



LEERLIJN MEDISCH



LEERLIJN MEDISCH



CTO CENTRUM VOOR
TOPSPORT EN
ONDERWIJS

NOORD

ONDERDEEL VAN TOPSPORT NOORD



Topsport & Medisch

Topsport en talentontwikkeling stelt specifieke eisen aan de (para)medische en specialistische begeleiding. Hulp bij een blessure kan iedere (toekomstige) topsporter gebruiken, maar nog veel belangrijker is om die blessure te voorkomen en dat maakt dat specialistische begeleiding noodzakelijk is.

Je lichaam moet in perfecte conditie zijn. Dit betekent dat een gezond lijf zeer belangrijk is en hier dus preventief op dient te worden ingespeeld. Bij eventuele klachten kan er curatief worden gehandeld door bij een sportarts te rade te gaan. Wanneer het lichaam gezond is, en in goede conditie, kan gezond presteren plaatsvinden. Gezond presteren is in de vorm van sportmedische begeleiding op het gebied van testen, meten en monitoring om zo het lichaam in topconditie te behouden.

Binnen dit infoboekje wordt de nodige informatie gegeven omtrent de zorgverzekering, sportmedisch onderzoek en de begeleiding door een sportarts en/of fysiotherapeut.

Topsport NOORD is binnen deze leerlijn informatief en bekostigd/vergoedt hierin niet.

Een goede en complete zorgverzekering

Gezien het intensieve topsportprogramma is een goede en complete zorgverzekering essentieel. Wanneer jij (of één van jouw ouders / verzorgers) niet goed aanvullend verzekerd bent, zullen fysiotherapie- en sportmedische kosten die buiten de dekking van de verzekering vallen voor eigen rekening zijn. Deze kosten kunnen in het geval van een blessure flink oplopen.

De vergoeding: sportarts

De sportarts is erkend als medisch specialist. Dit betekent dat je als sporter in geval van een blessure eerst een verwijzing vanuit de huisarts nodig hebt richting de sportarts. Het is aan te raden bij je huisarts aan te geven dat je een topsporter bent. Doordat de sportarts als medisch specialist wordt erkend vallen de vergoedingen binnen de basisverzekering. Dit betekent dat er bij een blessureconsult in eerste instantie een beroep zal worden gedaan op het eigen risico. Advies is dan ook om als je actief sport beoefend je eigen risico niet vrijwillig omhoog te zetten. Overigens geldt er geen eigen risico indien je jonger dan 18 jaar bent.



Een goede en complete zorgverzekering

De vergoeding: sportmedische onderzoeken

Voor sportmedische onderzoeken is geen verwijzing van de huisarts nodig, daarvoor kan er direct contact met de sportarts worden opgenomen. Advies is om naar een sportarts te gaan die een erkenning heeft van een landelijke koepel (Federatie van Sportmedische Instellingen). Let er daarbij wel op dat de zorgverzekeraar ook een contract moet hebben met de betreffende instelling anders kan de vergoeding worden misgelopen. Dit kan bij de eigen zorgverzekeraar worden nagevraagd. Sportmedische onderzoeken worden niet automatisch vergoed, ook hiervoor dien je goed aanvullend verzekerd te zijn.

De vergoeding: andere sportzorgprofessionals

Naast vergoedingen voor de sportarts bieden steeds meer zorgverzekeraars vergoedingen voor andere sportzorgprofessionals, zoals: sportdiëtisten, sportzorgmasseurs, sportpodotherapeuten en sportpsychologen. Voorwaarde voor vergoeding is dat de sportzorgprofessional is gecertificeerd door de Stichting Certificering Actoren in de Sportgezondheidszorg (SCAS). De SCAS houdt zich bezig met het onpartijdig vaststellen van de vakbekwaamheid van professionals en instellingen die zich richten op de begeleiding van sporters en de behandeling van sportblessures



De nationale sportpolis: voor talenten en RTC-sporters

De Nationale Sportpolis is een collectieve ziektekostenverzekering die in samenwerking tussen NOC*NSF, Sportbonden en Zilveren Kruis tot stand is gekomen. Speciaal voor sporters is de Nationale Sportpolis ontwikkeld. Deze zorgverzekering geeft sporters 7,5% korting op de basisverzekering, 10% op de Basis Plus Module en 10% korting op alle overige aanvullende verzekeringen. Als naast de basisverzekering ook een aanvullende verzekering (1 t/m 4 sterren of Basis Plus Module) wordt afgesloten krijgt de sporter gratis het 'Aanvullend Sportpakket' met daarin goede aanvullingen voor sporters. De combinatie van het afsluiten van een basisverzekering en aanvullende verzekering noemen we de Nationale Sportpolis.

Voor wie?

De Nationale Sportpolis is voor alle topsporters met een bondsstatus en talenten met een (inter)nationale erkenning. In sommige gevallen hebben sportbonden ook afspraken met Zilveren Kruis, waardoor het mogelijk is dat een grotere doelgroep gebruik kan maken van de Nationale Sportpolis. Informeer hiernaar bij je eigen sportbond.

