

BLESSURE AFHANDELING

JEUGD KSK KASTERLEE

SEIZOEN 2016 - 2017



ORGANOGRAM MEDISCHE CEL

DOKTER : Marianne Morias

KINESIST : Dorian Goris

TAAKVERDELING

DOKTER

- Behandeling en advies van kwetsuren op vraag van kinesist en/of speler(s)
- Verder doorsturen van speler(s) naar de juiste medische ondersteuning waar nodig

KINESIST

- Aanspreekpunt van kwetsuren binnen de jeugdopleiding
- Bepalen van kwetsuur en mogelijke verdere behandeling
- Doorsturen van speler(s) naar dokter bijproblemen

TAAKVERDELING

Algemeen

Blessures komen vaak voor bij voetballers. Voetbal is een contactsport en staat hoog in de blessure-ranglijsten. Het contact met de tegenspeler is onvermijdelijk, daardoor loop je meer kans om geblesseerd te raken. Voetbal vereist een zekere techniek. Wanneer de techniek en uitvoering tijdens voetbal niet goed is, is de kans op blessures ook groter. Dit gaat om looptechniek, baltechniek en sprongtechniek. Ook vereist voetbal een goede conditie en spierkracht. Wanneer een van beiden niet voldoende is, wordt hiermee de kans op een blessure groter. Ook leeftijd, geslacht, je plaats op het veld en het niveau waarop je voetbalt, bepaalt mee de kans op een blessure.

Vanuit de club wordt er getracht om het blessureleed binnen de club tot een minimum te beperken. Hiervoor zijn een aantal acties/maatregelen voorzien om dit zo veel mogelijk in te perken. Vooreerst wordt er door de club getracht om jaarlijks gratis sessies aan te bieden aan trainers en coördinatoren waarin blessurepreventie ook een belangrijke rol speelt zodat zij deze kennis mee kunnen nemen in hun trainingen. Vanaf de bovenbouw wordt er een voorbereidingschema aangeboden dat de spelers kunnen volgen voor de eerste zodat de voorbereiding stelselmatig kan worden opgebouwd richting de eerste trainingen. Vanaf oktober wordt er van alle spelers verwacht dat men komt trainen in een lange broek om blessures omwille van te koude spieren te vermijden.

De jeugdspelers van KSK Kasterlee zijn – voor zover ze minimum 5 jaar zijn en aangesloten bij de KBVB – verzekerd bij de Belgische voetbalbond, die voor het verzekeren van al haar leden een solidariteitsfonds in het leven heeft geroepen. Het betreft in feite geen verzekering, maar wel een in de bond opgericht solidariteitsfonds waarop aangesloten spelers, scheidsrechters, enz. beroep kunnen doen bij ongevallen.

Dit federaal solidariteitsfonds wordt gespijsd door gelden te storten door clubs die wedstrijden inrichten.

Verzekering

Enkel tussenkomst voor ongevallen die zich voordoen op de installaties van de club. Er is geen tussenkomst voor ongevallen op weg naar het terrein of op de plaats van training, behalve indien de speler jonger is dan 18 jaar.

Aard van de tegemoetkoming

Algemeen kan men stellen:

- Er is een vrijstelling van € 10,20 per ongeval.
- In principe wordt er tegemoet gekomen in de dokters-, apothekers-, hospitaalkosten en andere kosten van dien aard. Met tegemoetkoming bedoelt men de opleg die de patiënt normaal zelf moet betalen. (Remgelden)

- De niet door het ziekenfonds terugbetaalde geneesmiddelen komen niet in aanmerking voor een tussenkomst.
- Ook geen terugbetaling in het huren van krukken, supplementen voortvloeiend uit het aangevraagd verblijf in 1 of 2 persoonskamer, radioscopie en taping.
- Slechts tussenkomt voor kosten van de kinesisten na voorschrift door behandelende arts en verzekering hiervoor zijn toestemming geeft en gekwetste speler moet minstens 15 dagen voetbalonbekwaam zijn.

