



Główny Partner Medyczny
Polskiego Komitetu Olimpijskiego



Olimpijska oferta

Bezpieczna Aktywność Sportowa

**GRUPA
LUXMED** 
Jesteśmy częścią Bupa

W ramach Olimpijskiej Oferty Pacjenci abonamentowi LUX MED w wieku od 6 do 65 lat mogą skorzystać z usług z zakresu medycyny sportowej.

Konsultacje lekarzy w zakresie medycyny sportowej

Pacjent ma nielimitowany dostęp bez skierowania do lekarzy przyjmujących w zakresie następujących specjalizacji:

- specjalista medycyny sportowej,
- specjalista certyfikowany przez Polskie Towarzystwo Medycyny Sportowej.

Podczas konsultacji przeprowadzany jest wywiad lekarski, a w razie potrzeby dodatkowe badania służące zdiagnozowaniu wskazań i przeciwwskazań do uprawiania sportu oraz podwyższonej aktywności fizycznej, bilanse zdrowia, profilaktyka urazów wynikających z uprawiania sportu, ustalenia wstępnego procesu diagnostyczno-terapeutycznego. Lekarz wystawia także zaświadczenia na potrzeby szkół sportowych i obozów sportowych.



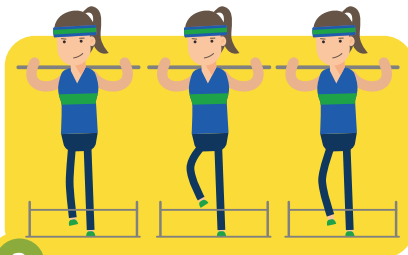
FMS – TEST SPRAWNOŚCI NARZĄDU RUCHU

Dla osób powyżej 8 roku życia

FMS (functional movement screen) jest badaniem oceniającym jakość ruchu przez fizjoterapeutę. Podczas badania oceniana jest mobilność stawów, koordynacja nerwowo-mięśniowa, stabilność lokalna i globalna oraz jakość wykonania prawidłowych wzorców ruchowych.



1 Pełny przysiad.



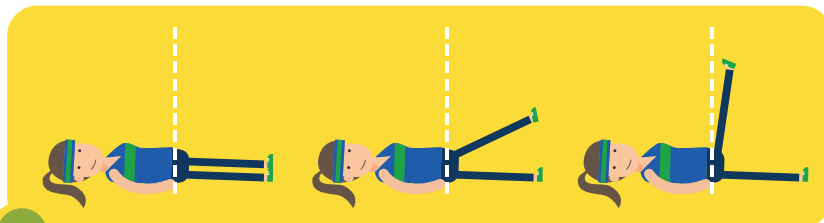
2 Przeniesienie nogi nad poprzeczką.



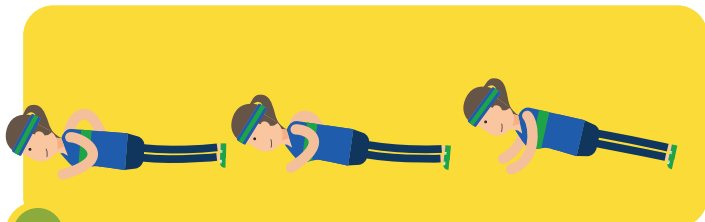
3 Przysiad w wyroku.



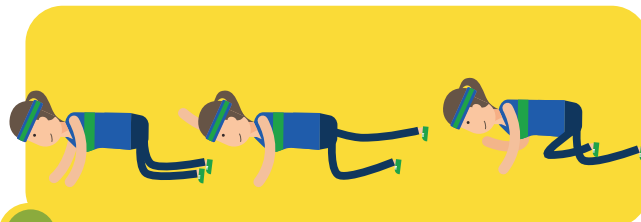
4 Ocena ruchomości obręczy barkowej.