Naast de hoofdverzekerde van de polis kunnen ook gezinsleden, die onder dezelfde polis vallen, gebruikmaken van de Nationale Sportpolis. Uw partner en kinderen ontvangen dezelfde kortingen op de basisverzekering en aanvullende verzekering.



De medische experts

Als RTC-sporter kun je met verschillende medische experts te maken hebben. Hieronder een overzicht van de experts en hun diensten/taken.



Sportarts

- Diagnose/behandeling blessure
- Sportmedisch onderzoek
- Afname conditie- en/of inspanningstesten



Sportfysiotherapeut

- Blessurebehandeling
- Revalidatie begeleiding
- Bovenstaand is afgestemd op de specifieke topsportbeoefening

Sportmedisch onderzoek

Het sportmedisch onderzoek is vooral preventief gericht. Voor sporters kunnen verschillende sportmedische onderzoeken worden afgenomen. Namelijk de basis, de basis + en het groot medisch onderzoek. De volgende onderdelen komen aan bod binnen het basis medisch onderzoek.:

- Invullen en bespreken vragenlijst;
- Bepaling lengte, gewicht en vetpercentage;
- Bepaling gezichtsscherpte, diepte zien en kleurenzien;
- Urine-onderzoek naar eiwit en suiker;
- Bepaling HB-gehalte van het bloed;
- Longfunctie-onderzoek;
- Intern onderzoek (hart en bloedvaten, longen, buik), inclusief bloeddrukmeting;
- Orthopedisch onderzoek van de statiek, spieren en gewrichten;
- Eindgesprek sportarts inclusief advisering

Wanneer er wordt gekozen voor het basis + sportmedisch onderzoek komt naast bovenstaande onderdelen nog een ECG (hartfilmpje) in rust en bepaling van het cholesterol- en glucosegehalte in het bloed aan bod.

Er kan ook nog worden gekozen voor een groot sportmedisch onderzoek. Aanvulling op bovenstaand is een inspanningstest op de fietsergometer tot maximaal, waarbij bepaling van de maximale belasting, de maximale hartfrequentie en de hartfrequentie bij het omslagpunt (anaerobe drempel). Aan de hand van de maximale belasting kan uitgerekend worden hoe hoog de maximale zuurstofopname is. Tijdens en na de inspanningstest vind er een ECG- en bloeddrukregistratie plaats om een indruk te krijgen van de belastbaarheid van het hart- en vaatstelsel.

Conditie- en inspanningstesten

De conditie- en inspanningstesten zijn bedoeld als tussentijdse controle van het uithoudingsvermogen. Deze test maakt ook deel uit van het groot sportmedisch onderzoek. Voor lopers kan deze test worden uitgevoerd op de loopband. Voor een goede bepaling van de maximale zuurstofopname en het omslagpunt worden de testen met ademgasanalyse gedaan.

- Bespreking van de trainings- en wedstrijdprestaties;
- Bepaling gewicht en vetpercentage, evenals het Hb-gehalte in het bloed;
- Maximale inspanningstest met bepaling van het maximale vermogen, de maximale hartslag en de hartslag bij het “omslagpunt”;
- Meten van het maximale zuurstofopnamevermogen (VO₂max) door middel van ademgasanalyse;
- Optioneel kan ook het lactaatgehalte van het bloed tijdens inspanning worden bepaald



Topsport Medisch Samenwerkingsverband

In Heerenveen zit het Topsport Medisch Samenwerkingsverband (TMS) waar Topsport NOORD een samenwerking mee heeft. Het team van het TMS is verbonden aan Sportgeneeskunde Friesland. Binnen deze samenwerking zitten sportartsen waar RTC-sporters eventueel terecht kunnen indien er klachten of blessures zijn. TMS Heerenveen heeft een samenwerkingsovereenkomst met Tjongerschans Sportmedisch Expertisecentrum en daarmee met alle medische specialisten, zoals de (orthopedisch) chirurg, de cardioloog en de longarts, en het laboratorium, de röntgenafdeling en de OK. De sportartsen van het TMS verwijzen je door indien nodig; zij regelen het contact. Er zijn hele snelle lijntjes met de medische specialisten bij het TMS Heerenveen, zij zorgen ervoor dat iemand dan ook röntgen-scan, MRI-scan et cetera kan krijgen.

Voor meer informatie omtrent het samenwerkingsverband en het snelle gebruik van consulten en scannen gelieve contact opnemen met Topsport NOORD; r.hoekstra@topsportnoord.nl

Keep Improving!

Voor vragen en/of opmerkingen:
r.hoekstra@topsportnoord.nl

Ontwikkeld door:
Lolke Dijkstra (vormgeving & inhoud)
Team Topsport NOORD (A.Kolder
& R.Hoekstra)
Expert: Karin Top (Sportgeneeskunde
Friesland)

