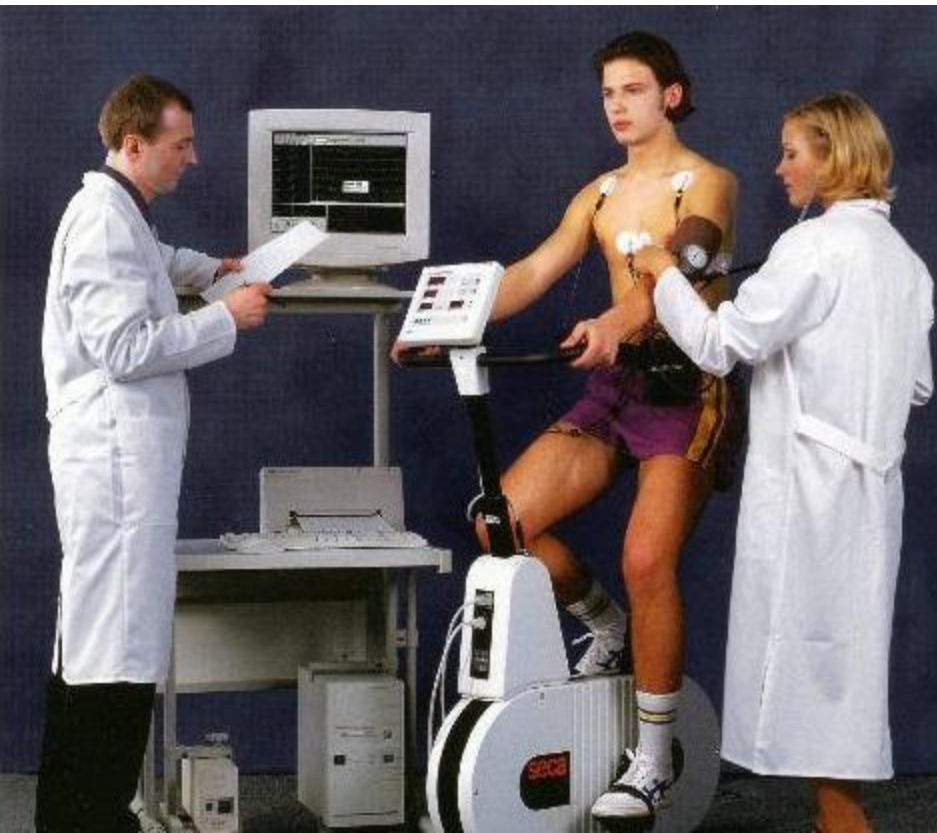


# Медико-биологическое сопровождение физической культуры и спорта



- Любой тренировочный процесс, направленный на достижение результата, обязательно требует научно-методического и медицинского сопровождения. Чтобы корректно управлять тренировочным процессом, тренеру необходимо оценивать ряд показателей, отражающих работоспособность и состояние здоровья спортсмена. Для этого необходимо с определенной периодичностью проводить медицинское обследование, а также осуществлять регулярный контроль функционального состояния спортсмена.

- Президент РФ Дмитрий Медведев на заседании Президентского Совета по развитию физической культуры и спорта в Сочи 26 марта 2010 года, говоря об итогах выступления Олимпийской сборной России в Ванкувере, заявил: «Обнажились серьезные недостатки в системе подготовки спортсменов. Она должна быть ориентирована на самого спортсмена. Во всех развитых странах программы и методики тренировок составляются с учетом индивидуальных особенностей каждого будущего олимпийца - так чтобы на старт он выходил на пике своей формы. Здесь главным вопросом становится уровень медико-биологического и научного обеспечения сборных».

# ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОВ СБОРНЫХ КОМАНД РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Оценка биологической индивидуальности спортсмена

*Методы:*

*Медико-генетические*

*Биохимические*

*Иммунологические*

*Оценки кардиореспираторных резервов*

*Психофизиологические*

Мониторинг функционального состояния

*Скрининг диагностика*

*Аппаратно-программные технологии прогнозирования функциональных резервов и спортивного долголетия*

*Экспертная поддержка с использованием методов телемедицины*

**Индивидуальные программы медико-биологического обеспечения**

Повышения спортивной работоспособности в ходе тренировочной и соревновательной деятельности

*Фармакологическая коррекция утомления и стресса*

*Специализированное спортивное питание и БАД*

*Современная аппаратная физиотерапия*  
*Реабилитация искусственными газовыми смесями*

*Методы нано-молекулярной коррекции нейро-медиаторного статуса*

*Коррекция психофизиологического статуса*

Технологии реабилитации и восстановительного лечения после травм и заболеваний

**Целевые комплексные программы подготовки российских спортсменов к Олимпийским Играм**



**Спортивная медицина - это отдельная специфическая область медицинской науки и практики, отвечающая за медико-биологическое обеспечение подготовки спортсменов.**



- **Основная цель спортивной медицины – содействие рациональному использованию средств и методов физической культуры и спорта для гармонического развития человека, сохранения и укрепления его здоровья, повышения работоспособности и продления активного, творческого периода жизни.**

- **Спортивная же медицина - это отрасль медицины, изучающая здоровье, физическое развитие и функциональные возможности человека в связи с занятиями спортом и физической культурой.**  
Спортивная медицина содействует рациональному использованию средств и методов физической культуры и спорта для гармоничного развития человека, укрепления его здоровья, повышения общей и специальной работоспособности, спортивного мастерства, продления активного творческого периода жизни. Спортивная медицина изучает также нарушения в деятельности организма, в том числе при нерациональных занятиях, разрабатывает методы диагностики, средства профилактики, лечения, восстановления, повышения спортивной работоспособности.

# Основные задачи спортивной медицины

- Изучение и оценка состояния здоровья занимающихся, динамический контроль за здоровьем на всех этапах подготовки.
- Диагностика, лечение, реабилитация и профилактика заболеваний у спортсменов, в том числе вызванных нерациональной тренировкой, нарушениями режима (перетренированность, физическое перенапряжение и др.). Изучение особенностей течения заболеваний у спортсменов.
- Профилактика, лечение и реабилитация спортивных травм.
- Врачебный контроль за лицами разного пола и возраста (в том числе детьми, женщинами, ветеранами спорта), а также в измененных условиях среды.



- Определение состояния тренированности методами врачебного контроля, помощь тренеру в достижении наивысшего уровня (спортивной формы) к моменту основных соревнований.
- Оценка физического развития, функционального состояния и спортивной работоспособности. Разработка и внедрение в практику соответствующих методов врачебного контроля.
- Разработка медицинских критериев отбора и спортивной ориентации. Решение вопросов допуска к занятиям и соревнованиям.
- Определение показаний и противопоказаний для различных видов спорта и различных форм занятий физическими упражнениями.
- Разработка (вместе с преподавателями) оптимальных двигательных режимов для различных категорий занимающихся.
- Медицинское обеспечение тренировок и соревнований (в том числе организация допинг-контроля и контроля над полом).

- **Практическим разделом спортивной медицины является врачебный контроль за занимающимися, медицинское обеспечение занятий и соревнований.** Спортивная медицина тесно связана с другими медико-биологическими науками, а в вашем обучении и предметах учебного плана.



МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ПРИКАЗ

от 1 марта 2016 г. N 134н

О ПОРЯДКЕ ОРГАНИЗАЦИИ ОКАЗАНИЯ  
МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ЛИЦАМ,  
ЗАНИМАЮЩИМСЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И  
СПОРТОМ (В ТОМ ЧИСЛЕ ПРИ ПОДГОТОВКЕ И  
ПРОВЕДЕНИИ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ  
МЕРОПРИЯТИЙ И СПОРТИВНЫХ  
МЕРОПРИЯТИЙ), ВКЛЮЧАЯ ПОРЯДОК  
МЕДИЦИНСКОГО ОСМОТРА ЛИЦ, ЖЕЛАЮЩИХ  
ПРОЙТИ СПОРТИВНУЮ ПОДГОТОВКУ,  
ЗАНИМАТЬСЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И  
СПОРТОМ В ОРГАНИЗАЦИЯХ И (ИЛИ)  
ВЫПОЛНИТЬ НОРМАТИВЫ ИСПЫТАНИЙ  
(ТЕСТОВ) ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-  
СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА "ГОТОВ К ТРУДУ И  
ОБОРОНЕ"

Медицинская помощь лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), оказывается в виде:

- первичной медико-санитарной помощи;
- специализированной, в том числе высокотехнологичной, медицинской помощи;
- скорой, в том числе скорой специализированной, медицинской помощи, включая медицинскую эвакуацию.

