

# Правилник о утврђивању здравствене способности спортиста за обављање спортских активности и учествовање на спортским такмичењима

## 1. Садржина Правилника

### Члан 1.

Овим правилником уређују се начин, врста, обим и рокови у којима се спроводе здравствени прегледи за све такмичаре који учествују на спортским такмичењима.

## 2. Утврђивање здравствене способности

### Члан 2.

Општу и посебну здравствену способност спортиста такмичара утврђује надлежна здравствена установа, односно завод надлежан за спорт и медицину спорта, у складу са законом и овим правилником.

Надлежна здравствена установа из става 1. овог члана јесте здравствена установа у којој се обавља делатност спортске медицине и која има специјалисту спортске медицине.

Ако здравствена установа у јединици локалне самоуправе на чијој територији спортиста има пребивалиште, односно боравиште у свом саставу нема специјалисту спортске медицине, надлежна је здравствена установа која има специјалисту интерне медицине, педијатрије, медицине рада или опште медицине.

Завод надлежан за спорт и медицину спорта из става 1. овог члана јесте Завод за спорт и медицину спорта Републике Србије (у даљем тексту: Републички завод) и Покрајински завод за спорт и медицину спорта (у даљем тексту: Покрајински завод).

Здравствене установе и заводи из ст. 1-4. овог члана обављају здравствене прегледе у складу са овим правилником ако имају одговарајуће здравствено особље, простор и медицинско-техничку опрему.

## 3. Врста и рокови у којима се спроводе здравствени прегледи

### Члан 3.

У спортском такмичењу може учествовати спортиста коме је у периоду од шест месеци пре одржавања спортског такмичења утврђена општа здравствена способност за обављање спортских активности, односно делатности.

Општа здравствена способност за бављење спортским активностима утврђује се у складу са чланом 9. став 5. Закона о спорту и за спортисте који немају потпуну пословну способност пре закључења уговора са спортском организацијом.

Посебна здравствена способност утврђује се, поред опште здравствене способности, у периоду од шест месеци пре одржавања спортског такмичења за:

- 1) спортисте професионалце;
- 2) спортисте репрезентативце у свим спортским гранама;
- 3) спортисте категорисане на основу националне категоризације спортиста;
- 4) спортисте такмичаре млађе од 16 година у свим спортским гранама;

5) спортисте такмичаре млађих категорија који се такмиче у старијим категоријама;

6) друге спортисте такмичаре за које је та обавеза утврђена актима надлежних националних гранских спортских савеза.

Изузетно од става 3. овог члана, посебна здравствена способност спортиста утврђује се, поред опште здравствене способности, у периоду од четири месеца пре одржавања спортског такмичења за спортисте такмичаре за које је та обавеза утврђена актима надлежних националних гранских спортских савеза.

Обавеза утврђивања здравствене способности из ст. 1. и 3. овог члана постоји и за друге учеснике у спорту за које је та обавеза утврђена актима надлежних националних гранских спортских савеза (спортски стручњаци, спортске судије, спортски контролори, спортисти рекреативци).

На утврђивање здравствене способности лица из става 4. овог правилника сходно се примењују одредбе овог правилника о општем здравственом прегледу спортисте такмичара, с тим да здравствени преглед спортских судија и спортских стручњака обавезно садржи и психолошки преглед.

Утврђивање посебне здравствене способности спортисте такмичара врши се истовремено са утврђивањем опште здравствене способности, осим у случајевима из става 4. овог члана.

#### **4. Учествовање на спортским такмичењима**

##### **Члан 4.**

Ученици и студенти не могу, сходно члану 143. став 7. Закона о спорту, бити укључени у ваннаставне спортске активности и спортска такмичења (школска, односно студентска) ако није претходно утврђена њихова здравствена способност за бављење школским спортом.

Сматра се да је испуњен услов из става 1. овог члана уколико је ученику, односно студенту утврђена здравствена способност за учешће на спортским такмичењима у оквирима одређене спортске организације или савеза, уз подношење одговарајућег доказа.

##### **Члан 5.**

Циљеви утврђивања здравствене способности спортиста такмичара за учешће на такмичењима су очување и унапређење здравља и радне способности спортиста такмичара, правилно усмерење у спорту, превенција обољевања, повређивања и других поремећаја здравља и инвалидности током бављења спортом.

Прегледима којима се утврђује здравствена способност спортиста такмичара утврђује се стање здравља, оцењује психофизичка способност у односу на захтеве појединих спортских грана и дисциплина, као и општи утицај физичке активности на организам и обезбеђује адекватна селекција у спорту на основу утврђених предиспозиција у којој се може очекивати највећи успех.

