

SPORT MEDISCH ONDERZOEK:

verantwoordelijkheid van sporter, evenementenorganisatie of verenigingsbestuurder?

DOOR INGE POELMANS

Of je gaat sporten of niet bepaal je zelf. Waar je de lat voor je prestatie legt ook. Internet biedt voldoende informatie voor een gedegen voorbereiding op dat topevenement waar jij wilt pieken, toch? Helaas is dat niet helemaal waar. Ook in 2012 zijn tijdens (grote) sportevenementen goed getrainde mensen onwel geworden of zelfs gestorven. Bestuurlijk gezien worden de vragen “Is dit te voorkomen met een Sport Medisch Onderzoek?” en “Wie moet ervoor zorgen dat sporters gekeurd worden?”, gesteld. De Vereniging voor Sportgeneeskunde (VSG), de Stichting Alpe d’HuZes en Stichting Sportevenementen Le Champion geven hierover hun mening.

Het lopen van een marathon, liefst die van New York of Amsterdam, minimaal vier keer de Alpe d’Huez opfietsen, van Dam tot Dam rennen in anderhalf uur, floreren over de Via Gladiola tijdens de Vierdaagse of de drie afstanden van de Ironman Hawai

volbrengen; stuk voor stuk zijn het topprestaties die geleverd worden door gewone mensen, geen topsporters. De prestatie zetten ze (meestal) neer zonder hulp van managers, coaches, trainers en tot in de puntjes verzorgde sportmedische begeleiding. En

juist het ontbreken van die sportmedische begeleiding vormt een risico voor sporters. Jaarlijks worden we weer opgeschrikt door plotselinge sterfgevallen onder deelnemers aan een evenement.

“De sporters die betrokken zijn bij voorvallen tijdens grote, zware evenementen zijn steeds vaker goed getrainde sporters. Tegenwoordig is online veel goede informatie te vinden over opbouw van trainingsschema’s, voeding en andere trainingsvraagstukken,” vertelt Anja Bruinsma, directeur van de Vereniging voor Sportgeneeskunde. “Op het vlak van sportmedische begeleiding registreren we dat de informatievoorziening achterloopt. We zijn hierover in gesprek met verschillende instanties. Sportmedische begeleiding zou een basisvoorwaarde moeten zijn voor elke sporter die een prestatie wil neerzetten. We hebben met een van onze werkgroepen een handreiking ontwikkeld voor organisatoren van sportevenementen waaruit een online checklist is ontwikkeld. Deze ‘Voorzorg checklist’ is opgebouwd uit hoofdthema’s die essentieel zijn voor de zorg vóór, tijdens en ná een sportevenement. Denk hierbij aan preventie, behandeling en verzorging, nazorg, evaluatie en registratie van eventuele incidenten. Het is nu noodzakelijk dat we in Nederland een stap verder gaan.” Sportgeneeskunde Nederland zet zich ook in om sporters beter te informeren door samen met expertgroepen bruikbare informatie voor sporters te ontwikkelen, voorbeeld hiervan is het boekje *Hoe bereid ik me voor? De complete handleiding voor wielrenners met een doel*. Dit boekje wordt uitgereikt aan alle deelnemers aan Alpe d’HuZes 2013.

Sportmedische begeleiding?

De basis van sportmedische begeleiding ligt bij het Sport Medisch Onderzoek (SMO). Een SMO omvat veel meer dan de ‘ouderwetse’ sportkeuring. Bij die sportkeuring lag de nadruk op goed- of afkeuren. Bij het moderne SMO is er door de specifieke deskundigheid van sportartsen ook ruim

Stichting Sportevenementen Le Champion organiseert jaarlijks meer dan 80 grote loop-, wandel- en fietsevenementen in binnen- en buitenland. www.lechampion.nl. Daarnaast bestaat de organisatie uit een vereniging voor de wandel- fiets en hardloopsport met bijna 10.000 actieve leden.

Stichting Alpe d’HuZes organiseert vanaf 2006 Alpe d’HuZes waarbij deelnemers, alleen of in een team, geld bijeen brengen voor de strijd voor de overwinning op kanker. Hierbij beklimmen deelnemers een of meerdere malen de Alpe d’Huez in Frankrijk. 103% van alle sponsorgelden wordt aangewend voor onderzoek. www.opgevenisgeenoptie.nl



Sport Medisch Onderzoek

Een basis SMO bestaat over het algemeen uit de volgende onderdelen:

- bespreking vragenlijst met sportarts,
- lengte/gewicht/vetpercentage,
- ogen test (inclusief kleurenzien),
- urinetest,
- algemeen intern en orthopedisch onderzoek,
- orthopedisch onderzoek gericht op sporttak en op klachten,
- advisering,
- standaard rapportage.

