

Protocol herhaaldelijk sportmedisch geschiktheidsonderzoek

Anamnese

Laat de sporter de vragenlijst invullen op www.sportkeuring.be zodat u zicht krijgt over diens persoonlijke en familiale medische voorgeschiedenis. De sporter kan dit op voorhand invullen of u kan dit samen doen.

Lichamelijk onderzoek

Algemene inspectie

Zijn er niet-genezen of recente wonden (snijwonden, schaafwonden, laceraties, ...) aan

- Hands
- Polsen
- Gelaat
- Wenkbrauwen
- Oren
- Neus
- Andere

Niet-genezen of recente wonden zijn plaatsen waar de tegenstander zich mogelijk zal op focussen om op diezelfde plaatsen slagen toe te brengen (zodat de kamp met een technisch KO moet beëindigd worden, cfr gelaat, wenkbrauwen, oren, neus). Wonden aan handen, polsen, ... laten de sporter niet toe voluit te gaan en zullen bij gering contact terug opengaan. Niet-genezen wonden (vooral schaafwonden) kunnen ook ingangspoort zijn voor infecties (impetigo, tinea corporis gladiatorum, ...). Vooraleer met de gevechtstraining/contacttraining kan gestart worden dienen deze wonden volledig genezen te zijn. Er kan hier dus wel toelating gegeven worden voor non-contacttraining.

Lichaamsgewicht
Lichaamslengte
Zithoogte
Huidplooiemetingen

- Calf
- Triceps

Cardiologisch onderzoek

Brachiale bloeddruk

- Bloeddruk systolisch links
- Bloeddruk diastolisch links
- Bloeddruk systolisch rechts
- Bloeddruk diastolisch rechts

Hartauscultatie

- Geruis
 - Diastolisch
 - Systolisch $\geq 2/6$
 - Meer bij Valsalva of staan vanuit hurkpositie
 - Meer bij liggen of hurken vanuit staande positie
 - Uitstraling naar oksel of carotiden
 - Lange duur (mid- of latepeak of holosystolisch)
 - Mid- of eindsystolische klik
- Tonen
 - Paradoxe of gefixeerde splijting 2e harttoon
 - Extra toon (4e toon)
 - Luide 1e toon met geruis
- Ritme

Radiale en femorale pulsaties

- Simultane palpatie radiale en femorale pulsaties

Syndroom van Marfan

Pneumologisch onderzoek

Longauscultatie

- Verlengd expirium
- Crepitaties
- Wheezing
- Verminderd VAG
- Ander

Stomatologisch onderzoek

Inspectie gebit

- Cariës
- Tandsteen
- Gingivitis
- Ander

Oftalmologisch onderzoek

Gezichtsscherpte

- Correctie
- Ver bilateraal
- Ver links
- Ver rechts

Gezichtsveld

- Confrontatietest

Pupilvorm

- Links: normaal/abnormaal
- Rechts: normaal/abnormaal

Pupilgrootte

- Links: normaal/gedilateerd/vernauwd
- Rechts: normaal/gedilateerd/vernauwd

Pupilreactie op licht

- Links: normaal/abnormaal
- Rechts: normaal/abnormaal

Dieptezicht

- Stereotest

Contra-indicaties voor risicovechtsporten

- *Amblyopie*
- *Hoge myopie (hoge bijziendheid meer dan -6 dioptrie)*
- *Oogoperaties als antecedenten*
- *Gebrek aan dieptezicht*

Afwijkingen in het oftalmologisch onderzoek vereisen een doorverwijzing naar de oftalmoloog.

Orthopedisch onderzoek

Inspectie

- Stand hoofd
- Schouderhoogte
- AC gewricht
- Rug
- Hoogte spina iliaca
- Vastus medialis obliquus
- Extremiteten en gewrichten
- Tuberositas tibiae

Mobiliteit/kracht

- Cervicaal
 - Flexie
 - Extensie
 - Laterale flexie
 - Rotatie
- Lumbaal
 - Flexie
 - Extensie
 - Laterale flexie
 - Rotatie
- Schouder
 - GH abductie
 - Kracht 90°
 - Drop Dead
- Elleboog en hand
 - Flexie/extensie
 - Pronatie/supinatie
 - Hand vuist/spreiden