Медицинская помощь лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), оказывается в следующих условиях:

вне медицинской организации:

- по месту вызова бригады скорой, в том числе скорой специализированной, медицинской помощи, а также в транспортном средстве при медицинской эвакуации;

амбулаторно (в условиях, не предусматривающих круглосуточное медицинское наблюдение и лечение);

в дневном стационаре (в условиях, предусматривающих медицинское наблюдение и лечение в дневное время, не требующих круглосуточного медицинского наблюдения и лечения);

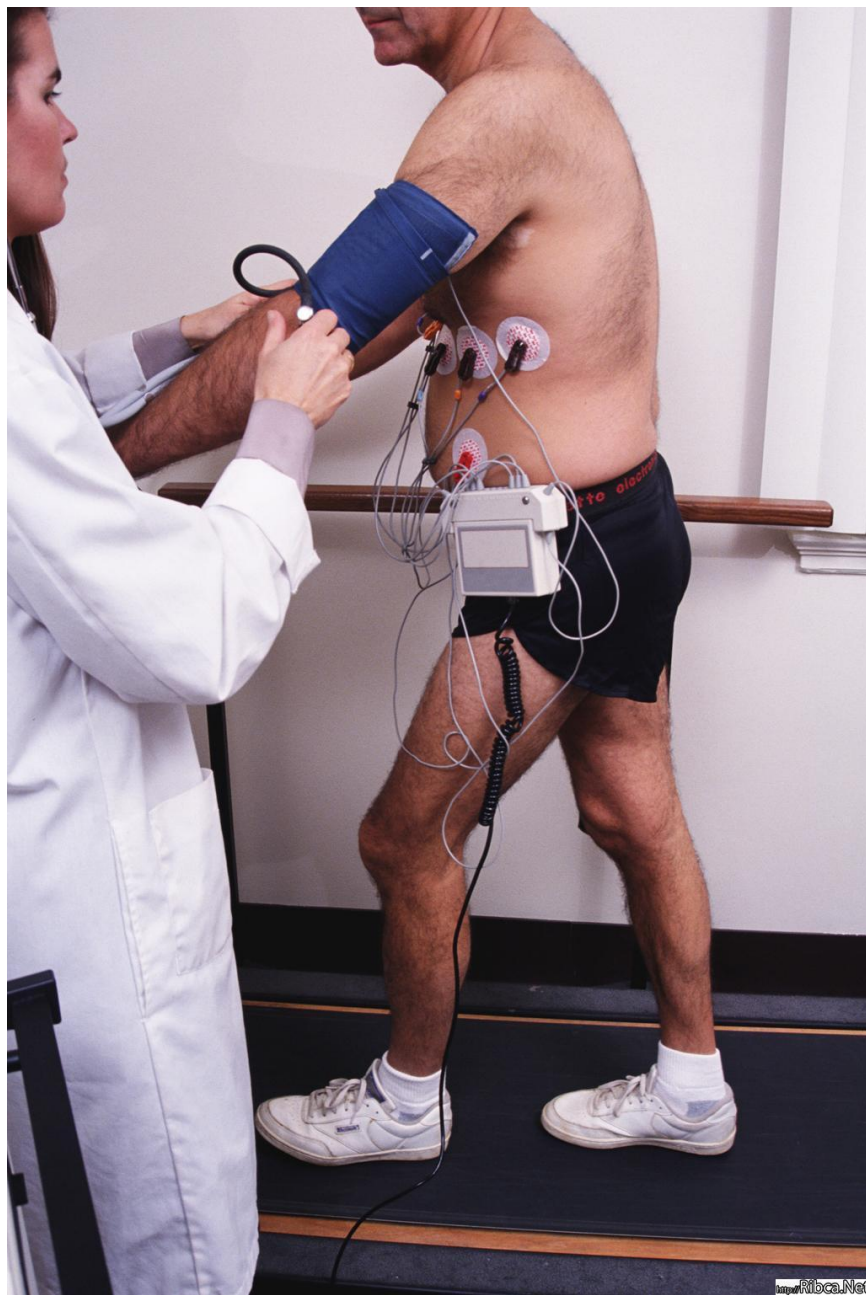
стационарно (в условиях, обеспечивающих круглосуточное медицинское наблюдение и лечение).