Daarnaast zijn vele aanvullende opties zoals een ECG controle, een longfunctietest en een inspanningstest mogelijk. Deze opties zorgen voor een zo goed mogelijk beeld van de sporter, waarop een zo gedegen advies gegeven kan worden.

aandacht voor de persoonlijke doelen van de sporter. Daarnaast krijgen ze, afhankelijk van het gekozen onderzoek, specifieke adviezen om dat doel te bereiken.

Sporten is goed voor me!

“De geringe bekendheid van preventieve sportmedische begeleiding heeft volgens mij deels te maken met het feit dat je in Nederland geen verplichte medische goedkeuring moet overleggen bij deelname aan evenementen, zoals dat in sommige andere landen wel het geval is. De overheid stelt, terecht, hoge eisen aan de organisatoren voor het bieden van goede curatieve zorg gedurende de evenementen voor de deelnemers. Er worden echter geen eisen gesteld richting de deelnemer in zijn of haar voorbereiding, dat wordt gezien als een verantwoordelijkheid van de sporter zelf. Ik vind dat wij, als organisator van diverse grote sportevenementen, de verantwoordelijkheid moeten nemen om deelnemers te wijzen op een gezonde voorbereiding”, aldus Simone Richardson, directeur Le Champion. “Vandaar dat wij in onze nieuwsbrieven en op de websites van onze evenementen aandacht besteden aan een goede voorbereiding en hen wijzen op de mogelijkheden van sportmedische begeleiding.”

(Ver)plicht voor deelnemers

De Stichting Alpe d’HuZes start vanaf editie 2013 als eerste Nederlandse organisatie met het verplicht stellen van een SMO

voor alle deelnemers. Zonder het preventieve onderzoek mogen sporters niet deelnemen aan hun evenement. Roger op het Veld, medisch coördinator van de organisatie legt de verplichting uit: “Bij de eerste editie van het evenement beklommen 66 mensen 6 keer de Alpe d’Huez in Frankrijk voor de strijd tegen kanker. Tegenwoordig rennen, fietsen of wandelen 8.000 deelnemers één of meerdere keren de Alpe op. Het blijft een serieuze inspanning die geleverd wordt. Als organisatie van een evenement in Frankrijk worden wij door de daar geldende regels verplicht een screening onder de deelnemers uit te voeren. Voorheen was het invullen van een vragenlijst voldoende. Onze stichting wil graag een stap verder gaan. Daarom hebben we samen met de Federatie van Sportmedische Instellingen en de Vereniging voor Sportgeneeskunde een speciaal Sport Medisch Onderzoek voor Alpe d’HuZes ingericht. Deelnemers kunnen, afhankelijk van leeftijd en gezondheid, kiezen voor drie verschillende screenings. Bij elke screening hoort een gedegen advies. Op deze manier worden de grootste risico’s uitgesloten en weten we zeker dat deelnemers goed geïnformeerd aan de start verschijnen.”

Toekomstmuziek

De Vereniging voor Sportgeneeskunde is pleitbezorger voor betere sportmedische begeleiding van recreatieve sporters. Dit standpunt wordt gedeeld door Stichting Sportevenementen Le Champion

en Stichting Alpe d’HuZes gaat met de verplichting van een SMO een stap verder. Uiteindelijk blijven deelnemers aan evenementen zelf verantwoordelijk voor hun gezondheid. Bestuurders en organisatoren kunnen aan deze gezondheid een steentje bijdragen door te wijzen op de bestaande mogelijkheden.

Op www.sportzorg.nl is uitgebreide informatie over sportmedische begeleiding en de verschillende SMO’s te vinden.

.....

De Vereniging voor Sportgeneeskunde (VSG) bevordert de ontwikkeling en bewaakt de kwaliteit van de sportgeneeskunde. Binnen de onafhankelijke organisatie houden gespecialiseerde werkgroepen zich bezig met het vertalen van wetenschappelijke onderzoeken naar in de praktijk toepasbare informatie. VSG is daarnaast een goede partner voor het initiëren, faciliteren en organiseren van sportmedische vooruitgang. www.sportgeneeskunde.com/vsg. De online checklist voor evenementen is te vinden op www.sportzorg.nl.

.....