5 Aktywne uniesienie wyprostowanej nogi



6 Wyprost kończyn górnych z leżenia przodem (tzw. pompka).



7 Test stabilności rotacyjnej tułowia.

WYNIKI BADAŃ DAJĄ NAM 3-PRZEDZIAŁOWĄ SKALĘ DO OCENY PACJENTÓW:

18–21 punktów

pacjent zdrowy, ciało porusza się w prawidłowym wzorcu ruchowym, ryzyko urazu przeciężeniowego jest minimalne

14–17 punktów

występują asymetrie i kompensacje, wzorce ruchowe są zaburzone, ryzyko urazu przeciężeniowego 25% – 35%

13 punktów i poniżej

prawdopodobieństwo odniesienia kontuzji wzrasta do ponad 50%

Dla osób powyżej
18 roku życia

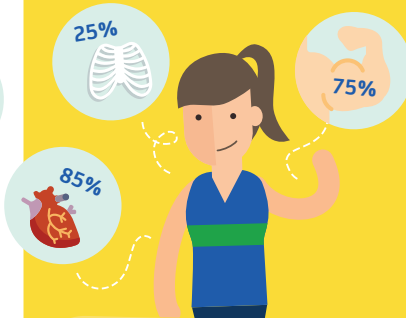
W ramach programu nasi pacjenci wykonują szereg badań, a ich wyniki omawiają z kardiologiem.

BADANIA LABORATORYJNE



- morfologia + płytki + rozmaz automatyczny
- glukoza na czczo
- kreatynina
- lipidogram

ANALIZA SKŁADU CIAŁA



- Pozwala określić m.in. zawartość w organizmie:
- tkanki tłuszczowej,
 - tkanki mięśniowej,
 - wody
 - oraz wiek metaboliczny.

BADANIA DIAGNOSTYCZNE



- EKG spoczynkowe
- EKG wysiłkowe wraz z omówieniem wyników, wydaniem zaświadczenia i zaleceń

Badania laboratoryjne wykonywane w ramach programu pozwalają na jakościową i ilościową ocenę składu krwi obwodowej, która może pozwolić na wcześniejsze wykrycie wielu chorób i jednocześnie dostarcza informacji o funkcjonowaniu całego organizmu. Jednym z elementów programu jest również ocena podstawowych wskaźników ryzyka wystąpienia cukrzycy oraz miażdżycy prowadzących do chorób układu sercowo-naczyniowego. Badanie kreatyniny pozwala natomiast na podstawową ocenę funkcji nerek.

W ramach programu zostaną także wykonane badania czynnościowe pod kątem sportowym – **EKG spoczynkowe**, które rejestruje czynność elektryczną serca i pozwala na ocenę jego rytmu i częstości pracy oraz na wykrycie nieprawidłowości w ukrwieniu mięśnia sercowego. Dodatkowo w przypadku braku przeciwwskazań medycznych zostanie także przeprowadzona próba wysiłkowa, pozwalająca na ocenę wydolności fizycznej organizmu.

Poddając organizm zwiększonemu obciążeniu przy jednoczesnym monitorowaniu zapisu EKG i kontroli ciśnienia tętniczego krwi, można lepiej ocenić pracę serca.

Program Kardio Sport – podstawowa diagnostyka kardiologiczna dla osób aktywnych kończy się wydaniem zaświadczenia lekarskiego o stanie zdrowia pacjenta, w którym lekarz w oparciu o wykonane badania laboratoryjne i diagnostyczne określa, czy stwierdzono przeciwwskazania kardiologiczne do amatorskiego uprawiania sportu o zwiększonym wysiłku fizycznym.

**Dla osób powyżej
6 roku życia**

Aby trenować w klubie sportowym i startować w zawodach, sportowiec powinien posiadać orzeczenie lekarskie stwierdzające brak przeciwwskazań medycznych do uprawiania danej dyscypliny.

Grupa LUX MED zapewnia wykonanie badań wstępnych, okresowych i kontrolnych dla dyscyplin: sporty motorowe, nurkowanie, judo, zapasy, dalekowschodnie sporty i sztuki walki, boks, kickboxing, podnoszenie ciężarów, pozostałe dyscypliny (np. sporty grupowe typu piłka nożna, siatkówka).



