

Adviezen medische commissie risicovechtsporten

Waarom dien je als wedstrijdorganisator een ambulance te voorzien?

Om het gala te kunnen laten doorgaan moeten de arts én de ambulance aanwezig zijn. De ambulance moet steeds ter plaatse blijven omdat hierin alle nodige materiaal zit om snel in te grijpen bij urgenties (tot de MUG ter plaatse is). Dat is de reden waarom de ambulance niet zomaar mag vertrekken.

Voor urgenties moet de MUG gebeld worden. Indien de toezichthoudende arts beslist om mee te gaan met de MUG, kan het gala niet verder gaan.

Voor niet-urgenties moet de kamper met ander vervoer (eigen wagen, tweede ziekenwagen, ...) naar het ziekenhuis gebracht worden. Indien men een ambulance wil gebruiken om niet-urgenties te vervoeren, dient er een bijkomende ambulance aanwezig te zijn.

Welke sportmedische geschiktheidsonderzoeken worden geadviseerd voor risicovechtporters?

Het is aanbevolen om als risicovechtporters een medisch geschiktheidsonderzoek te ondergaan:

- wanneer je start met een risicovechtport met jaarlijkse hernieuwing

Het preventief sportmedisch geschiktheidsonderzoek wordt door de meeste federaties verplicht bij de eerste aansluiting en met jaarlijkse hernieuwing. Vul op de website www.sportkeuring.be de vragenlijst in en ga hiermee naar de keuringsarts. Je kan voor dit onderzoek langsgaan bij je huisarts, maar het RVSP adviseert om een beroep te doen op een arts met specifieke ervaring. Nog op zoek naar een keuringsarts: [bekijk onze lijst](#). De arts zal bepalen of je al dan niet geschikt bent om een risicovechtport te beoefenen op recreatief en/of competitief niveau.

- wanneer je deelneemt aan een wedstrijd

Als je als risicovechtporters deelneemt aan wedstrijden onderga je ook telkens een sportmedisch geschiktheidsonderzoek vlak voor de wedstrijd. Dit onderzoek wordt afgenomen door de toezichthoudende arts die ook aanwezig zal zijn tijdens de wedstrijd. Het onderzoek is kort en verloopt volgens een door het RVSP geadviseerd protocol. De arts zal bepalen of je al dan niet geschikt bent om deel te nemen aan de wedstrijd.

Na de wedstrijd zal de arts beslissen of je opnieuw een sportmedisch geschiktheidsonderzoek moet ondergaan en of je al dan niet een verplichte rust- en herstelperiode (met of zonder controle-onderzoek) opgelegd krijgt.

- wanneer je een verplichte rust- en herstelperiode opgelegd krijgt

Indien de arts na de wedstrijd besliste dat je een verplichte rust- en herstelperiode nodig hebt, is het raadzaam om tijdens deze periode het advies van het Risicovechtportplatform op te volgen. Bij beperkte impact op het hoofd volg je best het "[Advies na impact op het hoofd](#)". Bij ernstige symptomen of ernstige impact op het hoofd, volg je best het "[Advies na ernstige impact op het hoofd](#)". Tijdens de

minimum vijf weken durende rust- en herstelperiode na ernstige impact op het hoofd, wordt een controle-onderzoek geadviseerd na ten vroegste twee weken. Ook voor dit onderzoek richt je je best tot een gespecialiseerde arts. De arts zal bepalen vanaf wanneer je ten vroegste opnieuw mag deelnemen aan wedstrijden.

Is het dragen van contactlenzen een contra-indicatie voor de beoefening van risicovechtsporten?

Het dragen van zachte contactlenzen vormt geen contra-indicatie voor de recreatieve of competitieve beoefening van risicovechtsporten, wel te verstaan als er geen andere contra-indicaties optreden. Volgende factoren, die soms samen gaan met het dragen van contactlenzen, zijn wel duidelijke contra-indicaties: lui oog (duidelijke amblyopie), sterke bijziendheid (hoge myopie aan 1 of 2 ogen), vroegere netvliesloslating (retinaloslating) of andere zware oogandoeningen waarvoor oogheelkunde. Bij twijfel neem je best contact op met je oogarts.

Kan iemand met een vals gebit sparren?

Indien het een volledig vals gebit is, wordt dit bij voorkeur uitgenomen om te sparren. Indien het om een gedeeltelijk of niet uitneembaar vals gebit gaat, kan men alles inhouden en beschermen met een bitje.