Первичная медико-санитарная помощь оказывается в медицинских пунктах объекта спорта (для спортсменов, для зрителей), в структурных подразделениях по спортивной медицине (кабинет, отделение) медицинской организации, во врачебно-физкультурном диспансере и включает:

- первичную доврачебную медико-санитарную помощь;
- первичную врачебную медико-санитарную помощь;
- первичную специализированную медико-санитарную помощь.

Первичная врачебная медико-санитарная помощь оказывается врачом-терапевтом (врачом-терапевтом участковым), врачом общей практики (семейным врачом), врачом-педиатром (врачом-педиатром участковым).

Первичная специализированная медико-санитарная помощь оказывается по направлению врача-терапевта (врача-терапевта участкового), врача общей практики (семейного врача), врача-педиатра (врача-педиатра участкового) врачом по спортивной медицине медицинской организации независимо от организационно-правовой формы, имеющей лицензию на осуществление медицинской деятельности, предусматривающую выполнение работ (оказание услуг) по "лечебной физической культуре и спортивной медицине".



- **Врачебный контроль** включает:
- 1) врачебное освидетельствование;
- 2) врачебно-педагогические наблюдения;
- 3) врачебно-спортивную консультацию;
- 4) санитарно-гигиенический надзор за местами и условиями проведения занятий физкультурой и спортом, а также соревнований;
- 5) гигиеническое воспитание физкультурников и спортсменов;
- 6) медико-санитарное обеспечение спортивных соревнований и массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий.

Врачебно-педагогические наблюдения проводятся за лицами, занимающимися физической культурой и спортом, в целях определения индивидуальной реакции на тренировочные и соревновательные нагрузки.

Врачебно-педагогические наблюдения за лицами, занимающимися физической культурой и спортом, проводятся:

- в процессе тренировки для определения уровня готовности и оценки эффективности принятой методики тренировки;
- при организации занятий с несовершеннолетними в целях определения правильной системы занятий физической культурой и спортом;
- при необходимости решения вопроса о возможности ранней спортивной специализации.

Врачебно-педагогические наблюдения осуществляются врачами по лечебной физкультуре, врачами по спортивной медицине совместно с тренером лиц, занимающихся физической культурой и спортом.

Врачебно-педагогические наблюдения проводятся в несколько этапов:

- 1 этап: определение условий в местах проведения занятий физической культурой и спортом (температура, влажность воздуха, состояние мест занятий, спортивного инвентаря, одежды и обуви занимающихся, наличие необходимых защитных приспособлений), оценка правильности комплектования групп занимающихся (возраст, пол, здоровье, уровень подготовленности);
- 2 этап: изучение плана проведения занятия, объема и интенсивности нагрузки, последовательности упражнений, характера вводной и заключительной частей, проведение хронометража выполнения упражнений лицами, занимающимися физической культурой и спортом;
- 3 этап: изучение исходного состояния, реакции на нагрузку и течение процессов восстановления обследуемого лица, занимающегося физической культурой и спортом;
- 4 этап: составление "физиологической" кривой тренировочного занятия, отражающей различную степень воздействия на организм, и схемы построения занятий;
- 5 этап: анализ полученных данных врачебно-педагогических наблюдений с тренером для внесения необходимых корректив в план тренировок (занятий), определение сроков повторных и дополнительных обследований (при наличии отклонений в состоянии здоровья).





- На основании проведенного врачебно-педагогического наблюдения составляются врачебные рекомендации по режиму тренировок (занятий), которые учитываются тренером при планировании тренировочного процесса.
- При необходимости проводятся дополнительные повторные лабораторные или инструментальные исследования, консультации иных врачей-специалистов.

