

*Tajana Geršić
Martina Čeh*

PREVENTIVNI PREGLEDI SPORTAŠA S OSVRTOM NA PREGLED ZA UPIS NA KINEZIOLOŠKI FAKULTET

1. UVOD

„Iako sportska aktivnost pozitivno utječe na zdravlje, sportom se mogu baviti samo zdravstveno sposobni sportaši“ (Medved, 1987:1).

„Prethodni preventivni pregledi imaju za cilj utvrditi sportaševu aktualnu i procijeniti perspektivnu sposobnost u odnosu na zahtjeve i opterećenja konkretnog sporta u koji kandidat ulazi. S time u vezi liječnik je dužan upoznati kandidata s mogućim kontraindikacijama i savjetovati ga o daljnjim postupcima“ (Heimer, Čajavec i sur., 2006:189).

Upis na Kineziološki fakultet (KIF) iziskuje osim napornih fizičkih, ali i psihičkih priprema i detaljan liječnički pregled na kojem se utvrđuje zdravstvena sposobnost pristupnika za sve napore koji su uključeni u program Kineziološkog fakulteta. Osim samih studentskih obaveza koje nalaže fakultet, studenti su također i sportaši pripadnici raznih sportskih klubova te je vrlo bitno da se osim liječničke ocjene za upis na fakultet utvrdi i ocjena zdravstvene sposobnosti za bavljenje sportom. Na studentima je da svoj upitnik ispune iskreno i bez skrivanja anamnestičkih podataka, a na liječnicima je da dijagnostičkim testovima uoče bilo koju nepravilnost koja bi mogla ugroziti studentovu odnosno sportaševu daljnju sportsku karijeru, a i u nekim slučajevima ugroziti zdravlje pa i život.

2. PRETHODNI I PERIODIČNI PREVENTIVNI PREGLEDI SPORTAŠA

Prethodni preventivni pregledi sportaša provode se prije početka bavljenja sportom. Dakle većina tih pregleda radi se u djece koja se upisuju u određeni sportski klub te sami zahtjevi sportskog kluba nalažu obavezu prethodnog pregleda kako bi bili sigurni u zdravstveno stanje mladog budućeg sportaša. Izuzetna važnost također tih pregleda je u tome što dijete sportaš mora imati dovoljnu razinu zdravlja i odsustva od bolesti koje bi mogle ugroziti njegovu sportsku karijeru ali i u kojima bi bavljenje sportom moglo ugroziti njegovo cjelokupno zdravlje i život. Prethodni pregled sportaša sastoji se od uzimanja anamnestičkih podataka, antropoloških podataka, kliničkog pregleda te odabranih dijagnostičkih metoda. Anamnestički se

podaci dijele na medicinsku anamnezu i sportsku anamnezu. Medicinska anamneza uključuje obiteljsku anamnezu radi detaljnog praćenja bolesti u obitelji koje imaju tendenciju nasljeđivanja te osobnu anamnezu koja nam daje podatke o preboljenim dječjim bolestima, prethodno preboljelim bolestima, ozljedama i operacijama. Sportska anamneza uključuje informacije o prethodnom te trenutačnom bavljenju sportom i frekvenciju treninga i utakmica tjedno. Također uključuje i podatke o liječenim sportskim ozljedama. Uzimaju se antropološki podaci u vidu visine i težine tijela; širina zdjelice, ramena, kukova, bedrene kosti; opseg natkoljenice; duljina ruke; te kožni nabori nadlaktice, leđa, trbuha. Nakon toga detaljan klinički pregled s naglaskom na pregled koštano-mišićnog sustava, detaljna inspekcija kralješnice i leđa, pregled kože i ekstremiteta, inspekcija i palpacija abdomena i prsnog koša, pregled glave te vanjski pregled ušiju i nosa te auskultacija srca i pluća. Također je uključeno mjerenje tlaka i pulsa u mirovanju. Medicinska anamneza i klinički pregled osim na općenito zdravlje i odsustvo bolesti moraju biti usmjerene na određeni sport kojim se kandidat bavi te detaljno pregledati sve moguće kontraindikacije odnosno da zahtjevi tog sporta budu usklađeni sa zdravstvenim stanjem kandidata. Daljnja dijagnostika se odnosi na elektrokardiogram (EKG) u mirovanju i EKG nakon opterećenja u vidu sklekova ili čučnjeva te na spirometriju. Obavezan je i pregled vida te utvrđivanje postojanja dioptrije, odnosno urednog nalaza vida s korekcijom ili bez nje.

Preventivni periodični pregled sportaša obavlja se svakih šest mjeseci s jednakom gore navedenom dijagnostikom kao u prethodnom liječničkom pregledu.