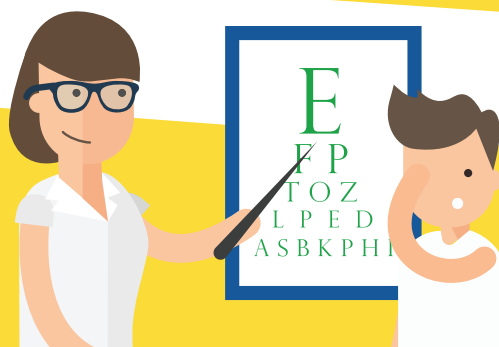
Wśród badań znajdują się m.in. pomiary antropometryczne (wzrost, waga, zawartość tłuszczu oraz wody). Pozwalają one ocenić, czy rozwój fizyczny sportowca przebiega prawidłowo. Ewentualne nieprawidłowości mogą sygnalizować, że dziecko powinno np. zmniejszyć dotychczasowe obciążenia treningowe, ponieważ zostały niewłaściwie dobrane do jego indywidualnych predyspozycji.



Badania laboratoryjne mogą z kolei wykazać m.in. obniżony poziom niektórych pierwiastków w organizmie, co może być wynikiem przetrenowania lub źle skomponowanej diety pod kątem aktywności fizycznej.



Sportowcy powinni także przechodzić regularne przeglądy jamy ustnej – rozwijająca się próchnica i stany zapalne w dłuższej perspektywie mogą bowiem negatywnie wpływać na pracę mięśnia sercowego i nerek.



Istotnym elementem ścieżki orzeczniczej są także konsultacje z laryngologiem i badanie wzroku. Duże obciążenia treningowe mogą powodować spadek odporności i infekcje, które często kończą się powikłaniami, np. nieleczona angina może prowadzić do zapalenia mięśnia sercowego i chorób reumatycznych. Laryngolog oceni stan zdrowia górnych dróg oddechowych oraz narządu słuchu i równowagi. Badanie wzroku pozwoli na wykrycie wady wzroku, takie jak zwężenie pola widzenia i krótkowzroczność, które mogą obniżać efektywność młodego sportowca.

ETAP 1

Badania wstępne medycyny orzeczniczej.

BADANIA WSTĘPNE MEDYCyny ORZECZNICZEJ – dla osób podlegających pierwszemu kompleksowemu badaniu orzeczniczemu w LUX MED						
Badania i konsultacje w ramach ścieżki orzeczniczej	Pozostałe dyscypliny	Sporty motorowe	Podnoszenie ciężarów	Nurkowanie	Judo, zapasy	Dalekowschodnie sztuki walki, boks, kickboxing
badania krwi (morfologia z rozmazem, OB., glukoza na czczo)	✓	✓	✓	✓	✓	✓
badanie ogólne moczu	✓	✓	✓	✓	✓	✓
badanie ciśnienia tętniczego	✓	✓	✓	✓	✓	✓
badanie wzroku (bliży i dali)	✓	✓	✓	✓	✓	✓
pomiary antropometryczne	✓	✓	✓	✓	✓	✓
przegląd stomatologiczny	✓	✓	✓	✓	✓	✓
EKG spoczynkowe	✓	✓	✓	✓	✓	✓
konsultacja laryngologa	✓	✓	✓	✓	✓	✓
RTG odcinka lędźwiowego kręgosłupa			✓			
RTG odcinka szyjnego kręgosłupa					✓	
spirometria				✓		
badanie EEG						✓
konsultacja neurologa						✓
konsultacja lekarza medycyny sportowej z wydaniem orzeczenia*	✓	✓	✓	✓	✓	✓

ETAP 2

Po upływie **6 miesięcy od badań** wstępnych wykonywanych w LUX MED należy wykonać badania okresowe. Zakres badań okresowych jest jednakowy dla wszystkich niżej wymienionych dyscyplin sportowych.