- ПОРЯДОК МЕДИЦИНСКОГО ОСМОТРА  
ЛИЦ, ЖЕЛАЮЩИХ ПРОЙТИ  
СПОРТИВНУЮ ПОДГОТОВКУ,  
ЗАНИМАТЬСЯ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ В  
ОРГАНИЗАЦИЯХ,  
ОСУЩЕСТВЛЯЮЩИХ СПОРТИВНУЮ  
ПОДГОТОВКУ, ИНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ  
ДЛЯ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ, И (ИЛИ)  
ВЫПОЛНИТЬ НОРМАТИВЫ  
ИСПЫТАНИЙ (ТЕСТОВ)  
ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-  
СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА "ГОТОВ К  
ТРУДУ И ОБОРОНЕ"

- Целью медицинского осмотра лица, желающего пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, иных организациях для занятий физической культурой и спортом, и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (далее - комплекс ГТО), является определение состояния здоровья и функциональной группы для допуска к указанным мероприятиям.

Задачами медицинского осмотра лица, желающего пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, иных организациях для занятий физической культурой и спортом, и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО, являются:

- оценка уровня физического развития; определение уровня физической активности;
- выявление пограничных состояний как факторов риска возникновения патологии (в том числе угрозы жизни) при занятиях физической культурой и спортом;
- выявление заболеваний (в том числе хронических в стадии ремиссии) и патологических состояний, являющихся медицинскими противопоказаниями к занятиям физической культурой и спортом;
- определение целесообразности занятий избранным видом физической культуры и спорта с учетом установленного состояния здоровья и выявленных функциональных изменений;
- определение медицинских рекомендаций по планированию занятий физической культурой и спортом с учетом выявленных изменений в состоянии здоровья.



- Медицинский осмотр лица, желающего заниматься физической культурой в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО, проводится на основании результатов диспансеризации или профилактического медицинского осмотра . В рамках медицинского осмотра лица, желающего заниматься физической культурой в организациях, дополнительно проводятся:

- Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации [от 3 февраля 2015 г. N 36ан](#) "Об утверждении Порядка проведения диспансеризации определенных групп взрослого населения" (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 27 февраля 2015 г., регистрационный N 36268);
- Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации [от 14 декабря 2009 г. N 984н](#) "Об утверждении Порядка прохождения диспансеризации государственными гражданскими служащими Российской Федерации и муниципальными служащими, перечня заболеваний, препятствующих поступлению на государственную гражданскую службу Российской Федерации и муниципальную службу или ее прохождению, а также формы заключения медицинского учреждения" (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 29 декабря 2009 г., регистрационный N 15878);
- Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации [от 15 февраля 2013 г. N 72н](#) "О проведении диспансеризации пребывающих в стационарных учреждениях детей-сирот и детей, находящихся в трудной жизненной ситуации" (вместе с "Порядком проведения диспансеризации пребывающих в стационарных учреждениях детей-сирот и детей, находящихся в трудной жизненной ситуации") (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 2 апреля 2013 г., регистрационный N 27964);
- Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации [от 11 апреля 2013 г. N 216н](#) "Об утверждении Порядка диспансеризации детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в том числе усыновленных (удочеренных), принятых под опеку (попечительство), в приемную или патронатную семью" (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 21 мая 2013 г., регистрационный N 28454).
- Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации [от 21 декабря 2012 г. N 1346н](#) "О Порядке прохождения несовершеннолетними медицинских осмотров, в том числе при поступлении в образовательные учреждения и в период обучения в них" (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 2 апреля 2013 г., регистрационный N 27961);
- Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации [от 6 декабря 2012 г. N 1011н](#) "Об утверждении порядка проведения профилактического медицинского осмотра" (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 29 декабря 2012 г., регистрационный N 26511).

- В рамках медицинского осмотра лица, желающего заниматься физической культурой в организациях, дополнительно проводятся:
- антропометрия;
- оценка типа телосложения;
- оценка уровня физического развития;
- оценка уровня полового созревания;
- проведение электрокардиографии;
- проведение функциональных (нагрузочных) проб.