Prethodni i periodični pregled sportaša obavlja se u specijaliziranoj zdravstvenoj ustanovi te ga obavlja liječnik specijalist medicine rada i sporta koji također i donosi završno mišljenje o sposobnosti sportaša za bavljenje određenim sportom.

3. PRETHODNI LIJEČNIČKI PREGLED ZA UPIS NA KINEZIOLŠKI FAKULTET

Preventivni liječnički pregledi pristupnika za upis na Kineziološki fakultet u biti su prethodni pregledi te oni kao takvi (osim u sklopu pregleda sportaša pojedinaca ili u sportskom klubu) nemaju svoju periodiku. Iz tog razloga je vrlo bitno da pregled bude detaljan i da u njemu bude, koliko je to moguće, obuhvaćena sva potrebna dijagnostika, ali i detaljni anamnestički podaci.

Pregled se sastoji od ispunjavanja detaljnog anamnestičkog upitnika koji nam daje podatke o dosadašnjoj sportskoj aktivnosti, dakle kojim sportom se kandidati bave, u kojem klubu, koliko tjedno treniraju te od koje godine treniraju. Nadalje, donosi nam detaljne podatke o dosadašnjim bolestima, dakle obiteljska anamneza, preboljene dječje bolesti te kronološki navedene ostale preboljene bolesti. Također se pita za povremeno obolijevanje od upala grla, sinusa, prehlada, upala želučane

sluznice, proljeva, upala mokraćnog mjehura, ulceroznih oboljenja, kožnih oboljenja, proširenih vena te gubitka svijesti. Dalje se navode preboljene sportske ozljede koje se detaljiziraju kao uganuća, iščašenja, nategnuća mišića, nategnuća tetiva i prijeloma kostiju. Nakon toga se upita za smetnje vida, sluha ili govora te smatra li pristupnik da ima ikakve smetnje koje bi mu mogle smetati pri studiju. Na kraju za ženske pristupnike postavljeno je pitanje o menstrualnom ciklusu i tegobama vezanim uz njega, a u odnosu na trening, a muške pristupnike o sposobnosti na regrutnoj komisiji. Sva gore navedena pitanja i njihovi iskreni i cjeloviti odgovori su neizmjerljivo važni za liječnike kako bi mogli krenuti u daljnje ocjenjivanje sposobnosti. Uz ispunjen upitnik potrebno je priložiti potvrdu o urednom stomatološkom statusu.

Nadalje slijedi klinički pregled, s mjerenjem krvnog tlaka te EKG-om i spirometrijom. Od laboratorijskih pretraga učini se kompletna krvna slika, s mjerenjem šećera u krvi i mokraćnom kiselinom, urin te obavezni lipidogram.

Na kraju se radi pregled vida na daljinu, blizinu, dubinski i periferni vid te razlikovanje boja.

U zaključku pregleda se donosi ocjena SPOSOBAN ili NESPOSOBAN za studij na Kineziološkom fakultetu što podrazumijeva izlaganje umjerenim do većim tjelesnim opterećenjima.

4. USPOREDBA PREGLEDA ZA SPORTAŠE I PREGLEDA ZA UPIS NA KINEZIOLOŠKI FAKULTET

Tablica 1. Usporedba pregleda za sportaše i pregleda za upis na KIF

	PREGLED SPORTAŠA	PREGLED ZA UPIS NA KIF
ANAMNEZA	DA	DA
ANAMNEST.UPITNIK	NE	DA
ANTROPOMETRIJA	DA	DA
PREGLED VIDA ORTORETEROM	DA	DA
LABORATORIJSKI NALAZ KRVI	NE	DA
MJERENJE LAKTATA U KRVI	NE	NE
EKG	DA	DA
RTG	NE	NE
SPIROMETRIJA	DA	DA
PSIHOLOŠKO TESTIRANJE	NE	NE
SPIROERGOMETRIJA	NE	NE
UZV SRCA	NE	NE

Pregled upisnika na Kineziološki fakultet doista je detaljan pregled koji nam daje mnoge podatke o zdravstvenoj sposobnosti pristupnika. Osim anamnestičkog pregleda s potpisanim detaljnim upitnikom koji nam daje mnoge informacije o preboljenim dječjim i drugim bolestima, sportskim ozljedama, ocjeni na regrutaciji, životnim navikama te frekvenciji bavljenja sportom, postoji detaljan klinički pregled s dijagnostikom u vidu EKG-a i spirometrije. Laboratorijski pregled krvi nam daje informacije o oksigenaciji krvi (hemoglobin) te eventualnim anemijama. Nadalje, dobivamo uvid u postojanje eventualne hiper- ili hipoglikemije te hiperuricemije (povišena koncentracija mokraćne kiseline u krvi). Isto tako jedno od bitnijih nalaza krvnih pretraga jest nalaz eventualne hiperlipidemije bilo kojeg tipa. Svi ti nalazi nam daju vrijedne informacije o zdravstvenom stanju pristupnika te o eventualnim preprekama za upis na Kineziološki fakultet odnosno za bavljenje sportom.

