

Spora Katılım Öncesi Sağlık Değerlendirmeleri

Prof. Dr. Bülent Ülkar
Spor Hekimliği Anabilim Dalı

Değerlendirmelerin temel hedefi;

"Sporcuların sağlığını korumak ve güvenli bir şekilde spor yapmalarını sağlamaktır."

Spora katılımdan men edilmeyi gerektiren durumları belirlemek



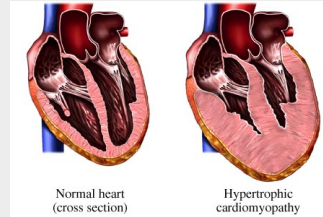
Sporda ani ölüm;

Daha önce saptanmış herhangi bir patoloji olmaksızın, **egzersiz sırasında** ortaya çıkan bulgularla gerçekleşen ölüme denir.

%90'ından fazlasında neden kardiyovaskülerdir.

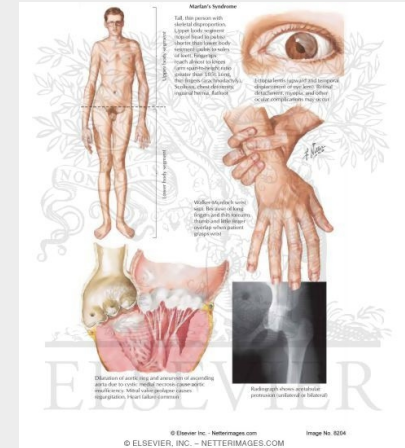
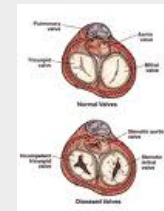
Serebrovasküler, solunumsal, travmatik veya ilaca bağlı olarak da ortaya çıkabilir.

Spora katılımdan men edilmeyi gerektiren durumları belirlemek

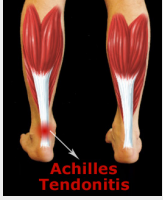


Normal heart (cross section)

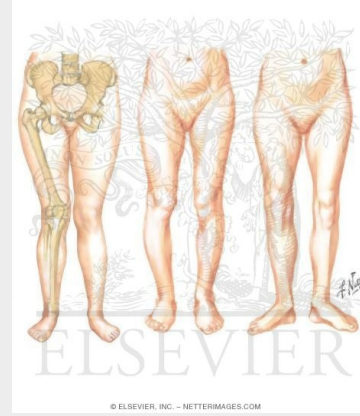
Hypertrophic cardiomyopathy



Spora katılımı engelleyebilecek geçici tıbbi sorunları saptamak

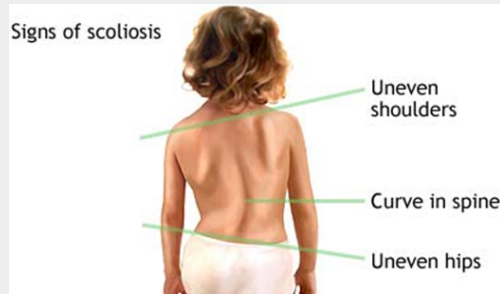


Spor yaralanmaları açısından predispozan faktörleri belirlemek



Çocukluk çağındaki sporcularda **konjenital anomalilerin** olup olmadığı araştırılmalıdır. Skolyoz gibi spinal problemler göz ardı edilmemelidir.

Signs of scoliosis



Sporculara sağlık konusunda eğitim verme olanağı yaratmak



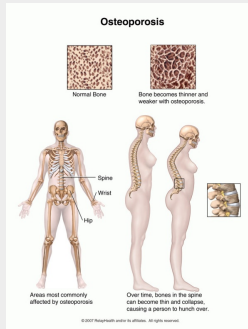
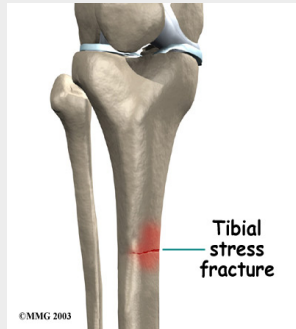
Kadın sporcularda yeme bozuklukları daha sık görülmektedir. Vücut görüntüsü ve ağırlığından memnun olup olmadıkları sorularak bu eğilimleri ortaya çıkarılabilir.



Kadın sporcu üçlemesi (triadı)

- Menstrüel disfonksiyon
- Enerji yetersizliği
(yeme bozukluğu ile birlikte olabilir veya olmayabilir)
- Düşük kemik mineral yoğunluğu

Stres kırıkları-osteoporoz-patellofemoral ağrı



Sporcu-hekim-antrenör-aile arasında ekip olarak çalışma düşüncesini yerleştirebilmek



Toplum sağlığını korumak ve geliştirmek için öncülük yapmak



Spora katılım öncesi değerlendirmenin en önemli kısmı ayrıntılı bir tıbbi öykü almaktır.

Bu öykünün en önemli kısmı kardiyovasküler sisteme ait kişisel ve aile sorgulamalarıdır.

Yalnızca iyi bir tıbbi öykü alımı ile sporda ani ölüme yol açabilecek sorunların %50'si ortaya çıkarılabilir.

Detaylı bir fiziksel muayene eklendiğinde bu oran %75'i bulmaktadır.



Detaylı bir tıbbi öykü ve fiziksel muayeneye EKG de eklendiğinde ani ölüme yol açabilecek sorunları tanıma olasılığı **%90**'ın üzerine çıkmaktadır.

Spora katılım öncesi sağlık değerlendirmeleri öncelikle bir **tıbbi tarama** yöntemidir. Şüpheli olguların detaylı incelenmesini sağlamak en önemli özelliğidir.

Teşekkür ederim.