##### **Члан 6.**

Утврђивање опште и посебне здравствене способности спортиста такмичара врши се путем претходног, периодичног и ванредног здравственог прегледа.

#### **5. Претходни здравствени преглед**

##### **Члан 7.**

Претходни здравствени преглед спортисте такмичара врши се пре почетка бављења одређеним спортским активностима, односно пре или при првој регистрацији за одређену спортску организацију.

Претходни здравствени преглед врши се и пре укључења ученика и студената у ваннаставне спортске активности.

Прегледом из става 1. овог члана утврђује се општа здравствена способност спортисте и посебна психофизичка способност у односу на конкретну спортску грану, односно дисциплину.

Основни циљ прегледа из става 1. овог члана је утврђивање здравствене способности за бављење одређеном спортском граном, односно спортском дисциплином и усмеравање ка спортској грани и спортској дисциплини у којој се, на основу утврђених предиспозиција, може очекивати највећи успех.

## **6. Периодични здравствени прегледи**

### **Члан 8.**

Периодични општи и посебни здравствени прегледи спроводе се ради контроле здравља и способности током бављења одређеном спортском активношћу.

Прегледима из става 1. овог члана утврђује се општа здравствена способност спортисте и посебна здравствена способност у односу на конкретну спортску грану, односно дисциплину.

## **7. Ванредни здравствени прегледи**

### **Члан 9.**

Ванредни здравствени прегледи обављају се:

- према медицинским индикацијама, на основу првог или претходног периодичног прегледа;
- пре наступа учесника у спортским дисциплинама у којима то одређују спортска правила надлежних националних спортских савеза;
- после тежих болести и повреда насталих током спортских активности или из других разлога;
- на захтев спортске организације, националног спортског савеза; спортског тренера, или самог спортисте такмичара;
- код контроле пола;
- након прекида бављења спортом дуже од годину дана;
- након истека казне због повреде анти-допинг правила.

Прегледом из става 1. овог члана утврђује се општа здравствена способност спортисте и посебна здравствена способност у односу на конкретну спортску грану, односно дисциплину.

Спортиста такмичар не може да буде укључен у спортске активности и да учествује на спортским такмичењима ако није здравствено прегледан у складу са ст. 1. и 2. овог члана.

## **8. Начин и обим спровођења здравствених прегледа**

## **Члан 10.**

Захтев за утврђивање опште и посебне здравствене способности спортисте такмичара може поднети спортска организација, односно спортски савез чији је спортиста такмичар члан, односно сам спортиста такмичар.

Надлежна здравствена установа и надлежни завод за спорт и медицину спорта (у даљем тексту: здравствена установа) која спроводи утврђивање здравствене способности спортиста такмичара дужна је, након благовремено поднетог захтева за здравствени преглед спортисте такмичара, да обезбеди и организује спровођење прегледа и утврђивања здравствене способности пријављених спортиста такмичара.

Свака спортска организација која учествује у систему такмичења предлаже надлежној здравственој установи план превентивних здравствених прегледа својих спортиста такмичара најкасније до краја октобра за наредну годину.

Спортска организација, односно спортиста такмичар и здравствена установа која спроводи утврђивање здравствене способности спортиста такмичара непосредно се договарају о терминима прегледа.

Спортисти такмичари дужни су да се придржавају договорених термина за прегледе.

## **Члан 11.**

Обим здравственог прегледа за утврђивање здравствене способности спортиста такмичара одређује се на основу стручне анализе специфичних функционалних захтева појединих спортских грана и дисциплина, као и старосне доби.

## **Члан 12.**

Утврђивање опште и посебне здравствене способности спортиста такмичара и учесника у школском спорту обављају специјалисти медицине спорта, а изузетно специјалисти интернисти, специјалисти медицине рада, специјалисти опште медицине и специјалисти педијатри, у случајевима из члана 2. став 4. овог правилника.

## **Члан 13.**

О резултатима обављених здравствених прегледа здравствена установа саставља Спортско медицински извештај о утврђеној здравственој способности спортисте за обављање спортских активности и учествовање на спортским такмичењима (у даљем тексту: Спортско медицински извештај) и доставља га:

- прегледаном спортисти;
- изабраном лекару.

Спортско медицински извештај садржи поред резултата обављених здравствених прегледа и оцену здравственог стања и предлог мера за очување здравља спортисте.

Спортско медицински извештај даје се на Обрасцу 1 који је одштампан уз овај правилник и чини његов саставни део.

