló az a természetes személy, aki a sportszövetség által kiírt, szervezett vagy engedélyezett versenyeken, vagy versenyrendszerben vesz részt. A versenyző vagy amatőr, vagy hivatásos sportoló. Hivatásos sportoló az a versenyző, aki jövedelemszerzési céllal foglalkozásszerűen folytat sporttevékenységet. Minden más versenyző amatőr sportolónak minősül.

A versenyző a rendszeres edzések megkezdése, valamint a sportorvosi engedély érvényességi idejének lejárta előtt sportorvosi vizsgálaton köteles részt venni. Versenyezni csak érvényes sportorvosi engedéllyel lehet.

A sportorvosi vizsgálatot az Országos Sportegészségügyi Hálózat területileg illetékes sportorvosai végzik az OSEI szakmai irányelvei alapján.

A sportorvosi vizsgálatokat - lehetőség szerint mindig azonos sportorvosi rendelőben - a sportszervezet székhelye, a versenyző lakóhelye, munkahelye vagy az iskola székhelye szerint illetékes sportorvosok végzik.

A sportorvosi vizsgálatot végző orvosnak sportorvosi szakképesítéssel kell rendelkeznie és az OSEI-vel jogviszonyban kell állnia. Ellenkező esetben a sportorvosi engedély érvényességét igazoló bélyegző használatára nem jogosult, az általa lepecsételt engedély nem használható versenyzésre.

A nemzeti válogatott keretek tagjai esetében a sportorvosi vizsgálatokat az OSEI központi telephelyén tevékenységet végző sportegészségügyi szakrendelésének sportorvosai végzik.

A nemzeti válogatott keretek keretorvosai olyan sportorvosok, akik az OSEI főigazgató főorvosának kijelölése alapján - az OSEI szakmai irányelvei szerint - látják el feladatukat.

A sportorvosi vizsgálat eredményét a sportszövetség által külön e célra készített nyomtatványon (sportorvosi engedély) kell nyilvántartani. A sportorvosi engedélyek online nyilvántartó rendszerében (OSEI-OSH-VKESZ Regiszterben, azaz a Sportolói Regiszterben) nem szövetség feladata nyilvántartani.

A sportszövetség a szabályzatában meghatározottak szerint lehetővé teheti, hogy az általa, illetve a közreműködésével kiírt vagy szervezett utánpótlás és senior versenyen az amatőr sportoló egy versenyre (mérkőzésre) szóló versenyzési engedéllyel

(rajtengedély) részt vegyen, ebben az esetben sportorvosi versenyzési engedély nem szükséges. Rajtengedélyt az iskolaorvos, a házi orvos és a házi gyermekorvos adhat.

## **A SPORTORVOS FELADATAI**

A sportorvos a sportegészségügyi ellátás keretében:

Az egyes sportágakban - az OSEI szakmai irányelvei alapján - elvégzi a versenyző és a sportszakember sportorvosi vizsgálatát.

Szakmailag indokolt esetben kiegészítő vizsgálatokat végez a versenyző megbetegedésének és sérülésének megelőzése, továbbá kezelése és rehabilitációja érdekében.

Tudományos vizsgálatokat és kutatásokat végezhet a fizikai aktivitás emberi szervezetre gyakorolt hatásával, valamint annak hiányával kapcsolatban, a túlterhelésből adódó szövődmények, illetve sérülések elkerülése érdekében; illetve ezen vizsgálatok eredményeit alkalmazza a versenyzők ellátása során.

Rendelésén ellátja a sportrendezvényeken bekövetkezett sérüléseket és egyéb orvosi beavatkozást igénylő panaszokat.

A versenyző lehető legjobb teljesítménye elérése érdekében tájékozódik a tudományosan megalapozott és bizonyítékokon alapuló megengedett teljesítményfokozó módszerekről, és tanácsot ad azok gyakorlati alkalmazására vonatkozóan; továbbá közreműködik az edzéstervek kidolgozásában.

A doppingellenes tevékenység keretében megelőző, felvilágosító, nevelő, ellenőrző munkát folytat.

Szaktanácsadást végez az egészséges életmód, a táplálkozás és a megfelelő testsúly kialakítása, valamint az emberi szervezet fizikai aktivitásának növelése vonatkozásában.

## **2. ALKALMASSÁGI ÉS IDŐSZAKOS SPORTORVOSI VIZSGÁLATOK**

A rendszeres edzések megkezdésének a feltétele az „alkalmas” minősítés. Az „alkalmas” minősítés versenyzésre önmagában nem jogosít, ahhoz a sportszövetség szabályzataiban foglalt további feltételek teljesítése is szükséges.