- По результатам проведенного медицинского осмотра лица, желающего пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, иных организациях для занятий физической культурой и спортом, определяется принадлежность к функциональной группе:
- 1 группа - возможны занятия физической культурой (в том числе в организациях), участие в массовых спортивных соревнованиях, занятия спортом на спортивно-оздоровительном этапе спортивной подготовки без ограничений;
- 2 группа - возможны занятия физической культурой (в том числе в организациях), занятия спортом на спортивно-оздоровительном этапе спортивной подготовки с незначительными ограничениями физических нагрузок без участия в массовых спортивных соревнованиях;
- 3 группа - возможны только занятия физической культурой (в том числе в организациях) со значительными ограничениями физических нагрузок;
- 4 группа - возможны только занятия лечебной физической культурой.

- При проведении медицинского осмотра лица, желающего выполнить нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО, лицам, которым по результатам диспансеризации или профилактического медицинского осмотра установлена I группа состояния здоровья либо основная медицинская группа для занятий физической культурой (I группа), врачом-терапевтом (врачом общей практики (семейным врачом) врачом-педиатром) оформляется медицинское заключение о допуске к выполнению нормативов (тестов) комплекса ГТО.
- Лица, которым по результатам диспансеризации или профилактического медицинского осмотра установлена II или III группа состояния здоровья или подготовительная медицинская группа для занятий физической культурой (II группа), для решения вопроса о допуске к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО направляются к врачу по спортивной медицине.
- Несовершеннолетние со специальной медицинской группой здоровья для занятий физической культурой к сдаче нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО не допускаются.



- В случае выявления в ходе медицинского осмотра клинических симптомов и синдромов заболеваний (состояний), являющихся медицинскими противопоказаниями к прохождению спортивной подготовки, занятиям физической культурой и спортом в организациях, к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО, проводятся дополнительные осмотры врачей-специалистов, лабораторные, функциональные и иные методы исследования.
- Медицинские противопоказания к прохождению спортивной подготовки, занятиям физической культурой и спортом в организациях, к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО определяются в соответствии с клиническими рекомендациями (протоколами лечения), разрабатываемыми и утверждаемыми медицинскими профессиональными некоммерческими организациями, с учетом состояния здоровья лица, стадии, степени выраженности и индивидуальных особенностей течения заболевания (состояния), а также вида физической активности, предполагаемой нагрузки, вида спорта и спортивной дисциплины с учетом возрастных особенностей и пола лица.

- По результатам медицинского осмотра оформляется медицинское заключение о допуске к прохождению спортивной подготовки или занятиям физической культурой и спортом в организациях или к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО либо о наличии медицинских противопоказаний к прохождению спортивной подготовки или занятиям физической культурой и спортом в организациях или к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО со сроком действия не более 1 года в соответствии с приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации [от 2 мая 2012 г. N 441н](#) "Об утверждении Порядка выдачи медицинскими организациями справок и медицинских заключений"
- Результаты медицинского осмотра вносятся в медицинскую документацию лица, прошедшего медицинский осмотр.

# ПРОГРАММЫ УГЛУБЛЕННОГО МЕДИЦИНСКОГО ОБСЛЕДОВАНИЯ (УМО) ЛИЦ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТОМ, НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

Категория контингента	Кратность проведения	Врачи специалисты	Клинико-лабораторные и функционально-диагностические методы обследования	Примечание
Лица, занимающиеся спортом на спортивно-оздоровительном этапе	1 раз в 12 месяцев	Педиатр или терапевт (по возрасту) Травматолог-ортопед Хирург Невролог Оториноларинголог Офтальмолог Кардиолог Врач по спортивной медицине / врач по лечебной физкультуре	Клинический анализ крови Клинический анализ мочи Антропометрия Электрокардиография (далее - ЭКГ) Эхокардиографическое исследование (далее - ЭхоКГ)	По медицинским показаниям проводятся дополнительные консультации врачей специалистов, функционально-диагностические и лабораторные исследования

