

MESZ ORVOS ÉS DOPPINGELLENES BIZOTTSÁG BESZÁMOLÓ 2019.

Orvospozottság:

Elnök: **Dr.Matusovits Andrea** Aneszteziológus és intenzív terapeuta, sportszakorvos

MOB Orvos Bizottság tagja, a magyar evezős válogatott keretorvosa

Tagok: **Dr.Kokas Péter** PhD Sebész, Gasztroenterológus, FISA Orvos Bizottság Külső Konzultáns

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

Dr,Csonka Csaba med.habil. orvos, biomérnök, mikrobiológus - SZTE ÁOK
Sportorvostudományi Tanszék h.vezetője

Hornyik József szakpszichológus, neuropszichológus, szervezetpszichológus,

Repülőorvosi, Alkalmasságvizsgáló és Gyógyító Intézet osztályvezető pszichológusa

alezredes

Egészségügyi TEAM:

- Dr. Matusovits Andrea aneszteziológus és intenzív terapeuta, sportszakorvos
- Dr. Kator Miklós mozgásszervi rehabilitációs szakorvos, sportszakorvos,
- Hornyik József szakpszichológus
- Lajkó Zsuzsanna gyógytornász
- Steiner Sebestyén sportmasszőr

2019-ben is a sportolók legális teljesítmény növelésén túl az egészség megőrzése, a sérülés- és a betegség prevenció volt az **elsődleges feladata** az egészségügyi TEAM-nek, mely feladat egy igazi csapatmunkán alapul.

A 2019-as évben folytatni szándékoztunk az eddig megteremtett és megkezdett lehetőségek hasznosítását és a még hiányzó egészségüggyel kapcsolatos eszközök beszerzését!

A 2019-as évben is az eredményesség növelése, a nemzetközi trendekhez való felzárkózás folytatása, a mérhető, objektív szintfelmérések és az összevethetőség, mindezek elemzése volt a cél.

Annak érdekében, hogy a 2020-as Tokiói Olimpiára és Parolimpiára minél több kvótát szerezzen a magyar evezős sportág, az egészségügyi háttér munkáját tovább erősítettük.

A sportorvoslás multidiszciplináris jellegű, integrálva orvosok, edzők, fizioterapeuták, sporttudománnyal foglalkozók, dietetikusok, pszichológusok, sportolók és egyéb szakemberek együttműködését egy nagyon összetett feladat végrehajtását eredményezi.

A Magyar Evezős Szövetség egészségügyi TEAM vezetése is felvállalta ezt az integráló szerepet. Aktívan részt vett az elnökségi üléseken, az edzőtáborokban és a versenyeken, ezen kívül rendszeres személyes, valamint folyamatos telefonos konzultációkat tartott az integrált felekkel.

Ennek a multidiszciplináris csoport vezetőjeként, koordinálva a sportoló egészségével kapcsolatos feladatokat, 2019-ben 156 esetben, személyes közbenjárással a sportoló ellátásában is rész kellett venni.

Az OB tagjai havonta minimum egyszer sportolói és edzői konzultációs fórumokon is részt vettek, valamint az elnökségi üléseken az OB tagjai is beterjesztették az aktuális feladatok, problémák megvitatását szükség esetén, a MESZ egyéb bizottságainak működésétől eltérően, nem tartott ügyrendjében előre tervezett üléseket a bizottságunk, hanem rendszeres és folyamatos konzultáció folyt az egész év során a világversenyekre való felkészülések mentén a társszakmákkal. (pszichológus, dietetikus, fizioterápiás szakemberek, mozgásszervi rehabilitációs szakorvos, sportmasszőr).

Rendszeres feladatok:

- Teljesítmény felmérések végzése és kielemezése felnőtt válogatottnak 2-3 havonta, utánpótlásnak 4-6 havonta valósult meg (OSEI), edzésadaptáció ez által bevezetésre került. Teljesítmény élettani mérések (tejsav küszöbvizsgálat), biotechnikai mérések, élettani funkciók, antropológiai status felmérése, klinikai vizsgálatok évi 4 alkalommal közös kiértékeléssel együtt megtörténtek.
- Labor háttér biztosítása és azonnali értelmezése felnőtt válogatottnak 2 havonta, utánpótlásnak 6 havonta (OSEI) volt szükséges.
- Regenerációs és fejlesztő eszközök használata a mindennapokban és edzőtáborokban egyedi és eltérő igények mentén valósultak meg. (kryoszauna, jégkád, Galileo-gépek, Hypoxiás sátrak, power breathe, Bemer-ágy, fizioterápiás programok)
- Pszichológus pozitív hatása a szervezetre és individuális tényezőkre mind az edzőmunkában és versenyeken látható volt, AVS vagy más mentális fejlesztő eszközök bevezetésre kerültek az A keret tagjainál.
- Gyógytorna preventív és terápiás alkalmazása, folyamatos kontroll alatt tartotta a versenyzők mozgását.