Apsolutne kontraindikacije za bavljenje sportom su:

- teža zarazna oboljenja s posljedicama
- maligni tumori te benigni tumori bronhija i pluća te živčanog sustava, tumori limfnog i hematopoetskog sustava
- teži poremećaji morfologije i funkcioniranja endokrinog sustava s komplikacijama
- bolesti krvi i krvotvornih organa, kao što su teške anemije, hemofilija, leukopatije, bolesti slezene
- teški neurotički i psihotični simptomi
- teži poremećaji CNS-a i perifernih živaca
- teži oblici pomećaja vida u vidu ablacije i hemoragije retine, horioretinitis, glaukom
- kronična upala srednjeg uha, smetnje ravnoteže
- teži oblici srčanih grešaka, teži poremećaji srčanog ritma, poremećaji krvnog tlaka nereaktivni na terapiju i protoka kroz krvne žile
- izrazite restriktivne ili opstruktivne plućne bolesti
- teški funkcionalni i anatomske poremećaji probavnog trakta, urogenitalnog trakta, lokomotornog sustava s naglaskom na kralješnicu
- teže kronične i akutne bolesti kože i vezivnog tkiva
- rizična trudnoća
- teže urođene anomalije
- teže ozljede s posljedičnim invaliditetom

(modificirano prema tbl. 11.3. iz Heimer, Čajavec i sur., 2006:196).

Iz svega gore navedenog razvidno je koliko je bitno dobro procijeniti zdravstveno stanje pristupnika na Kineziološki fakultet i otkriti te eventualno ukloniti na vrijeme sve zapreke koje bi mogle negativno utjecati na njegovu daljnju sportsku karijeru.

S druge strane prethodni ili periodični preventivni pregled i sportaša mnogo su oskudniji. Laboratorijska diagnostika krvi se obavlja po indikaciji te su na taj način ponekad uskraćene informacije dobivene putem vrijednih laboratorijskih nalaza koje bi mnogo značile u davanju zaključnog mišljenja o zdravlju sportaša.

5. ZAKLJUČAK

Liječnički pregled pristupnika za upis na KIF sastoji se od anamnestičkih, dijagnostičkih i laboratorijskih podataka koje su sve od izuzetne važnosti za donošenje ocjene zdravstvene sposobnosti.

Teški i iscrpljujući fizički zadaci koje student na KIF-u mora zadovoljiti kako bi s uspjehom završio studij, ali također i sportaš u svojoj sportskoj karijeri, iziskuju uredno i zadovoljavajuće stanje zdravlja. Gore navedenim pregledima možemo dobiti uvid u zdravstveno stanje, no pitanje je jesu li oni dovoljni. Postavlja se pitanje sve učestalijih iznenadnih smrti na terenu mladih sportaša, ali i djece. Detaljna obrada srčano-žilnog sustava u vidu UZV srca te spiroergometrije bila bi izvrstan izbor u otkrivanju srčanih mana, aritmija, ishemija kako u mirovanju tako i u izvanrednom opterećenju (spiroergometrija).

Osim iscrpljujućih fizičkih napora prisutni su i psihički što samo po sebi zahtijeva zadovoljavajuću psihološku komponentu prije početka bavljenja sportom te upisa na KIF, odnosno uredno psihološko funkcioniranje koje bi se provjeravalo na periodičnim pregledima sportaša. Nažalost psihološka ocjena u prethodnom i periodičnom pregledu sportaša te u prethodnom pregledu za upis na KIF ne postoji.

Sportaši u želji za prolaznom ocjenom na pregledu ponekad prešućuju svoje zdravstvene ili psihičke probleme te je na liječniku i psihologu da dijagnostičkim testovima utvrde prisustvo bilo koje kontraindikacije za bavljenje sportom.

Izuzev kod vrhunskih sportaša loša financijska situacija koči obavljanje pregleda u onom opsegu koji bi omogućio rano prepoznavanje i otkrivanje zdravstvenih, ali i psiholoških kontraindikacija. S time se nameće pitanje je li financijska zapreka toliko bitna da onemogućiti obavljanje detaljnog pregleda koji bi na taj način omogućio da bavljenje sportom ponovno bude sigurno i da sportaš dostigne svoje maksimalne rezultate, a na prvom mjestu da se ni u jednom slučaju ne ugrozi sportaševo zdravlje ili njegov život.

6. LITERATURA

1. Medved, R. (1987) Sportska medicina. Zagreb.
2. Pećina, M. i suradnici (2004) Športska medicina. Zagreb.
3. Heimer, S., Čajavec, R. i suradnici (2006) Medicina sporta. Zagreb.