### **ALKALMASSÁGI VIZSGÁLAT (VERSENYZÉS MEGKEZDÉSE ELŐTT):**

- A sportorvosi kérdőív kitöltése, anamnézis felvétele
- Fizikális vizsgálat, testtömeg és testmagasság, vérnyomás és pulzuszérés
- További szakvizsgálatok: 12 elvezetési EKG  
vizelet általános és üledék  
szükség esetén terhelési vizsgálat

Amennyiben az elvégzett vizsgálatok alapján további vizsgálat szükséges (labor, CT, MR, stb.) ezek elvégzendők a végső döntés meghozatala előtt. Kardiológiai elváltozás esetében a versenyzési engedély megadása szempontjából a 36. Bethesda Konferencia ajánlásai mérvadóak.

Versenyezni csak „versenyezhet” minősítés esetén lehet.

A versenyzéshez szükséges sportorvosi engedély érvényességi ideje 18 éven aluli és 65 éven felüli versenyző esetén 6 hónapnál, 18 éven felüli versenyző esetén 1 évnél hosszabb nem lehet. Az életkor elbírálásánál a sportorvosi vizsgálat időpontját kell figyelembe venni.

A vizsgálatot végző sportorvos a sportorvosi engedély érvényességét rövidebb időben is megállapíthatja, ha a versenyző egészségi állapota vagy várható nagyobb terheléssel járó fokozott igénybevétele ezt indokolja.

### **Az időszakos sportorvosi vizsgálat („versenyezhet” minősítésért):**

- anamnézis (sportorvosi kérdőív kitöltése, az előző vizsgálat óta történt változások egyeztetése)
- fizikális vizsgálat, vérnyomás és pulzus mérés
- testtömeg és testmagasság mérés
- 12 elvezetési EKG
- vizelet vizsgálat
- vízús és látásélesség vizsgálat (kóros eredménynél szemészeti szakvizsgálat)
- szakvizsgálatok (sportágtól és életkortól függően)

Az alkalmassági, valamint az időszakos sportorvosi vizsgálat eredménye a **Versenyyengedély-kérőlap**on kerül fellevezetésre. mely a SIR rendszer nyilvántartásában

is felvezetésre kerül. A vizsgálatot végző sportorvos által az OSEI-OSH-VKESZ Regiszterben, azaz ***a Sportolói Regiszterben rögzítendő.***

#### **A SPORTORVOSI ENGEDÉLY SPORTÁGTÓL FÜGGETLEN KÖTELEZŐ TARTALMI ELEMEI:**

<p>1. A versenyző</p> <p>a) neve:</p> <p>b) egyesületének neve:</p> <p>c) születési helye és ideje:</p> <p>d) anyja neve:</p> <p>e) lakcíme:</p> <p>f) fényképe:</p> <p>g) sportág:</p> <p>h) sportolói jogállása (amatőr, hivatásos):</p> <p>2. A sportorvosi vizsgálat</p> <p>a) elvégzésének időpontja:</p> <p>b) eredménye:</p> <p><i>alkalmas      versenyezhet      nem alkalmas      nem versenyezhet</i></p> <p>3. A sportorvosi engedély érvényességi időtartama:</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

A sportorvosi engedély egyéb egészségügyi adatot nem tartalmazhat.

Ha a versenyző a területi, illetve a megyei sportorvos sportorvosi vizsgálatának eredményével nem ért egyet, akkor 8 napon belül az OSH igazgatójától kérheti az alkalmasság másodfokon történő orvosi elbírálását. Amennyiben a versenyző a másodfokon hozott döntéssel sem ért egyet, az egészségügyi alkalmasság megállapítása iránt 15 napon belül az OSEI főigazgató főorvosához fordulhat.

### 3. KÖTELEZŐ ORVOSI VIZSGÁLATOK ÉS SPORTEGÉSZSÉGÜGYI TESZTEK

A sportpolitikáért felelős miniszter minden év február 28-áig a tárgyévre vonatkozó támogatási szerződést köt az OSEI-vel - a sportpolitikáért felelős miniszter, a Magyar Olimpiai Bizottság, a Magyar Paralimpiai Bizottság, valamint a Nemzeti Versenysport Szövetség által meghatározott - **kiemelkedő sportteljesítményt nyújtó versenyzők speciális sportegészségügyi ellátása** érdekében. A versenyzők meghatározásában a sportági szövetségek ajánlása a mérvadó.

A támogatási szerződésben foglaltak szerint az OSEI a következő ellátásokat biztosítja, feladatokat látja el:

- a) több szakkonzíliumból álló emelt szintű alkalmassági vizsgálat;
- b) terhelhetőséget megállapító élettani vizsgálat;
- c) táplálkozási szaktanácsadás;
- d) sportpszichológiai vizsgálat;
- e) a nemzeti válogatottak keretorvosi hálózata szakmai tevékenységének összehangolása és működtetése;
- f) edzőtáborok és az olimpiai központok sportorvosi ellátásának működtetése;
- g) a sportolók és sportszakemberek számára elsősegélynyújtó tanfolyamot szervez.