<p>Лица, занимающиеся спортом на этапе начальной подготовки</p>	<p>1 раз в 6 месяцев</p>	<p>Педиатр/терапевт (по возрасту) Травматолог-ортопед Хирург Невролог Оториноларинголог Офтальмолог Кардиолог Гинеколог Врач по спортивной медицине</p>	<p>Клинический анализ крови Биохимический анализ крови (включая аланинаминотрансферазу (АЛТ), аспартатаминотрансферазу (АСТ), щелочную фосфатазу, креатинфосфокиназу (КФК), глюкозу, холестерин, триглицериды). Клинический анализ мочи Антропометрия Функциональные пробы Определение общей физической работоспособности ЭКГ ЭхоКГ Флюорография или рентгенография легких (с 15 лет, не чаще 1 раза в год)</p>	<p>По медицинским показаниям проводятся дополнительные консультации врачей специалистов, функционально-диагностические и лабораторные исследования</p>
---	--------------------------	---	---	--

<p>Лица, занимающиеся спортом на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)</p>	<p>1 раз в 6 месяцев</p>	<p><b>T<sub>3</sub></b></p> <p>Педиатр/терапевт (по возрасту) Травматолог-ортопед Хирург Невролог Оториноларинголог Офтальмолог Кардиолог Гинеколог Уролог Дерматовенеролог Стоматолог Врач по спортивной медицине</p>	<p>Клинический анализ крови Биохимический анализ крови (включая кортизол, тестостерон, трийодтиронин общий, тироксин общий, тиреотропный гормон (ТТГ); аланинаминотрансферазу (АЛТ), аспартатаминотрансферазу (АСТ), щелочную фосфатазу, креатинфосфокиназу (КФК); глюкозу, холестерин, триглицериды, фосфор, натрий, кальций, калий, магний, железо) Клинический анализ мочи Антропометрия ЭКГ ЭКГ с нагрузкой ЭхоКГ Спирография Флюорография или рентгенография легких (с 15 лет, не чаще 1 раза в год) Ультразвуковое исследование (далее - УЗИ) органов брюшной полости, малого таза, щитовидной железы Определение физической работоспособности при тестировании на велоэргометре (тест ) или беговой дорожке или с использованием Гарвардского степ-теста</p>	<p>По медицинским показаниям проводятся дополнительные консультации врачей специалистов, функционально-диагностические и лабораторные исследования</p>
---	--------------------------	--	---	--

<p>Лица, занимающиеся спортом на этапе совершенствования спортивного мастерства</p>	<p>1 раз в 6 месяцев</p>	<p>PWC<sub>170</sub></p> <p>Педиатр/терапевт (по возрасту) Травматолог-ортопед Хирург Невролог Оториноларинголог Офтальмолог Кардиолог Гинеколог Уролог Дерматовенеролог Стоматолог Психолог Врач по спортивной медицине</p>	<p>Клинический анализ крови Биохимический анализ крови (включая кортизол, тестостерон, трийодтиронин общий, тироксин общий, тиреотропный гормон (ТТГ); аланинаминотрансферазу (АЛТ), аспаратаминотрансферазу (АСТ), щелочную фосфатазу, креатинфосфокиназу (КФК); глюкозу, холестерин, триглицериды, фосфор, натрий, кальций, калий, магний, хлориды, железа) Анализ крови на ВИЧ, вирусные гепатиты, сифилис Клинический анализ мочи Антропометрия ЭКГ ЭхоКГ Спирография Флюорография или рентгенография легких (с 15 лет, не чаще 1 раза в год) УЗИ органов брюшной полости, малого таза, щитовидной железы Тестирование физической работоспособности и толерантности к физической нагрузке: велоэргометрия или тредмил-тест с субмаксимальной ( ) или максимальной (до отказа от работы) нагрузками, в том</p>	<p>По медицинским показаниям проводятся дополнительные консультации врачей специалистов, функционально-диагностические и лабораторные исследования</p>
---	--------------------------	--	---	--

# ПОЛОЖЕНИЕ ОБ ОРГАНИЗАЦИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВРАЧЕБНО-ФИЗКУЛЬТУРНОГО ДИСПАНСЕРА, ЦЕНТРА ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ И СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ

- В структуре ВФД государственной или муниципальной системы здравоохранения при численности обслуживаемого населения свыше 500 тыс. жителей рекомендуется предусматривать:
- регистратуру;
- отделение лечебной физкультуры для взрослых;
- отделение лечебной физкультуры для детей и юношей;
- отделение спортивной медицины для взрослых;
- отделение спортивной медицины для детей и юношей;
- отделение спортивной медицины для лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- отделение функциональной диагностики;
- отделение биомеханики спорта;
- отделение спортивной психологии;
- отделение эндоскопии;
- отдел лучевых методов диагностики (рентгенография, компьютерная и магнито-резонансная томография, сонография);
- отдел лабораторной диагностики;
- отделение физиотерапии;
- стационар дневного пребывания;
- отделение спортивного ортезирования;
- лаборатория повышения функциональных резервов;
- отдел спортивного питания и фармакологии;
- отделение реабилитации;
- центр телемедицины;
- научно-организационный отдел;
- организационно-методический отдел;
- административно-хозяйственные подразделения, пищеблок.

- Приняты следующие формы врачебных обследований спортсменов:
- 1. Первичное, углубленное.
- 2. Этапное.
- 3. Текущее.
- 4. Дополнительное.
- 5. Стационарное.
- 6. Заключительное.
- 7. Врачебно-педагогические наблюдения.




- **Первичное** проводится при допуске спортсмена к тренировке в данном виде спорта, а также для уже тренирующегося спортсмена в начале каждого спортивного сезона. Оно должно быть комплексным и достаточно подробным, поскольку его главная задача - решить вопросы допуска и спортивной ориентации, для подростков выявить биологический возраст и его соответствие паспортному, выявить все имеющиеся нарушения здоровья, определить уровень и особенности физического развития, функциональное состояние и подготовленность, наметить необходимые лечебно-профилактические мероприятия, дать рекомендации по режиму и методике тренировки. Поэтому его лучше проводить на базе ВФД или квалифицированного в вопросах спорта лечебно-профилактического учреждения.

- **Этапное обследование** проводится 3-4 раза в год на основных этапах подготовки - обычно в конце подготовительного периода, 2-3 раза в соревновательном периоде (в том числе обязательно не позже чем за 2-3 недели до основных соревнований). Их задача - выявить изменения в состоянии обследуемого, произошедшие после предыдущего обследования, определить воздействие проведенной тренировки на организм, динамику тренированности, выявить перенесенные заболевания, признаки переутомления, физического перенапряжения, перетренированности, внести (если есть необходимость) соответствующие коррективы в профилактику, лечение, тренировку. Проводится по укороченной методике в зависимости от условий, вида спорта, методов прошлого обследования (чтобы оценить динамику). Обязательны функциональные пробы, определение состояния сердечно-сосудистой системы, дыхания, нервной

- В промежутках между этапными обследованиями врач проводит **текущее наблюдение** в кабинете и в условиях тренировки. Определяется самочувствие, жалобы, отношение к тренировке, реакция на нагрузку, восстановление. Учитывая, что врач обычно хорошо знает спортсмена, он подбирает адекватные методы исследования. Обязателен анамнез за прошедшее время после предыдущего обследования.
- **Дополнительное обследование** проводится после заболеваний, травм, перенапряжения, а также по направлению тренера в случаях ухудшения переносимости тренировок, отсутствия роста или падения спортивных результатов, появления каких-либо подозрений на нарушение здоровья и ухудшение состояния спортсмена. Объем и методы такого обследования обусловлены конкретными задачами.

- **Стационарное обследование** проводится при заболеваниях, травмах, физическом перенапряжении, а также по направлению врача и тренера в случаях ухудшения переносимости, отсутствия роста или падения результатов, появления каких-либо подозрений на ухудшение здоровья и состояния спортсмена. Объем и методы такого обследования обусловлены его задачами, диагнозом и лечением. Оно может быть использовано также для кратковременного отдыха спортсмена перед очередным обследованием и создания тем самым наиболее благоприятных условий для последнего.
- **Заключительное обследование** проводится в конце сезона для уточнения общего его воздействия на организм и выработки соответствующих рекомендаций по режиму нагрузки, отдыха и лечебно-профилактических мероприятий в переходном периоде. Оно весьма важно для оценки проведенного сезона и рекомендаций для будущего.



**Благодарю за внимание !**