Лекар који приликом прегледа спортисте такмичара посумња да је спортиста користио допинг средства, дужан је да о томе обавести Антидопинг агенцију Републике Србије, у складу са чланом 14. став 1. Закона о спречавању допинга у спорту ("Службени гласник РС", број 101/05).

## **Члан 14.**

Сваки спортиста такмичар приликом утврђивања здравствене способности за учешће на такмичењима мора да има:

- документ којим потврђује идентитет (личну карту, пасош и др.);
- медицинску документацију или информацију изабраног лекара о претходним болестима, повредама и лечењу;
- такмичарску књижицу.

### **Члан 15.**

Спортиста такмичар или спортска организација (савез) која га упућује на здравствени преглед ради утврђивања здравствене способности за учешће на спортским такмичењима доставља здравственој установи попуњени упитник о личним подацима и медицинској анамнези спортисте, најкасније два дана пре заказаног термина за здравствени преглед.

Упитник из става 1. овог члана садржи следеће:

А. Опште податке:

- 1) Име и презиме спортисте,
- 2) Јединствени матични број грађана,
- 3) Број здравствене књижице и филијалу Фонда здравственог осигурања која ју је издала,
- 4) Број Регистарске књижице спортског савеза и ко ју је издао,
- 5) Број телефона,
- 6) Адресу електронске поште,
- 7) Адресу,
- 8) Занимање,
- 9) Радно место или школу,
- 10) Датум рођења,
- 11) Пол;

Б. Спортску активност:

- 1) Спортска организација у којој је спортиста ангажован (назив и адреса),
- 2) Национални грански спортски савез (назив и адреса),
- 3) Спортска грана,
- 4) Спортска дисциплина или категорија,
- 5) Тренер,

6) Укупан број такмичења на којима је спортиста учествовао, односно укупан број одиграних утакмица, у претходној такмичарској години (укључујући пријатељске утакмице),

7) Фреквентност (количина) тренинга на недељном нивоу,

8) Место, односно положај у екипи,

9) Спортска успешност,

10) Изјаву спортисте да ли је упознат са законским прописима о коришћењу забрањених супстанци у сврху постизања боље спортске форме и резултата (едукација о анти-допинг правилима);

V. Медицинску анамнезу и наследне факторе спортисте:

1) Медицинска анамнеза спортисте:

а) Прекид спортских активности на више од месец дана,

б) Тешке повреде коштаног-мишићно-зглобног система,

в) Операције, лечење у болници,

г) Учестале инфекције,

д) Озбиљне болести (инфективне, малигне и др.),

ђ) Срчани проблеми, неправилан и убрзан рад срца, лупање срца, бол у грудима, губљење даха, изненадни губитак свести,

е) Отежало дисање, кашаљ, искашљавање,

ж) Алергије, астма,

з) Поремећаји система за варење,

и) Губитак апетита, губитак на тежини,

ј) Потрес мозга; епилепсија,

к) Вртоглавица, краткотрајни губитак свести,

л) Несаница;

2) Спортисткиње - редовност и трајање менструалног циклуса, када је био први и последњи циклус, активна - неактивна за време циклуса;

3) Реакција на физички напор;

4) Вакцинација: Запис о статусу вакцинација (укључујући датуме), посебно вакцинација против Тетануса и Хепатитиса А и Б;

5) Лекови/суплементи:

а) Специфични лек који спортиста тренутно узима,

- б) Одобрени ТУЕ (Изузеће терапијског коришћења средстава која су на листи забрањених допинг средстава),
- в) Додаци исхрани (суплементи) које спортиста узима;
- б) Болести зависности (дуван, алкохол, дрога, играонице, компјутери и др.);
- 7) Породична анамнеза (прва генерација, тј. родитељи, браћа, сестре):
  - а) Болести срца (укључујући изненадну срчану смрт),
  - б) Повишени крвни притисак, мождани удар,
  - в) Проблеми са крвним судовима, проширење вена, дубока венска тромбоза,
  - г) Болести крви,
  - д) Шећерна болест,
  - ђ) Бубрежне болести,
  - е) Алергије, астма,
  - ж) Малигне болести (рак),
- з) Хронични проблеми са зглобовима и мишићима,
- и) Хормонални проблеми.

Упитник из става 1. овог члана даје се на Обрасцу 2, који је одштампан уз овај правилник и чини његов саставни део.

Уз Упитник из става 1. овог члана прилажу се важећа спортска правила надлежног националног гранског спортског савеза која се односе на здравствене прегледе спортиста, осим ако су раније већ достављена, а у међувремену није било измена.