Az OSEI térítésmentes szolgáltatásokat nyújt a sportági szövetségek által meghatározott kiemelt élsportolóknak, válogatott kerettagoknak, utánpótlás válogatott sportolóknak a Magyar Olimpiai Bizottság, a Magyar Paralimpiai Bizottság és a Nemzeti Versenyzési Szövetség jóváhagyása alapján, a sportért felelős miniszter támogatásával.

A kijelölt keret számára igénybe vehető klinikai szűrővizsgálatok, terheléses vizsgálatok, pályavizsgálatok és biomechanikai vizsgálatok, valamint a további támogatott rehabilitációs kezelések lehetőségei az OSEI-ben a következők:

#### Az emelt szintű klinikai szűrővizsgálati csomag tartalma:

- belgyógyászat: kórelőzmény felvétele, sportegészségügyi kérdőív kitöltése, fizikális státusz felvétele, testösszetétel meghatározás



- komplex laboratóriumi vizsgálat
- kardiológia: kardiológiai szakvizsgálat, 12 elvezetéses EKG, terheléses EKG, kardiológiai UH vizsgálat
- szemészeti szakvizsgálat
- fül-orr-gégészeti szakvizsgálat
- ortopédiai szakvizsgálat
- pszichológiai szűrővizsgálat
- fogászati szűrővizsgálat
- kérdőíves felmérés: táplálkozási szokásokat felmérő elektronikus kérdőív kitöltése, emésztőszervi tüneteket felmérő kérdőív kitöltése, táplálék-kiegészítők fogyasztását felmérő kérdőív kitöltése, allergiás tüneteket felmérő kérdőív kitöltése
- személyre szóló dietetikai tanácsadás
- kiértékelés, személyes konzultáció

A teljesítmény-élettani szűrővizsgálat tartalma (egyén és sportág specifikus):

- antropometria vizsgálat
- szív-keringés és vegetatív idegrendszer vizsgálat
- anyagcsere diagnosztika
- nyugalmi és/vagy terheléses oxigén szaturáció mérése fotometriás eljárással
- támasztórendszer diagnosztika vizsgálat, gerinchiagnosztika
- idegrendszer vizsgálat, nyugalmi és terheléses reakció idő mérése
- terheléses ergometria vagy spiroergometria, spirometria – légző rendszeri vizsgálat
- digitális jegyzőkönyv készítése, konzultációval és tanácsadással egybekötött értékelés

Teljesítmény-diagnosztikai helyszíni pályavizsgálat:

- antropometria vizsgálat
- szív-keringés és vegetatív idegrendszer vizsgálat
- anyagcsere diagnosztika
- nyugalmi és/vagy terheléses oxigén szaturáció mérése fotometriás eljárással
- támasztórendszer diagnosztika vizsgálat, gerinchiagnosztika
- idegrendszer vizsgálat, nyugalmi és terheléses reakció idő mérése
- terheléses ergometria vagy spiroergometria, spirometria – légző rendszeri vizsgálat
- digitális jegyzőkönyv készítése, konzultációval és tanácsadással egybekötött értékelés

- sportpszichológiai vizsgálat és kiértékelés
- sportág specifikus terhelés-élettani pályateszt
- web adatmenedzselés

#### Biomechanikai vizsgálatok:

- sportágspecifikus reakcióidő mérése
- sportágspecifikus teszt végzése
- mozgáselemzés végzése
- abszolút, relatív és robbanékony erő mérése

#### Sportolók sérüléseinek és rehabilitációjának támogatott kezelési lehetőségei:

- Lökéshullám-kezelés
- Fitvibe vibrációs tréner
- Testösszetétel meghatározás, kontroll
- Fizikai terheléstervezéshez labordiagnosztikai szűrővizsgálati csomag

Az esetmenedzselte ellátást az Olimpiai Rendelőben szervezik és végzik a válogatott keret számára, melyhez időpontegyeztetés szükséges. (Bejelentkezésre 7:30 és 15:00 óra között a 488-61-22 telefonszámon, vagy az [olimpia@osei.hu](mailto:olimpia@osei.hu) e-mail címen van lehetőség.)

Azok a versenyzők, akik nem részesülnek kiemelt szintű ellátásban, önköltséges, vagy egyéb támogató (szövetség, klub vagy szponzor) által finanszírozott formában vehetik igénybe az OSEI szolgáltatásait.

Az OSEI Call Center koordinációs tevékenységének segítségével, a MOB, az MPB, valamint a NVESZ által meghatározott **kiemelt élsportolói keret részére soron kívüli, emelt szintű egészségügyi ellátásokat** biztosít, országos lefedettséggel, 11 meghatározott egészségügyi intézmény együttműködésével.