- Táplálékkiegészítés folyamatos követése testösszetétel, labor eredmények és teljesítmény felmérés alapján, szakember igénybevételével, melyet folyamatos szakmai konzultációkkal oldottunk meg. A válogatott tagjai megosztották magukat a szakemberek között, volt, aki Szász Mátéval, volt aki Kator Miklóssal, volt, aki Fricz Péterrel dolgozott együtt, a versenyzők és a szakemberek koordinációja az OB vezetés feladata volt, majd a javaslatok alapján a táplálékkiegészítők kiosztása is megtörtént az edzőtábori tartózkodás vagy verseny helyszíneken. A könnyűsúlyú versenyzőkre különös hangsúlyt fektettünk.
- Táplálkozás tudománnyal foglalkozó szakember egyénre szabott terápiás és teljesítményt támogató tanácsait az étrendbe beépíteni, ehhez szükséges oktatási anyagok és tárgyi eszközök beszerzése, megvalósításának támogatása folyamatos volt.
- Esetleges sérülések gyógyításának rehabilitációjának megoldása, magas szintű támogatása rendelkezésre állt. (diagnosztika, főleg konzervatív terápiák, alternatív medicina) 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.
- Sportmasszőr által minimum heti 2 alkalom kezelés biztosítása az „A” keret számára, s versenyeken alapvető, elengedhetetlen alkalmazása volt a cél.
- Antidopping előadások és egyéb sporttudományos célzatú előadások szervezése, lebonyolítása edzőtáborokban többé-kevésbé megvalósultak. Edzőtáborokba különböző témákban szerveztünk előadásokat, amelyek a táplálkozásra, a dopping vétségek elkerülésére, pszichés státusz stabilitására, a regenerációs folyamatok javítására és a sérülés prevenciók témakörökre terjedtek ki.
- Edzőtáborokban, minimum 2 hazai versenyen (OB) való személyes részvétel, tanácsadás, szükség esetén ellátás megtörtént.
- Valamennyi versenyzővel és edzőikkel kapcsolatot tartottunk különböző csatornákon (e-mail, telefon, személyes, internet) egészségügyi állapotuk, szubjektív erőnléti és pszichés állapotuk megbeszélésével, folyamatos ellenőrzésével.
- A **HUNADO**-nál hivatalosan megrendelt doppingvizsgálatokat elvégezték a MACs munkatársai. Dopping problémánk nem adódott sem tiltott szer használatával, sem vizsgálati anyag adásának megtagadásával, de a holléti-rendszer töltésének elhanyagolásával voltak sorozatos problémák, amik utólag tisztázódtak. Ennek fontosságára folyamatosan az edzők és a szövetség is figyeltek és figyelmeztették a versenyzőket.
- Nemzeti és nemzetközi versenyek biztosítása is az állandó feladatok közé tartozik.

- 2019-ben az alábbi felsorolt versenyeken vettünk részt:
 - ❖ Ergo OB – Győr
 - ❖ ORV - Vidék Bajnokság – Velence
 - ❖ Felnőtt OB, Országos Evezős Diákolimpia – Velence
 - ❖ Para –Gavirate
 - ❖ Ifi EB –Essen
 - ❖ Felnőtt EB –Luzern
 - ❖ Bled – Nemzetközi VK
 - ❖ VB IFI –Tokyo
 - ❖ Felnőtt VB-Linz/Ottensheim
 - ❖ VB Masters-Velence

A legfontosabb célkitűzés az olimpiai ciklus utolsó évében az olimpiai kvóta megszerzése lett volna, amely sajnos nem sikerült, így a pótkvalifikációra a csapatok összeállítása és a felkészítésének támogatását célozták meg az OB tagjai is.

dr. Matusovits Andrea