



Toolbox ringartsen full contact vechtsporten



VECHTSPOORT
AUTORITEIT

Versie: februari 2019

Dit is een uitgave van de Nederlandse Vechtsportautoriteit van de Toolbox ringartsen full contact vechtsporten met inbreng van de commissie medisch en gezond.

Copyright: Nederlandse Vechtsportautoriteit

Fotografie: Robert Lagendijk

Met dank aan bijdragen en inbreng van de commissieleden van de commissie medisch en gezond van de Nederlandse Vechtsportautoriteit: Bas Pijnenburg, Diederik van Omme, Farid Gamei, Soeresh Bhatoe, Niels Wijne, Ed van Wijk, Lot Verburgh, Jessica Gal, Hakim ben Ali, Federik van Oosterom

Inhoud

| | | |
|----------|--|-----------|
| 1 | Lijst uitsluitingsgronden | 6 |
| 2 | Matchkeuring | 8 |
| 3 | Richtlijn ringartsen startverboden KOH/TKOH wedstrijd | 13 |
| 4 | Richtlijn ringartsen startverboden KOH/TKOH wedstrijd | 15 |
| | | |
| | Bijlage | |
| | Bijlage 1: Zwangerschapsverklaring | 19 |

Vooraf

Deze toolbox is bedoeld als handreiking voor de ringartsen bij full contact vechtsportevenementen. Specifiek voor de full contact vechtsporten kickboksen, muay thaiboksen en Mixed Martial Arts (MMA). De toolbox wordt naast de actieve ringartsen in Nederland ook als handreiking onder de aandacht gebracht bij de verschillende bonden en organisaties die zich bezig houden met de organisatie van vechtsportevenementen.

In deze toolbox komen de volgende onderwerpen aan bod:

- 1 Lijst uitsluitingsgronden
 - 2 Matchkeuring (Fit to Fight keuring)
 - 3 Richtlijn voor ringartsen startverboden KOH wedstrijd
 - 4 Advies voor sporter na ernstige impact op het hoofd
- Bijlage 1: zwangerschapsverklaring



1 Lijst uitsluitingsgronden

Lijst uitsluitingsgronden

Hieronder de lijst met uitsluitingsgronden zoals geïntroduceerd door de medische commissie van de Nederlandse Vechtsportautoriteit:

- Acute en chronische infecties.
- Ernstige bloed dyscrasieën.
- Sickle cell anemie.
- Hepatitis B, Hepatitis C of HIV infectie.
- Open wond aan de huid.
- Significante congenitale of verworven cardiovasculaire en pulmonale afwijkingen.
- Significante congenitale of verworven musculoskeletale deficiënties die het vermogen om te vechten belemmeren.
- Post-concussion symptomen die goedkeuring door een neuroloog vereisen.
- Significante psychiatrische aandoening of drugs gebruik.
- Significante congenitale of verworven intracraniale aandoening.
- Convulsie/epilepsie in de afgelopen 3 jaar.
- Hepatomegalie, splenomegalie, ascites.
- Zwangerschap.
- Ongecontroleerde DM of Schildklierziekte.
- Netvlies loslating of scheur, tenzij behandeld door een oogarts en vervolgens goedgekeurd door de medische commissie van de VA (onderzoek zowel binnen 5 dagen voor als 5 dagen na het onderzoek).
- Primair of secundaire glaucoom.
- Afakie (afwezigheid lens), pseudofakie (kunstlens), gedислоceerde lens, of staar in één van beide ogen.
- Overige visuele beperkingen of aandoeningen waarvan de commissie denkt dat deelname aan betreffende vechtsport een gevaar oplevert.
- intracerebrale bloeding of een doorgemaakte intra-cerebrale bloeding.



2 Matchkeuring

Matchkeuring

De matchkeuring bestaat in ieder geval uit de volgende elementen:

- Controle op lijst van uitsluitingsgronden.
- Vragen naar de algemene toestand, recente infecties, bij recente infectieziekten tot een week na de laatste koortsdag niet vechten.
- Inspectie mondholte.
- Pupilreactie en grootte li-re: belangrijk i.v.m. pupilverschil na KO.H of (RSC.H) altijd in Fightpassport vermelden.
- Auscultatie hart en longen.
- Inspectie gelaat.
- Inspectie polsen en handen, knokkels en benen op recente letsels.
- Drukpijn ribben en thorax.
- Bloeddruk meten alleen op indicatie.
- Vrouwen zwangerschapsverklaring.