A szolgáltatást a **06-80-566-366-as ingyenesen hívható telefonszámon lehet igényelni 0-24 órában.** Az igénybejelentés során az OSEI egészségügyi diszpécser megállapítja a sportoló jogosultságát, majd az ellátási igényének és a sportoló területi elhelyezkedésének megfelelő szolgáltatónál leszervezi a szükséges vizsgálatok, kezelést. A koordináció állapotáról folyamatosan értesíti a sportolót.

Az OSEI a kiemelkedő teljesítményt nyújtó sportszakemberek, a sportirányításban részt vállaló munkatársak, valamint a senior sportolók és az Olimpiai Bajnokok Klubjának tagjai részére emelt szintű klinikai szűrővizsgálatokat is végez.

## **4. A BIZTONSÁGOS JÁTÉKRA VONATKOZÓ ALAPVETŐ FELTÉTELEK**

A sportrendezvényen a szervező a sportág jellegének megfelelő sportegészségügyi ellátást köteles biztosítani.

A sportrendezvényen és a szabadidősport eseményen a szervező a rendeletben foglaltak szerint köteles sürgősségi egészségügyi ellátásról gondoskodni.

A MF(S)Sz saját versenyrendszerében a szövetségi versenyeken rendezők részére kötelezően előírja, hogy a verseny ideje alatt egészségügyi felügyeletet biztosítson, mely minimum mentőtiszt illetve mentőápoló személyes jelenlétét feltételezi.

## **5. ALAPVETŐ EGÉSZSÉGÜGYI FELSZERELÉSEK, ILLETVE EGÉSZSÉGÜGY SZEMÉLYZET MEGHATÁROZÁSA**

A sportszervezet keretében sporttevékenységet folytató versenyző számára a sportszervezet köteles biztosítani a sportág jellege szerinti biztonságos sporttevékenység folytatásához szükséges feltételeket. Ez első sorban a biztonságos versenyzésre alkalmas pályát jelenti, különös tekintettel a padlózat csúszásmentességére.

A sportág sajátosságára való tekintettel játékvezetők kiemelt feladata a játékosok figyelmeztetése és szabályozása a biztonságos játék szabályainak érvényesítésére.

## **6. GYAKORIBB SÉRÜLÉSEK**

A sportág szokatlan sajátossága, hogy az ellenfelek egy azonos térfélen játszanak úgy, hogy a testi kontaktust kerülniük kell, illetve a veszélyes helyzetekben a játékot meg kell szakítani, és a játékvezetőtől új labdamenetre kell engedélyt kérni. A sérülések egyik csoportja ennek az alapszabálynak a be nem tartásából adódhat. Előfordulhat:

- játékosok testi kontaktusa, melynek erejéből sérülés adódhat

- játékosok ütéssel megütik egymást, ezzel hámsérülést, súlyosabb esetben zúzódást, akár törést is okozva

- játékosok labdával ütik meg egymást, mely az erősségtől függően komolyabb sérülést is okozhat ***(Utánpótlás edzéseken és versenyeken a játékosok csak védőszemüveg használatával léphetnek pályára.)***

- játékosok a játék hevében, vagy akár egyensúlyvesztés miatt nagy erővel a játékkeret határoló falnak ütköznek, ennek erősségétől függően akár súlyosabb sérülés is bekövetkezhet

További gyakori sérülés még a lábak meghúzódása illetve boka és térdízületek ficama, szalagok húzódása, részleges vagy teljes szakadása.

## **7. ELSŐSEGÉLY NYÚJTÁSI INFORMÁCIÓK**

Az OSEI a sportági szövetségek sportolói és sportszakemberei számára rendszeres elsősegélynyújtó tanfolyamot szervez, mely előzetes jelentkezéssel térítésmentesen igénybe vehető.

## **9. SPORTBIZTOSÍTÁSRA VONATKOZÓ ELŐÍRÁSOK**

A sportszövetség nem határozza meg, hogy mennyiben, illetve milyen versenyrendszer vagy verseny esetén írja elő a versenyengedély (rajtengedély) megszerzésének előfeltételéül a versenyző sporttevékenységével összefüggő biztosítását azzal, hogy a 18. életévét be nem töltött versenyző javára a sporttevékenységével összefüggő biztosítás megkötése kötelező. A versenyengedéllyel rendelkező sportolók a SIR keretében kiállított plastikkártyával minimális alapt biztosításra jogosultak, ezt egyénileg kiegészítő biztosításokkal láthatják el.

A hivatásos sportolónak a munkaviszony vagy megbízási jogviszony keretében kifejtett sporttevékenysége során történt balesete üzemi balesetnek minősül. A munkáltató vagy a megbízó köteles a hivatásos sportoló javára élet- és sportbaleset-biztosítást kötni.