Упитник из става 1. овог члана, који је датиран, потписују спортиста такмичар, односно родитељ или старатељ малолетног спортисте.

## **Члан 16.**

Обим прегледа за утврђивање опште здравствене способности за учешће на спортским такмичењима обухвата:

- 1) Узимање општих података, с тим да се могу користити и подаци из Упитника из члана 17. став 1. овог правилника;
- 2) Висину;
- 3) Тежину;
- 4) Крвни притисак (препоручује се увек користити исту руку и назначити то у медицинској документацији спортисте);
- 5) Главу и врат (оштрина вида, нос, уши, зуби, грло, штитна жлезда);
- 6) Лимфне чворове;

- 7) Грудни кош и плућа (преглед);
- 8) Срце (тонови, шумови, фреквенца срца, ритам);
- 9) Абдомен (укључујући килу, ожилке);
- 10) Крвне судове (нпр. периферни пулс, шумови вена, проширење вена);
- 11) Преглед коже;
- 12) Нервни систем (нпр. рефлекси, сензорне неправилности);
- 13) Коштано-мишићни систем са постуралним статусом (кичмени стуб, грудни кош, доњи екстремитети);
- 13) Електрокардиограм (12-канални ЕКГ);
- 14) Лабораторијска испитивања: комплетна крвна слика (хемоглобин, хематокрит, еритроцити, леукоцити, тромбоцити); шећер у крви; тест урина (тест мерне тракице како би се утврдио ниво протеина и шећера);
- 15) Друге прегледе који се захтевају спортским правилима надлежног националног гранског спортског савеза.

### **Члан 17.**

Обим прегледа за утврђивање посебне здравствене способности за учешће на спортским такмичењима, поред прегледа из члана 16. овог правилника, обухвата:

- 1) Лабораторијску анализу крви и урина: седиментацију; уреу; креатинин; аспартат аминокиселинске трансфераза (АСТ); аланин аминокиселинске трансферазу (АЛТ); билирубин (укупни), урин са седиментом; по медицинским индикацијама: ТИБЦ, УИБЦ, масноће у крви (холестерол, ХДЛ и ЛДЛ холестерол, триглицериди), протеине;
- 2) Крвну групу и Rh фактор - по медицинским индикацијама;
- 3) Спирометрију;
- 4) Ехокардиографију (димензије и морфолошке карактеристике срчаних шупљина, зидова, залистака и великих крвних судова, контрактилност срца и протоци) за спортисте националне категоризације и све националне селекције;
- 5) Психолошке прегледе (процена социјалног статуса, својства личности, вредносне оријентације, ситуациона специфична својства и понашања, укључујући мотиве, циљеве, сагорелост, извор стреса и начин борбе) - обавезан једном у две године за спортисте такмичаре националних селекција у узрасту од 12-18 година, а у другим случајевима према захтевима националних спортских савеза или спортских организација;
- 6) Оријентациони неуролошки преглед;
- 7) Тест оптерећења на ергоциклу или тредмилу са континуираним праћењем ЕКГ-а (један пут годишње и по медицинским индикацијама);
- 8) Отоскопски преглед - аутомобилизам и картинг, боб, бокс, ваздухопловство, кик бокс, мото спорт, роњење, и за националне секције: бициклизам, ватерполо, дизање тегова, кајак- кану, коњички олимпијски и феи спорт, пливање, савате, скијање на води, синхроно пливање, скокови у воду, санкашки спортови, спортско пењање (вештачка стена), стронг мен, триатлон;
- 9) Оријентациони преглед вида (оштрина вида, ширина видног поља, разликовање основних боја) - аутомобилизам, картинг, боб, бокс, ваздухопловство, кик бокс, мото спорт, роњење;



10) Проширена антропометрија: БМИ, проценат телесне масти, проценат мишића, друга антропометријска мерења у односу на захтеве спортске дисциплине и потребе корисника;

11) Друга испитивања неопходна за оцењивање здравствене способности спортисте у односу на захтеве спортске гране, односно дисциплине у складу са спортским правилима надлежног међународног и националног гранског спортског савеза, и у зависности од медицинских индикација.

Изузетно од става 1. овог члана, обим прегледа за утврђивања посебне здравствене способности за учешће на спортским такмичењима спортиста из члана 3. став 3. тач. 4) и 5) овог правилника, поред прегледа из члана 16. овог правилника, обухвата тест напора и ЕКГ-е у напору и после напора.