Aangifte van sportongevallen

Je vraagt aan je trainer of afgevaardigde een ongevalaangifteformulier.

Met de aangifte ga je zo snel mogelijk naar de dokter : van eigen keuze of onze clubdokter : Dr. Morias, Vogelzang 1 Kasterlee

Na het onderzoek vult de dokter het medisch getuigschrift in, zo gedetailleerd mogelijk. Let op dat duidelijk ingevuld staat of er kinesithérapie, foto's of onderzoek door specialist noodzakelijk is. **Bij niet vermelding zal er geen tussenkomst zijn !**

Aan het medisch dossier hang je **met een paperclip (niet opkleven) een recent en leesbaar klevertje** van het ziekenfonds.

Het ingevuld medisch getuigschrift breng je ZO SNEL MOGELIJK (binnen 5 dagen) naar het secretariaat of bij afwezigheid in de brievenbus bij de secretaris: Fred Van Laer; Pellemanstraat 31.

Wanneer het dossier is ingediend mag je NIET trainen of deelnemen aan een wedstrijd zolang het attest van de adviserende geneesheer voorgeschreven is.

Wat te doen met kosten: **ALLES BETAAL JE EERST ZELF**

Dokterskosten: waarschuw het ziekenfonds dat het voor een verzekering is zodat ze je een briefje geven van de verrekening.

Ziekenhuisfacturen : steeds ORIGINELE FACTUUR bezorgen,

Apotheekkosten: briefje vragen met STEMPEL.

Nadat het ongeval door de bond is ingeboekt ontvangt u een geneeskundig getuigschrift van herstel. Dit moet na herstel door de behandelende arts ingevuld en samen met de kwijtschriften mutualiteit (enkel op naam van de speler), apothekersrekeningen, enz. terugbezorgd worden aan het secretariaat..

BELANGRIJK ! Slechts vanaf dit moment mag je de trainingen/wedstrijden hervatten.

PROCEDURE BIJ KWETSUREN

Jeugdspelers met blessuren dienen asap hun trainer te verwittigen.

Zowel bij het begin van een kwetsuur als na herstel van een kwetsuur houden de spelers hun trainer op de hoogte.

Elke speler mag naar een dokter en/of kinesist van zijn keuze gaan maar het is aan te raden om via de clubdokter en/of clubkinesist te passeren.

De trainer kan dan het advies van de dokter en/of kinesist opvolgen en dit om geen risico's te nemen om trainingen of wedstrijden te vroeg te laten hernemen.

Elke speler moet tenminste aan een volledige groepstraining deelgenomen hebben die voorafgaat aan een wedstrijddag, zo niet speelt hij niet.

10 STAPPENPLAN BIJ SPIER-EN GEWRICHTSPIJNEN JEUGD KSK KASTERLEE

STAP 1	Vraag raad aan dokter of kinesist naar keuze
STAP 2	Breng een ingevulde ongevalaangifte binnen op de club. (enkel bij acute kwetsuren)
STAP 3	Geef je kwetsuur aan bij je trainer
STAP 4	Behandel je kwetsuur volgens advies van dokter en/of kinesist
STAP 5	Laat je fit verklaren door dokter en/of kinesist
STAP 6	Verwittig voor het heraanvatten van de training je trainer van je komst
STAP 7	Eventueel : hervat de training met aangepast programma
STAP 8	Doe minimaal 1 volledige training met de groep
STAP 9	Zorg dat je "administratief fit" (bij kwetsuren met ongevalaangifte) bent verklaard
STAP 10	Spelen van wedstrijden is toegelaten

PHV OF GROEISPURT

Tijdens seizoen 2016-2017 zal er een "lengtemeter" geplaatst worden in één van de lokalen van KSK. Hierna zullen de spelers enkele malen gemeten worden qua lengte. De metingen zullen een indicatie geven van de groei van de jeugdspeler. Het is algemeen bekend dat de groeispurt bij kinderen aanleiding kan geven tot overbelastingkwetsuren. Een regelmatige controle van de lengte is een must als signaalfunctie in het detecteren van groei.