3 Richtlijn ringartsen startverboden KOH/TKOH wedstrijd

Richtlijn ringartsen startverboden

KOH/TKOH wedstrijd

Na elke partij, waarbij de ringarts een startverbod (al dan niet met een EEG-onderzoek) of andere medische maatregelen noodzakelijk acht, schrijft de ringarts zijn bevindingen in het Fightpassport van de desbetreffende sporter. Het startverbod wordt na inzicht van de ringarts opgelegd. Daarnaast geef de ringarts een advies mee aan de sporter en trainer/coach van de sporter. Gedurende het startverbod mag de betrokkene niet deelnemen aan wedstrijden.

De richtlijnen met advies voor de sporter en trainer/coach vanuit de medische commissie van de Nederlandse Vechtsportautoriteit voor een KOH zijn hiervoor als volgt:

- K.O.H. (Knock Out Head) minimaal 8 weken
- T.K.O.H. (Technisch Knock Out Head) minimaal 6 weken

Bij een K.O.H. moet ten alle tijde een rustperiode van minimaal ACHT weken worden opgelegd door de ringarts. Bij een T.K.O.H. moet te allen tijde een rustperiode van minimaal ZES weken worden opgelegd. Dit zijn de minimale nationale vereisten. Op inzicht en advies van de ringarts kan er altijd een langer startverbod opgelegd worden. Het toevoegen van een EEG-onderzoek of consult neuroloog aan een startverbod is ter beoordeling van de ringarts.

Advies post-bout check

De commissie medisch en gezond van de Nederlandse Vechtsportautoriteit adviseert de aanwezige ringartsen ook ten alle tijden na een heftig waar geen K.O.H. of T.K.O.H was, de desbetreffende vechters kort en bondig te onderzoeken en indien nodig een startverbod op te leggen of een medisch advies mee te geven. Bij twijfel wordt altijd een verwijzing naar de eerste hulp geadviseerd.



4 Richtlijn ringartsen startverboden KOH/TKOH wedstrijd

Advies voor sporter na ernstige impact op het hoofd¹

Onderstaand advies kan je als ringarts meegeven aan de sporter die een ernstige impact op het hoofd opgelopen heeft. Na een KOH in een wedstrijd dient een sporter altijd een startverbod van minimaal 8 weken opgelegd te krijgen waarin de sporter niet toegestaan is om deel te nemen aan wedstrijden. Voor een TKOH geldt een minimaal startverbod van 6 weken. Daarnaast is het goed om als arts een advies mee te geven aan de sporter die ernstige impact op het hoofd te verwerken heeft gekregen, ook als dit niet tot een KOH of TKOH heeft geleid.

Ernstige impact tijdens de wedstrijd

- Bijv. je bent meerder keren neer gegaan na een impact op het hoofd, maar kon tussendoor de wedstrijd wel hervatten door recht te blijven staan binnen de acht tellen.
- Bijv. je wankelde (hing in de touwen, was niet aandachtig,...) en verloor daardoor je dekking.
- Bijv. je ging neer naar impact op het hoofd en stond niet meer recht binnen tien tellen. (hiervoor is een startverbod van minimaal ACHT weken verplicht).

Ernstige impact tijdens de training

- Bijv. je ging neer na een impact op het hoofd tijdens het sparren en kon de training niet meer hervatten.
- Bijv. je kreeg hoofdpijn tijdens de training na meerdere hoofdcontacten.

Ernstige symptomen

- na de wedstrijd of training: bijv. bewustzijnsverlies, verwardheid, evenwichts- of concentratiestoornissen, extreme hoofdpijn, nekpijn, misselijkheid,...

De rust- en herstelperiode bestaat uit verschillende fases. Per fase wordt een minimumduur weergegeven, maar deze fases zullen langer duren naarmate je een ernstigere impact te verwerken kreeg.

Raadpleeg onmiddellijk een arts indien je merkt dat tijdens deze periode één of meerdere van de volgende symptomen optreden: duizeligheid, hoofdpijn, dubbel zicht, misselijkheid, braakneigingen, zware stoelgang, bloed in urine, de onmogelijkheid om alle ledematen normaal te bewegen, nekpijn, lichtschuwheid, concentratiestoornissen, evenwichtsstoornissen, merkbare geheugenproblemen.

¹ Gebaseerd op "Consensus statement on concussion in sport: the 4th International Conference on Concussion in Sport held in Zurich, November 2012 – McCrory"

1. Rustperiode: tot minimaal twee weken na de wedstrijd

Fase 1: volledige rust

Je mag geen fysieke activiteit uitvoeren. Je neemt volledige rust om te kunnen herstellen en de symptomen te laten verdwijnen. Deze fase duurt minimaal 24 uur.