Здравствена установа може, приликом утврђивања здравствене способности спортисте такмичара, да предузме тест физичког оптерећења (ергометрија) само уколико је спортиста, односно његов родитељ или старатељ дао изјаву да је упознат са процедуром и ризицима тестирања и да је сагласан са тестирањем.

Изјава о сагласности за тестирање физичким оптерећењем даје се на Обрасцу 3 који је одштампан уз овај правилник и чини његов саставни део.

Психолошка процена других учесника у спорту обавља се према методологији која важи за спортисте, уз уважавање специфичних захтева појединих спортских занимања.

### **Члан 18.**

Резултати обављених додатних здравствених прегледа (снимци и налази), посебно након спортских повреда, морају бити приложени медицинској документацији спортисте.

### **Члан 19.**

На основу извршених здравствених прегледа:

- 1) даје се оцена здравственог стања и физичке способности за учешће на спортским такмичењима у оквирима одређене спортске гране, односно спортске дисциплине (у даљем тексту: Оцена),
- 2) подаци са Оценом уписују се у медицинску документацију,
- 3) уписује се Оцена у такмичарску књижицу,
- 4) Оцена се доставља спортисти, његовом изабраном лекару и надлежном националном спортском савезу,
- 5) шифрирају се утврђена обољења и абнормалности по МКБ-10 и предлажу одговарајуће мере.

### **Члан 20.**

Оцена из члана 19. овог правилника је:

- 1) способан,
- 2) способан, са ограничењем \_\_\_\_\_,
- 3) привремено неспособан,
- 4) неспособан за предложену спортску грану, односно дисциплину,
- 5) неспособан,

б) оцена и мишљење се не могу дати због \_\_\_\_\_.

Оцену потписује и оверава овлашћени лекар, својим факсимилом и печатом овлашћене здравствене установе у којој је преглед обављен.

Оцену резултата психолошке процене потписује и оверава овлашћени психолог здравствене установе у којој је преглед обављен.

Оцена се даје непосредно након обављеног прегледа, а најкасније у року од десет дана.

Оцена се уписује у Спортско медицински извештај и медицинску документацију спортисте, а у такмичарску књижицу оцена из става 1. тач. 1) и 2) овог члана.

Оцена се даје на Обрасцу 4 који је одштампан уз овај правилник и чини његов саставни део.

Оцена се доставља спортисти, спортској организацији у којој је спортиста ангажован и надлежном националном спортском савезу.

### **Члан 21.**

Овај правилник ступа на снагу осмог дана од дана објављивања у "Службеном гласнику Републике Србије".

Број 66-00-15/87/2011-03

У Београду, 6. фебруара 2012. године

Министар здравља,

проф. др **Зоран Станковић**, с.р.

Министар омладине и спорта,

**Снежана Самарцић Марковић**, с.р.

Образац 1

ИЗВЕШТАЈ СПОРТСКО МЕДИЦИНСКОГ ПРЕГЛЕДА О ОПШТОЈ ЗДРАВСТВЕНОЈ СПОСОБНОСТИ

Име и презиме:		Број протокола:	
Пол:		Датум тестирања:	
Датум рођења:		Спорт:	
Старосна доб:		Позиција у тиму/категорија	
Школа/клуб:		Године тренирања:	
Адреса:		Учесталост тренинга и трајање:	пута недељно
Телефон:			сати

**Анамнеза:**

Лична:	Обољења:	
	Повреде:	
	Операције:	
	Алергије:	
Породична:		
Спортска:		

**Антропометрија**

ТМ (kg)		ТВ (cm)		БМИ (kg m <sup>2</sup> )	#ДИВ/0!	масти (%)	
						мишићи (%)	

**Физикални преглед:**

Нос:	б.о.	Ждрело;	мирно
Тонзиле:	мирне	Зуби:	санирани
Вид:	б.о.	Колорни вид:	б.о.
Слух:	б.о.	Равнотежа:	б.о.
Кичма:	б.о.	Грудни кош:	б.о.
Стопала:	б.о.	Кожа:	нормалне боје
Абдомен:	Мек, палпаторно неосетљив, без органомегалије и ожиљака		

Плућа:	Нормалан дисајни шум, без пропратног налаза
Срце:	Ритам правилан, тонови јасни, без шума
Штитна жлезда:	Нормалне величине
Лимфне жлезде:	Нису увећане
Основни неуролошки налаз	уредан
Остали налаз:	б.о.