BADANIA OKRESOWE MEDYCyny ORZECZNICZEJ PO 6/18 MIESIĄCACH od badań wstępnych lub kontrolnych w LUX MED standardowy dla wszystkich dyscyplin sportowych

Badania i konsultacje w ramach ścieżki orzeczniczej	Pozostałe dyscypliny	Sporty motorowe	Podnoszenie ciężarów	Nurkowanie	Judo, zapasy	Dalekowschodnie sztuki walki, boks, kickboxing
badanie ciśnienia tętniczego	✓	✓	✓	✓	✓	✓
pomiary antropometryczne	✓	✓	✓	✓	✓	✓
konsultacja lekarza medycyny sportowej z wydaniem orzeczenia*	✓	✓	✓	✓	✓	✓

ETAP 3

Kolejnym etapem ścieżki badań orzeczniczych są badania okresowe po upływie **12 miesięcy** od badań wstępnych w LUX MED.

BADANIA KONTROLNE MEDYCyny ORZECZNICZEJ PO 12 MIESIĄCACH od badań wstępnych w LUX MED

Badania i konsultacje w ramach ścieżki orzeczniczej	Pozostałe dyscypliny	Sporty motorowe	Podnoszenie ciężarów	Nurkowanie	Judo, zapasy	Dalekowschodnie sztuki walki, boks, kickboxing
badania krwi (morfologia z rozmazem, OB., glukoza na czczo)	✓	✓	✓	✓	✓	✓
badanie ogólne moczu	✓	✓	✓	✓	✓	✓
badanie ciśnienia tętniczego	✓	✓	✓	✓	✓	✓
badanie wzroku (bliży i dali)	✓	✓	✓	✓	✓	✓
pomiary antropometryczne	✓	✓	✓	✓	✓	✓
przegląd stomatologiczny	✓	✓	✓	✓	✓	✓
EKG spoczynkowe	✓	✓	✓	✓	✓	✓
spirometria				✓		
konsultacja lekarza medycyny sportowej z wydaniem orzeczenia*	✓	✓	✓	✓	✓	✓

ETAP 4

Po upływie **6 miesięcy** od wyżej wymienionych badań okresowych (badania okresowe po 12 miesiącach) w celu kontynuacji ścieżki orzeczniczej należy wykonać badania okresowe, zgodnie z zakresem badań okresowych **co 6 miesięcy**.

ETAP 5

Kolejnym etapem ścieżki orzeczniczej są badania wykonywane po upływie **24 miesięcy** od terminu badania wstępnego medycyny orzeczniczej dla sportu.

BADANIA KONTROLNE MEDYCyny ORZECZNICZEJ PO 24 MIESIĄCACH od badań wstępnych w LUX MED

Badania i konsultacje w ramach ścieżki orzeczniczej	Pozostałe dyscypliny	Sporty motorowe	Podnoszenie ciężarów	Nurkowanie	Judo, zapasy	Dalekowschodnie sztuki walki, boks, kickboxing
badania krwi (morfologia z rozmazem, OB., glukoza na czczo)	✓	✓	✓	✓	✓	✓
badanie ogólne moczu	✓	✓	✓	✓	✓	✓
badanie ciśnienia tętniczego	✓	✓	✓	✓	✓	✓
badanie wzroku (bliży i dali)	✓	✓	✓	✓	✓	✓
pomiary antropometryczne	✓	✓	✓	✓	✓	✓
przegląd stomatologiczny	✓	✓	✓	✓	✓	✓
EKG spoczynkowe	✓	✓	✓	✓	✓	✓
konsultacja laryngologa	✓	✓	✓	✓	✓	✓
RTG odcinka lędźwiowego kręgosłupa			✓			
RTG odcinka szyjnego kręgosłupa					✓	
spirometria				✓		
badanie EEG						✓
konsultacja neurologa						✓
konsultacja lekarza medycyny sportowej z wydaniem orzeczenia*	✓	✓	✓	✓	✓	✓

* Do każdego Pacjenta podchodzimy indywidualnie, dlatego lekarz orzecznik – mając na uwadze indywidualny stan zdrowia Pacjenta – może zlecić wykonanie dodatkowych badań w celu wydania orzeczenia o zdolności do uprawiania sportu. Badania te nie wchodzą w zakres wyżej opisanych zestawów medycyny orzeczniczej.

Jak przygotować dziecko do bezpiecznego uprawiania sportu?

SPRAWDŹ >>