

2018. év BESZÁMOLÓ

MESZ ORVOS ÉS DOPPING ELLENES BIZOTTSÁG:

Elnök: Dr.Kokas Péter. PhD Sebész, Gasztroenterologus, FISA Orv.Biz.Külső Konzultáns

Tagok: Dr.Matusovits Andrea Aneszteziológus és intenzív terapeuta, sportszakorvos, MOB Orv.Biz tag ,a válogatott keret orvosa.1

Dr.Győre István.- Fiziológus orvos.-Terhelés élettanász -TE-terhelésélettani labor.

Dr,Csonka Csaba med.habil. (2018. májustól) orvos,biométernök,mikrobiologus -SZTE ÁOK Sportorvostudományi Tanszék h.vezetője.

Egészségügyi TEAM:

vezető: Dr. Matusovits Andrea sportszakorvos, keretorvos

tagok: Dr. Kator Miklós mozgásszervi rehabilitációs szakorvos, sportszakorvos,

Hornyik József pszichológus

Lajkó Zsuzsanna gyógytornász

Sportmasszőrök

I/1. A MESZ egyéb bizottságainak működésétől eltérően, nem tartott ügyrendjében előre tervezett üléseket a bizottságunk. Rendszeres és folyamatos konzultáció folyt az egész év során a világversenyekre való felkészülések mentén a társ szakmákkal, (pszichológus, dietetikus, fizioterápiás szakemberek, mozgásszervi rehabilitációs szakorvos, sportmasszőr).

A versenyzők, a válogatott keret és utánpótlás keret, valamint a para evezősök egészségügyi ellenőrzése, felmérése és - szükség esetén- ellátása történt meg, mint eddig, folyamatos után követéssel. Valamennyi versenyzővel és edzőikkel kapcsolatot tartottunk különböző csatornákon (e-mail, telefon, személyes) egészségügyi állapotuk, szubjektív erőnléti és pszichés állapotuk megbeszélésével, folyamatos ellenőrzésével.

A keretorvos és az egészségügyi team, valamint az OB egyes tagjai biztosították igény szerint a versenyzők egészségügyi háttérét. Rendszeres labor vizsgálatokat végeztünk a válogatott **A** keret és **B** keret, valamint utánpótlás tagjainak, és a para-evezősök vizsgálatait biztosítottuk. A kötelező szűrővizsgálatok az Olimpiai Rendelőben, illetve vidéki központokban kerültek megszervezésre. Több esetben a megfelelő indikációk esetén került sor MRI vizsgálatokra is a MESZ költség vállalásával. Számos esetben az evezős sportágra jellemzően előforduló panasz háttérében gerincsérv szerepelt. Ennek megfelelően egyes versenyzőknél proprioceptív tréning programot és core-tréninget vezettünk be terápiásan és preventív cézzal. Egy esetben volt ujjtörés miatti elhúzódo terápia, sarok fájdalom miatti kezelés és 2 versenyző esetében pajzsmirigybetegség miatti kivizsgálás. Több esetben volt szükség vérszegénység és immungyengeség kezelésére. Előfordultak acut gastroenterologiai betegségek, valamint húgyút fertőzések. Bőrgyógyászati és érsebészeti terápiára is szükség volt 3 versenyző esetében. Kardiologiai kivizsgálások is történtek az A keret tagjainál, a szűrővizsgálatokat követően. Könnyűsúlyú válogatottunknál több hónapig történő izom húzódo hátráltatta a felkészülést. A sérülés miatt kihagyott edzések tényszerűen jelentkeztek az eredményességben. A többi egészségügyi probléma jellemzően gyorsan gyógyuló eset volt.

A testösszetétel méréseket rendszeresítettük. A teljesítmény felméréseket is meghatározott rendszerességgel végeztettük és elemeztük (aszerint, hogy melyik válogatott keretbe tartoznak). Az egészségügyi team analizálva az eredményeket, segítséget nyújtott az edzőmunka tervezéséhez személyre szabottan, valamint a táplálék kiegészítők használatára az aktuális leleteknek megfelelően.