ТА лева рука:		mmHg	ТА десна рука:		mmHg
Пулс (мин* <sup>1</sup> )		<b>Периферни пулсеви:</b>		Симетрични, палпабилни, добро пуњени	
Вене:	без проширења и других пратећих појава				

*ЕКГ:*

<b>Фреквенција:</b>		<b>Осовина:</b>		<b>PR (s)</b>		<b>QTc (s):</b>	
Опис:	Синусни ритам, нормограм, елементи: P, QRS, T - одговарајући за узраст и спортски стаж						

**Лабораторијски налаз:**

Крвна слика	Налаз:	Референтне вредности:	урин	Налаз
WBC			протеини	
RBC			глукоза	
Hgb				
Hct				
Pit				

  

Биохемија	Налаз:	Референтне вредности
гликемија		

**Други прегледи који се захтевају спортским правилима надлежног спортског савеза:**

**Потребно је да се ураде додатни прегледи:**

**Потребно је да се консултује лекар специјалиста:**

**Саветује се:**

**Оцена:**

- 1) способан
- 2) способан, са следећим ограничењем: ...
- 3) привремено неспособан

- 4) неспособан за предложену спортску грану, односно дисциплину  
 5) неспособан  
 6) оцена и мишљење се не могу дати због...

**Печат установе и факсимил  
 лекара**

Образац 2

**УПИТНИК О ЛИЧНИМ ПОДАЦИМА, СПОРТСКОЈ И МЕДИЦИНСКОЈ АНАМНЕЗИ**

**1 - А Општи подаци**

Име, име оца и презиме		Пол	
Датум рођења		ЈМБГ	
Бр. здр. књиж/филијала Фонда		Рег. број такмич. књижице	
Телефон / мобилни		Е-mail	
Адреса становања		Општине	
Занимање		Радно место / школа	
Датум прегледа			

**1 - Б Спортска активност**

Спортска организација / клуб (назив и адреса)				
Национални грански спортски савез (назив и адреса)				
Спортска грана				
Спортска категорија				
Спортска дисциплина				
Позиција у тиму				
Тренер				
Број такмичења (индивидуални спорт) у претходној години?	До 10	10-20	20-30	више од 30
Број утакмица (колективни спорт) у претходној години?	До 10	10-20	20-30	више од 30
Да ли се такмичите ван своје узрастне категорије?				
Наведите свој најбољи спортски успех				
Да ли сте члан Националне селекције?				
Које године сте почели да тренирате?				
Колико пута (сати) недељно тренирате?				
Колико сати дневно тренирате?				

Фаза такмичарског циклуса?	Пауза	припреме	такмичење
Да ли сте упознати са законским прописима о коришћењу забрањених супстанци у сврху постизања боље спортске форме и резултата	Да	Не	

### 1-В Медицинска анамнеза спортисте

Питање	ДА	НЕ
Да ли сте имали неко обољење или повреду од последњег лекарског прегледа обављеног ради утврђивања здравствене способности?		
Да ли сте тренутно болесни или имате неки медицински проблем?		
Да ли сте из било ког разлога престајали са спортским активностима на више од месец дана?		
Да ли Вам је икада лекар забранио или ограничио бављење физичким активностима?		
Да ли редовно / дуже време узимате неки лек?		
Да ли тренутно узимате неки лек (таблете, капсуле, инјекције, креме, масти, средства за инхалирање...)?		
Да ли сте имали срчаних проблема, лупање или прескакање срца у миру, током или након физичке активности?		
Да ли сте икада имали бол у грудима током или након физичке активности?		
Да ли сте имали или имате повишени крвни притисак?		
Да ли Вам је икада речено да имате шум на срцу?		
Да ли сте боловали од миокардитиса?		
Да ли током физичке активности имате проблеме са органима за дисање (кашаљ, искашљавање, отежано, дисање)?		
Да ли имате астму?		
Да ли сте икада имали прелом кости?		
Да ли сте имали тежу повреду мишића?		
Да ли сте икада имали тежу повреду неког зглоба (угануће, ишчашење, прелом)?		
Да ли сте икада имали тежу повреду неког лигамента или тетиве?		
Да ли имате честе или јаке главобоље?		
Да ли сте икада изгубили свест?		
Да ли сте икада имали потрес мозга?		
Да ли сте икада имали епилептични напад?		
Да ли сте икада имали осећај укочености или непријатности (жарење, пецкање, бол) дуж руке, у шасти, дуж ноге, у стопалу?		