Opgelet! Neem voor meer info over de dekking van de verzekering contact op met je federatie.

In welke mate is taping toegestaan?

Niet-elastische tape (bv. Strappal) of elastische tape (bv. Kinesiotape) is toegestaan zolang de dikte beperkt blijft (3 lagen). Een dikker verband (bv. dik rekverband) of een verband met velcro is niet toegestaan gezien het schadelijk kan zijn voor de tegenstander. Denk er aan, sporten met een niet volledig genezen blessure is niet verstandig.

In welke mate is bracing toegestaan?

Alle braces die geprefabriceerd (aan te trekken) zijn, zijn verboden. Bij boksen kan een pushbrace aan het OL wel toegestaan worden.

Vaccins, wat moet ik ermee?

De recente commotie rond het COVID19/Corona virus en het ontbreken van een specifieke behandeling of vaccin illustreren het nut en de noodzaak van vaccins ter preventie van een aantal aandoeningen. Als vechtsporter loop je alvast een hoger risico op enkele ernstige aandoeningen waarvoor effectieve vaccins bestaan: klem (tetanus) en hepatitis B zijn de voornaamste, je kan ook overwegen een vaccin tegen de seizoensgriep (influenza) en pneumococcon te nemen. Tenslotte zorg je er best voor dat je de normale basisvaccinaties gehad hebt.

Tetanus of klem

Dit vaccin maakt deel uit van het basisvaccinatieschema bij baby's en wordt herhaald op 15 jaar bij adolescenten. Daarna dien je om de 10 jaar een herhaalvaccinatie te krijgen. Indien je laatste tetanusvaccin meer dan 10 jaar geleden is of wanneer je nooit (volledig) gevaccineerd werd, raadpleeg dan je huisarts voor de juiste strategie

Hepatitis B

Hepatitis B krijg je via contact met lichaamsvochten, o.a. bloed, van een persoon die drager is van het virus. Je kan er niet alleen een acute geelzucht van krijgen, er kan ook blijvende schade aan je lever ontstaan. Preventie is nuttig en makkelijk! Sinds 1999 worden zuigelingen en pre-adolescenten (11-12 jaar) in Vlaanderen gevaccineerd. Wie deze basisvaccinatie niet gehad heeft, dient drie vaccins te krijgen, op tijdstip 0, 1 en 6 maand. Je kan de vaccinatie tegen hepatitis B ook combineren met het vaccin voor hepatitis A, dan wordt eveneens het schema 0, 1 en 6 maand gebruikt.

Voor alle info omtrent vaccinaties, raadpleeg je je huisarts, je vindt ook nuttige info op de site <https://www.zorg-en-gezondheid.be/basisvaccinatieschema>.

Kan je werken met een Nederlandse arts als toezichthoudende arts op jouw gala in Vlaanderen?

Wanneer de organisatie met een Nederlandse arts wil werken, wordt geadviseerd om een kopie van diens artsdiploma, een bewijs van het BIG-nummer en een bewijs dat de arts verzekerd is voor deze activiteiten op te vragen.

Nog op zoek naar een toezichthoudende arts? Raadpleeg de online pool van toezichthoudende artsen op <https://vechtsportplatform.be/artsen/lijt-artsen/lijt-toezichthoudende-artsen/>.

Vormt het dragen van bedekkende onderkledij een belemmering voor de medische opvolging?

Het dragen van onderkledij is medisch verantwoord indien deze spant en nauw aansluit op de huid en indien het hoofd goed zichtbaar blijft. Bij de medische controle voor of na de wedstrijd, moet er steeds de mogelijkheid bestaan om het volledige lichaam te kunnen onderzoeken indien nodig. De medische commissie risicovechtsporten is voorstander van het toestaan van de mogelijkheid tot het dragen van onderkledij, zeker wanneer dit zou toelaten dat meer mensen de sport zouden kunnen beoefenen.

Meer info

Deze tips zijn adviezen van de medische commissie risicovechtsporten. Neem voor meer info contact op met Fran via fran@vechtsportplatform.be.

Niets van dit document mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, of op welke andere wijze ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van het Vechtsportplatform.

Het advies in dit document wordt op regelmatige basis geëvalueerd en indien nodig bijgesteld.

Hoewel dit document met zeer veel zorg is samengesteld, aanvaardt het Vechtsportplatform geen enkele aansprakelijkheid voor schade ontstaan door eventuele fouten en/of onvolledigheden in dit document.