A válogatottak rendelkezésre álló 3 teljesítmény labor mérési módszerei nem azonosak és ebből adódóan is folyamatos szakmai vitát lehet észlelni a Testnevelési Egyetem két laborja és az OSEI szervezetébe tartozó labor vizsgálatait illetően. Már a korábbi években is több alkalommal felmerült, hogy az egységes teljesítmény labor módszerek kialakítása érdekében nemzetközi szaktekintélyek meghívásával kerüljön megszervezésre egy tudományos konferencia. A MOB végül is nem vállalta a konferencia finanszírozását és így ezt a 2016-2017-es évben az előző MOB OB nem tudta megszervezni. További vitát generál az is, hogy sem a Sportigazgató úr sem Goretti mester nem tart különösebb igényt a teljesítmény laborok elemzéseire bármelyik is dolgozzon a különböző keretek tagjaival mindaddig, amíg - megítélésük szerint - a hazai válogatottak beleértve az utánpótlást is nem tudják elérni a legmagasabb nemzetközi szint eléréséhez szükséges edzés volument mind evezős km-ben,

mind pedig az egyéb terhelések volumenében. Ezen véleményektől függetlenül a hazai szakembereink kérésére beállított terhelési vizsgálatok megtörténtek.

Mindenesetre 2019 folyamán szükséges lesz tisztázni a terheléses vizsgálatok körül kialakult eltérő gondolkodást és véleményalkotásokat. Az biztosan állítható, hogy minél előbb szükséges a két nemzetközi szakember és a hazai szakemberek közötti eltérő, legalább is az OB számára eltérőnek mutakozó álláspontokat tisztázni, ugyanis ez bizonytalanságot okoz az OB munka szervezésében is, de a Sport EÜ-re fordítható források felhasználásánál is.

A pszichológus minden edzőtáborba és jelentős versenyre kísérte a versenyzőket. Csoportos és egyéni pszichoterápiát alkalmazott a versenyzőkön, nagymértékben stabilizálva a pszichés hátteret a téthelyzetben való nagy teljesítmény nyújtására. A hatalmas testi-lelki terheléseken alapuló versenyzők és edzők közti feszültségeket sikeresen kezelte, mely hozzájárult az eredményesebb szereplésekhez.

Az A keret tagjai megkülönböztetett figyelmet kaptak, rendszeres konzíliummal támogattuk felkészülésüket Kator doktor által előírt módszerek és eszközök alkalmazásával. (Pl.: kryoszaunázás rendszeresítése és Galileo izom-ideg stimuláló készülékek napi szintű használata.)

Gyógytornászunk is részt vett a hazai edzőtáborokban, mind az elméleti, mint a gyakorlati útmutatókkal segítve az evezősöket. A panaszos versenyzők pedig fizioterápiás kezelésekre jártak egyéni igény, szakmai javaslatra.

Sportmasszőr alkalmazására sokkal nagyobb igény lett volna, mint amennyi megvalósult. Olykor egyéb manuál terápiás beavatkozásokat is akupunktúrás kezeléseket is bevetettünk a terápiába.

A szükséges diagnosztikus vizsgálatok egy részét részben a Call Centeren keresztül intéztük, részben pedig saját kapcsolat rendszerünkön keresztül sikerült elérni a nagy várakozási idők elkerülését.

Edzőtáborokba különböző témákban szerveztünk előadásokat, amelyek a táplálkozásra, a dopping vétségek elkerülésére, pszichés státus stabilitására, a regenerációs folyamatok javítására és a sérülés prevenciók témakörökre terjedtek ki. A HUNADO-nál hivatalosan megrendelt doppingvizsgálatokat elvégezték a MACs munkatársai. Dopping problémánk nem adódott sem tiltott szer használatával, sem vizsgálati anyag adásának megtagadásával, sem a

holléti-rendszer töltésének elhanyagolásával, mert erre az edzők is folyamatosan figyeltek és figyelmeztették a versenyzőket.