Да ли имате проблема са видом (коригован вид, астигматизам, страбизам...)?		
Да ли имате проблема са слухом?		
Да ли често имате проблема са органима за варење (мучнина, гађење, повраћање, затвор, пролив, друго)?		
Да ли сте икада имали повишен шећер?		
Да ли сте икада имали повишен ниво масноћа у крви (холестерол, ХДЛ, ЛДЛ, триглицериде)?		
Да ли имате проблема са мокрењем?		
Да ли имате инфекцију коже или друге медицински значајне промене на кожи (акне, псоријаза, гљивичне болести...)?		
Да ли сте алергични? (на полен, гриње, кућну прашину, лекове, намирнице, убод инсеката или друго)		
Да ли сте икада лечени у болници због неке болести или повреде?		
Да ли сте икада оперисани због неке болести или повреде?		
Да ли сте боловали од инфективне моноклеозе?		
Да ли сте боловали од жутице?		
Да ли сте прележали деце заразне болести (богиње, заушке и друго)		
Да ли сте боловали од менингитиса?		
Да ли Вам је икада било лоше након физичке активности?		
Да ли сте икада имали вртоглавицу током или након физичке активности?		
Да ли патите од несанице?		
Да ли осећате да сте под стресом?		
Која је Виша крвна група? Rh - фактор - уписати у рубрику		
Да ли сте вакцинисани и да ли поседујете евиденцију о вакцинацији (Хепатитис А и Б,...)		
Када сте примили последњу дозу антитетанусне заштите?		
Да ли желите да имате телесну масу мању од тренутне?		
Да ли желите да имате телесну масу већу од тренутне?		
Да ли редовно морате да губите на телесној маси да бисте се такмичили у својој категорији?		
Да ли користите додатке исхрани (витамини, минерали...)?		
Да ли сте икада користили суплементе у циљу добијања или губитка телесне масе?		
Да ли сте икада користили суплементе у циљу побољшања физичке способности или бржег опоравка?		
Да ли у сврху лечења користите неко средство из Листе забрањених средстава (ТУЕ - изузеће ради примене у терапијске сврхе)?		
Да ли често конзумирате алкохол?		

Да ли пушите (цигарете, цигаре, лулу)?		
<b>ЗА ОСОБЕ ЖЕНСКОГ ПОЛА</b>		
Да ли имате менструације? (ако је одговор НЕ, на остала питања не одговарати)		
Када је почео последњи циклус?		
Који је период између два циклуса?		
Када сте први пут добили месечни циклус?		
Да ли су менструације болне и обимне?		
Колико сте циклуса имали у претходној години?		
Колики период је био најдужи између два циклуса?		
Да ли тренирате за време циклуса?		
Одлазите ли редовно на гинеколошки преглед?		
Остало - Навести друге здравствене проблеме које сте имали, а нису побројане (болести, повреде или операције)		
Детаљније објасните питања на које сте одговорили са <b>ДА</b>		

**1 - Д Породична анамнеза** (односи се на породицу и ужу фамилију)

Да ли Вам је неки члан породице преминуо изненада од срчаног обољења пре навршене 50. године живота?		
Да ли Вам неки члан породице болује од неког срчаног обољења?		
Да ли Вам неки члан породице има повишен крвни притисак?		
Да ли Вам је неки члан породице преминуо од можданог удара?		
Да ли Вам неки члан породице има болести крви?		
Да ли Вам неки члан породице има проблеме са крвним судовима (анеуризма, проширене вене, венска тромбоза)?		
Да ли Вам неки члан породице има алергије, астму?		
Да ли Вам неки члан породице има проблеме са бубрезима?		
Да ли Вам неки члан породице има хроничне проблеме са зглобовима и мишићима?		
Да ли Вам неки члан породице има шећерну болест?		
Да ли Вам неки члан породице има проблема са хормоналним болестима?		
Да ли Вам неки члан породице има малигно обољење (рак)?		
Остало - Навести друге болести од којих болују чланови фамилије, а нису побројане		



Детаљније објасните питања на које сте одговорили са ДА

Овим потврђујем да су моји одговори на постављена питања свеобухватни и тачни.

Потпис спортисте / родитеља / старатеља

Образац 3

## САГЛАСНОСТ ЗА ТЕСТ ФИЗИЧКИМ ОПТЕРЕЋЕЊЕМ

Тест оптерећења срца (ергометрија) је метода којом се проверава коронарна резерва (снабдевеност срца крвљу). Овај тест нам даје податке колико је Ваше срце здраво. У употреби су тест оптерећења на покретној траци, бицикл ергометру, веслачком, кајакашком и другим ергометрима.

За време теста прати се све време електрична активност срца (ЕКГ), крвни притисак и срчана фреквенција. На тај начин се прати реакција срца на физичко оптерећење.

Како се изводи преглед?