Functioneel

- Duck Walt test
- Five time hop

Sportspecifiek

- Gemodificeerde rotatie stabilisatie test
 - Rompstabiliteit: goed/matig/zwak
- Scapulaire dyskinesie
 - Normaal/abnormaal
- Zijwaartse brug test
 - Links/rechts
- Squat op één been
 - Links: dynamisch evenwicht/lumbopelvische controle/knie positie controle/voet positie controle
 - Rechts: dynamisch evenwicht/lumbopelvische controle/knie positie controle/voet positie controle

Oriënterend neurologisch onderzoek

Evenwicht

- Romberg: Normaal/abnormaal

Gang

- Gangpatroon
- Koorddansersgang

Coördinatie

- Vinger-neusproef
 - Links: normaal/abnormaal
 - Rechts: normaal/abnormaal
- Knie-hielproef
 - Links: normaal/abnormaal
 - Rechts: normaal/abnormaal
- Diadochokinese

Sensibiliteit

- Vibratiezin

Reflexen

- Bicepspeesreflex
 - Links: levendig/zwak/afwezig
 - Rechts: levendig/zwak/afwezig
- Tricepspeesreflex
 - Links: levendig/zwak/afwezig
 - Rechts: levendig/zwak/afwezig
- Kniepeesreflex
 - Links: levendig/zwak/afwezig
 - Rechts: levendig/zwak/afwezig
- Achillespeesreflex
 - Links: levendig/zwak/afwezig
 - Rechts: levendig/zwak/afwezig
- Voetzoolreflex
 - Links: normaal/abnormaal
 - Rechts: normaal/abnormaal

Onderzoek neus, keel en oren

Rhinoscopia anterior

- Toegankelijkheid neus
 - Links: normaal/abnormaal
 - Rechts: normaal/abnormaal
- Stand neusseptum
 - Normaal/deviatie links/deviatie rechts

Otoscopie

- Gehoorgang
 - Links
 - Normaal
 - Abnormaal: oorstop/eczeem/bloeding/infectie/andere
 - Rechts
 - Normaal
 - Abnormaal: oorstop/eczeem/bloeding/infectie/andere

Tonsillen

- Normaal/abnormaal

Sportspecifiek onderzoek

Hypermobiliteitsonderzoek

- Hyperextensie pinken (hoek in mcp5 >90°)
 - Links
 - Rechts
- Duimen tegen de voorarm
 - Links
 - Rechts
- Hyperextensie ellebogen >10°
 - Links
 - Rechts
- Hyperextensie knieën > 10°
 - Links
 - Rechts
- Handen plat op de grond zonder de knieën te buigen

Berekening hypermobiliteitsscore volgens Beighton criteria:

- *Handen plat op grond: 1 punt*
- *Pinken, duimen, ellebogen, knieën telkens 1 punt links/rechts*
- *Totaal 9 punten*

0-3 punten: niet hypermobiel

4-6 punten: hypermobiel

7-9 punten: extreem hypermobiel



Aanvullend onderzoek

Geen aanvullend onderzoek tenzij er klachten of abnormaliteiten in het onderzoek zijn.

Frequentie sportmedisch geschiktheidsonderzoek

Wat betreft de frequentie van het sportmedisch onderzoek volgen we het advies van Gezond Sporten (lees hun volledige advies [hier](#)) maar maken we een onderscheid tussen recreatieve en competitieve sporters.

- Een sportmedisch onderzoek moet bij aansluiting gebeuren (de sporter is minimum 6 jaar oud). Een tweede onderzoek met rustelektrocardiogram volgt op 14 jaar.
- Recreatieve sporters dienen daarna **minimum** om de 4 jaar opnieuw een sportmedisch onderzoek te ondergaan.
- Voor competitieve sporters dient het onderzoek **minimum** elke 2 jaar herhaald te worden.

Dit sportmedisch onderzoek dient door een arts met een VASO-licentie te gebeuren. Zo ligt het protocol van het onderzoek in lijn met de wetenschappelijk onderbouwde aanbeveling voor dit type onderzoeken, zoals opgesteld door SKA. Idealiter heeft de arts in kwestie ook een zekere kennis van de vechtsport die de sporter beoefend.

Niets van dit document mag worden veeelvoudigd 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.

VECHTSPOORTPLATFORM VLAANDEREN VZW

Zuiderlaan 13 - 9000 Gent ▶ RPR Afdeling Gent

09 243 12 46 ▶ info@vechtsportplatform.be ▶ www.vechtsportplatform.be