I/2. A 2018-as cél az volt, hogy az egészségügyi háttérrel tovább fejlesszük. A sportolók teljesítmény növelésén túl az egészség megőrzése, a sérülés- és a betegség prevenció volt a feladatunk.

A 2018-as évben folytattuk a 2017-ben megteremtett és megkezdett lehetőségek hasznosítását és az eszközök beszerzését:

- Labor háttér biztosítása és alkalmazásának rendszeresítése
- Teljesítmény felmérések végzése és kielemezése felnőtt válogatottnak 4 havonta, utánpótlásnak 6 havonta (szakemberek igényei szerint!)
- Regenerációs és fejlesztő eszközök használata a mindennapokban és edzőtáborokban (kryosauna, jégkád, Galileo-gépek, power breathe, Bemer-ágy)
- A pszichológus pozitív hatása a szervezetre és individuális tényezőkre mind az edzőmunkában és versenyeken
- Gyógytorna preventív és terápiás alkalmazása, folyamatos kontroll alatt tartása a versenyzők mozgásának
- Táplálékkiegészítés folyamatos követése testösszetétel, labor eredmények és teljesítmény felmérés alapján, szakember, dr. Kator Miklós igénybevételével
- Táplálkozás tudományal foglalkozó szakember egyénre szabott terápiás és teljesítményt támogató tanácsok beépítése, ehhez szükséges oktatási anyagok és tárgyi eszközök beszerzése, megvalósításának támogatása
- Sérülések gyógyításának rehabilitációjának megoldása, magas szintű támogatása (diagnosztika, főleg konzervatív terápiák, alternatív medicina)
- Sportmasszőr által rendszeres kezelés biztosítása az „A” keret számára
- Antidopping előadások és egyéb sporttudományos célzatú előadások szervezése, lebonyolítása edzőtáborokban
- Utánpótlásra hangsúly fektetése a prevenció és a regeneráció szempontjából

Összefoglalóan megállapítható, hogy a hazai sportágak, így az evezős sportág sport EÜ ellátásához sem áll még mindig rendelkezésre egy központilag kialakított az egyes sportok EÜ ellátását végző csapatok háttérét is biztosító Sport EÜ rendszer. (Pl. számos angolszász országban működő „High Institut of Sport”) –Ez egy olyan Sport EÜ

rendszer lehetne, amely nem csak betegeket lát el, melyre relatíve alacsony igény van, ugyanis a válogatott sportoló alapvetően egészséges, hanem részt vesz az egyes sportágak szakmai munkájában, a felkészítő szakemberek kiképzésében, sport EÜ kutatásokban, akár a Testnevelési Egyetem vagy a Semmelweis Egyetem kutatói bázisain keresztül, és jelentős oktatási szerepet is vállalna. Egy ilyen rendszerű sport EÜ központ kialakítását biztosan nem segíti a folyamatos szakmai és szervezeti vita, amely az OSEI és a fejlesztés alatt álló Testnevelési Egyetem között folyik mind koncepcionális mind pedig szervezeti kérdésekben. Ennek megfelelően egyetemeink csak alkalmilag vesznek részt a sportágaink EÜ támogatásában.

Mind ezek miatt az egyes sportágak EÜ Bizottságai és a bizottságok munkáját támogató un. EÜ Teamek egyedül és jelentős források nélkül dolgoznak, és forrás hiányaik miatt nem is tudják elérni és így alkalmazni sem tudják a nemzetközi Sport EÜ módszereit. Itt néhány olyan sportág a kivétel, amelyek a részletezett hiányokat észlelve külön önálló Sport EÜ bázist tudtak kialakítani saját sportáguk ellátásához, támogatásához (pl. Kajak-Kenu). Bár az ilyen Sportági EÜ központok hasznosak az egyes sportágaknak, de nélkülözik egy központi Intézmény szakmai koncepcióját és a Sport EÜ-re fordítható források szétaprózásához is hozzájárul.

Összeállította,

Dr. Kokas Péter

Budapest, 2019. 05. 08.