Док Ви ходате на покретној траци, возите статички бицикл или користите неки други ергометар у одређеним временским интервалима повећава се физичко оптерећење. Све време се региструје ЕКГ помоћу електрода које су прикачене за Ваш грудни кош. За време теста (током опоравка) се мери крвни притисак и срчана фреквенција.

Тест траје док се не постигне срчана фреквенција предвиђена за Вашу животну доб и степен тренираности.

Тест можете прекинути у било ком моменту ако се не осећате добро.

Тест може прекинути и лекар из медицинских разлога.

Тест физичким оптерећењем је ниско ризична процедура, али постоји могућност да у ретким приликама дође до компликација (2-4 на 1000 тестова).

Могуће компликације:

1. Бол у грудима током теста или након завршетка теста
2. Осећај несвестице
3. Проблеми са дисањем
4. Неправилан рад срца
5. Изузетно ретко срчани удар

Детаљно сам информисан/а о врсти, значају и могућим компликацијама теста физичким оптерећењем.

Сагласан/а сам да се подвргнем планираном прегледу.

Број протокола \_\_\_\_\_

Потпис испитаника: \_\_\_\_\_

Дана \_\_\_\_\_

Потпис родитеља: \_\_\_\_\_

У \_\_\_\_\_

Сведок \_\_\_\_\_

Лекар \_\_\_\_\_

Мотивисаност за тест: никаква слаба добра одлична.

Образац 4

ОЦЕНА ЗДРАВСТВЕНОГ СТАЊА И ФИЗИЧКЕ СПОСОБНОСТИ СПОРТИСТЕ

Датум тестирања		Школа/клуб	
Број протокола		Спорт	
Пол		Позиција у тиму/категорија	
Старосна доб		Године тренирања	
		Учесталост тренинга и трајање	пута недељно
			сати
Број такмичења у претходној години?	До 10, 10-20, 20-30, више од 30		
Да ли се такмичите ван своје узрастне категорије?			
Наведите свој најбољи спортски успех			
Које године сте почели да тренирате?			
Фаза такмичарског циклуса?	Пауза, припреме, такмичење		

**Анамнеза:**

Лична:	Обољења:	
	Повреде:	
	Операције:	
	Алергије:	
Поредична:		
Спортска:		

**Антропометрија**

ТМ (kg)		ТВ (cm)		БМИ (kg m <sup>2</sup> )	#ДИВ/0!	масти (%)	
						мишићи (%)	

**Физикални преглед:**

Нос:	б.о.	Ждрело:	мирно
------	------	---------	-------

Тонзиле:	мирне	Зуби:	санирани
Вид:	б.о.	Колорни вид:	б.о.
Слух:	б.о.	Равнотежа:	б.о.
Кичма:	б.о.	Грудни кош:	б.о.
Стопала:	б.о.	Кожа:	нормалне боје
Абдомен:	Мек, палпаторно неосетљив, без органомегалије и ожиљака		
Плућа:	Нормалан дисајни шум, без пропратног налаза		
Срце:	Ритам правилан, тонови јасни, без шума		
Штитна жлезда:	Нормалне величине		
Лимфне жлезде:	Нису увећане		
Основни неуролошки налаз	уредан		
Остали налаз:	б.о.		

<b>ТА лева рука:</b>			mmHg	<b>ТА десна рука:</b>			mmHg
Пулс (мин* <sup>1</sup> )			<b>Периферни пулсеви:</b>		Симетрични, палпабилни, добро пуњени		
Вене:	без проширења и других пратећих појава						

**ЕКГ:**

<b>Фреквенција:</b>		<b>Осовина:</b>		<b>PR (s)</b>		<b>QTc (s):</b>	
Опис:	Синусни ритам, нормограм, елементи: P, QRS, T - одговарајући за узраст и спортски стаж						

**Лабораторијски налаз:**

Крвна слика	Налаз:	Референтне вредности:	урин	Налаз
WBC			протеини	
RBC			глукоза	
Hgb				
Hct				
Pit				

Биохемија	Налаз:	Референтне вредности
glikemija		

**Други прегледи који се захтевају спортским правилима надлежног спортског савеза:**

**Потребно је да се ураде додатни прегледи:**

**Потребно је да се консултује лекар специјалиста:**

**Саветује се:**

- Оцена:** 1) способан  
2) способан, са следећим ограничењем: ...  
3) привремено неспособан  
4) неспособан за предложену спортску грану, односно дисциплину  
5) неспособан  
6) оцена и мишљење се не могу дати због...

**Печат установе и факсимил лекара**