



ČESKÝ SVAZ LEDNÍHO HOKEJE

Krajský svaz ledního hokeje VYSOČINA

Evžena Rošického 6, 586 04 Jihlava, tel./fax: 567 300 265, mobil: 606 756 904
e-mail: ks-vysocina@cslh.cz

POTVRZENÍ O ZDRAVOTNÍ PROHLÍDCE

KLUB: HC LEDEČ NAD SÁZAVOU

SOUTĚŽ: KRAJ VYSOČINA

VĚKOVÁ KATEGORIE (TŘÍDA):

JMÉNO: **PŘÍJMENÍ**

RODNÉ ČÍSLO **ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNA**

ŠKOLA **TŘÍDA (20/21)**

ZDRAVOTNÍ PROHLÍDKA:

DATUM:

Provedl: **Váha** **Výška**

Výsledek vyšetření: Schopen hrát lední hokej v sezóně 2020/2021 v dané věkové kategorii.

Poznámka (alergie):

Podpis (razítko lékaře):

Souhlasím s ostaršením pro třídu v sezóně 2020/2021.

Podpis rodiče (zák. zástupce)

Poznámka:

Preventivní lékařské prohlídky nutností

Velkým problémem je, že preventivní prohlídky sportovců u nás nejsou povinné. **Je jen na hráčích samotných, jak budou zodpovědní ke svému zdraví.** U mladších sportovců by měli vedoucí družstev zavést preventivní prohlídky jako podmínku sportovní činnosti.

Lékařská prohlídka sportovců.

Preventivní prohlídky sportovců provádí tzv. sportovní lékař (pozn: povinné pouze u sportovců účastnících se ligových soutěží ČSLH, u sportovců účastnících se nižších soutěží ČSLH mohou být tyto prohlídky provedeny praktickým nebo dětským lékařem) . V rámci této prohlídky podstupují sportovci i zátěžové testy, které by měly odhalit případné vrozené vady. Každý sportovec, který patří do nějakého klubu či oddílu by měl alespoň jednou ročně absolvovat základní lékařskou prohlídku a v každé věkové kategorii lékařskou prohlídku komplexní. Počet a rozsah jednotlivých prohlídek je předepsán pouze pro ligové soutěže, v nižších soutěžích organizovaných ČSLH je povinná pouze jedna prohlídka minimálně v rozsahu „Základní preventivní prohlídka“. Rozsah a počet prohlídek pro organizace startující v nižších soutěžích pořádaných ČSLH a pro různé věkové kategorie, může být upraven vnitřními stanovami jednotlivých klubů – minimum požadované ČSLH však musí být dodrženo pro danou výkonnostní soutěž, ve které sportovec startuje.

Základní preventivní lékařská prohlídka zahrnuje (postačuje pro soutěže !!!!)

- měření výšky a váhy
- měření tlaku a pulsu
- měření BMI a cholesterolu
- klidové EKG

Komplexní lékařská prohlídka zahrnuje

- měření tlaku, pulsu, BMI, cholesterolu, HDL-cholesterolu
- klidové EKG
- zátěžové EKG – ergometrie (měření výkonnosti pomocí kola)
- podologické vyšetření
- laboratorní vyšetření krve a moči
- triglyceridy
- jaterní testy
- bilirubin, amylasa, kreatinin
- močovina, kyselina močová
- glykemie, mineralogram
- krevní obraz, c-reaktivní protein
- PSA-prostaický antigen
- dle potřeby ultrazvukové vyšetření břicha, jater, žlučníku, slinivky, sleziny, prostaty, ledvin

Doporučená sportovní lékařská prohlídka pro hráče ledního hokeje. (Povinná pro ligové soutěže ČSLH)

1. **Komplexní klinické vyšetření** tělovýchovným lékařem včetně provedení EKG a změření krevního tlaku
2. **Základní antropometrické vyšetření** (hmotnost, výška, tělesný tuk, VC plic)
3. **Funkční vyšetření** na bicyklovém ergometru: typy testů viz níže:

W 170-základní ergometrický test do submaximální zátěže (cena 550 Kč)

Stanovení indexu W 170- vyjadřuje pracovní výkon, kterého by vyšetřovaná osoba dosáhla při srdeční frekvenci 170/min. Test vhodný pro děti do 6-7 let, rekreačně sportující populaci ve věku 50 let a výše.

O-max-základní spiroergometrický test (cena 850 Kč)

Postupné zvyšování zátěže od nulové do maximální tolerované.

Průběžné vyhodnocování dechových plynů a určení prahových tepových frekvencí dle ventilačních parametrů.

Zjišťuje VO₂max-max.dosaženou kyslíkovou spotřebu jako hl.ukazatele aerobních schopností, tzv. všeobecnou vytrvalost

Zjišťuje W max-max.dosažený výkon ve Watech jako ukazatele silové vytrvalosti

Zjišťuje TF max-max dosaženou TF

Standard, Rampa - speciální spiroergometrické testy (cena od 2150 Kč dle počtu odebraných laktátů)

Určení aerobního prahu (AP) a anaerobního prahu (ANP) dle odebraných laktátů a počítačové zpracování laktátové křivky. Průběžné vyhodnocování dechových plynů, VO₂ max, W max, TF max.

U všech funkčních testů se sleduje EKG křivka a TK v klidu, během zátěže a po zatížení.

Základní laboratorní vyšetření (moč + FW) lze po domluvě rozšířit o další krevní testy např. KO, Fe, KS, lipidový soubor, glykemii, jaterní soubor apod.- není již v ceně prohlídky.