Indien minimaal 24 uur verstreken zijn EN geen symptomen meer aanwezig, mag je overgaan naar fase 2.

Fase 2: Lichte aerobe training

Tijdens deze fase is het enkel toegestaan om lichte aerobe oefeningen uit te voeren. Het gaat over wandelen, zwemmen of fietsen op de hometrainer met een intensiteit van maximaal 70% van je maximale hartfrequentie. Het is niet toegestaan om weerstandstraining/krachttraining te doen. Deze fase duurt minimaal 24 uur.

Indien minimum 24 uur verstreken zijn EN de lichte aerobe training probleemloos (zonder het optreden van symptomen) verloopt, mag je overgaan naar fase 3.

Fase 3: non contacttraining

Je mag starten met sportspecifieke oefeningen, maar het is nog niet toegestaan om oefeningen te trainen met een mogelijke impact op het hoofd (zoals sparren). Je kan opbouwen naar complexere trainingsoefeningen en non contact trainingsoefeningen ter verbetering van je coördinatie en cognitieve belasting. Geleidelijk kan je ook starten met de opbouw van weerstandstraining.

Ten vroegste twee weken na de wedstrijd EN indien non contacttraining probleemloos (zonder het optreden van symptomen) verloopt, mag je naar de arts voor een controle-onderzoek.

2. Controle-onderzoek: ten vroegst twee weken na de wedstrijd

1. Je wordt medisch nog NIET goedgekeurd door de keuringsarts. Zo nodig word je doorverwezen voor verder specialistisch onderzoek. De rustperiode wordt verlengd.
2. Je wordt WEL medisch goedgekeurd. Je krijgt nu een herstelperiode van minimaal 6 weken om je voor te bereiden op de volgende wedstrijd

Herstelperiode: tot minimaal tot minimaal 6 weken na 'groen licht' van de keuringsarts

Fase 4: contacttraining

Je mag starten met de normale trainingsactiviteiten en contact oefeningen. Sparren kan worden ingebouwd in de training.

Indien er ten gevolge van de contacttraining geen symptomen optreden, mag je overgaan naar de volgende fase.

Fase 5: specifieke voorbereidingsperiode

Je kan je voorbereiden op een volgende wedstrijd door intensieve trainingsactiviteiten, contactoefeningen en sparring.

Indien er in de herstelperiode die opgelegd is geen symptomen optreden, mag je overgaan naar de volgende fase.

Fase 6: deelname aan wedstrijd

8 weken na de ernstige impact op het hoofd mag je opnieuw deelnemen aan wedstrijden.

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

Hoewel dit document met zeer veel zorg is samengesteld, aanvaardt de Nederlandse Vechtsportautoriteit op geen enkele wijze aansprakelijkheid voor schade ontstaan door eventuele fouten en/of onvolledigheden in dit document.

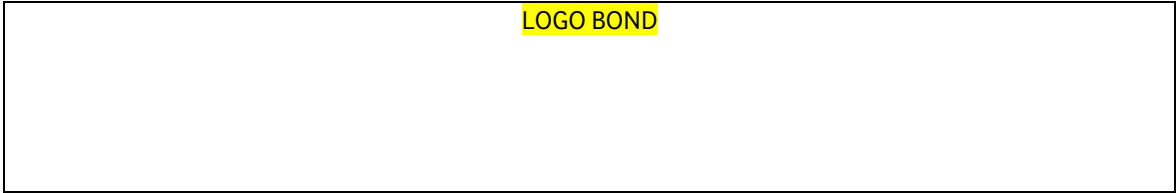
Laatste bijwerking: februari 2019



Bijlage 1: Zwangerschapsverklaring

Bijlage 1: Zwangerschapsverklaring

Advies: meisjes/vrouwen vanaf 12 jaar onderstaand document laten invullen



VERKLARING OMTRENT ZWANGERSCHAP

Ondergetekende (volledige naam s.v.p.)

geboren op

_____ te _____

verklaart hierbij:

- dat zij op het moment van ondertekenen van deze verklaring niet zwanger is;
- dat zij zelf verantwoordelijk is voor de juistheid van deze verklaring;
- dat zij, in het geval deze verklaring niet op juistheid mocht berusten, afstand doet van enig recht dat strekt tot het aansprakelijk stellen voor welke vorm van schade dan ook van (leden van) de [naam vechtsportbond], of ringarts, dan wel de organisatie, de gebouwbeheerder of verantwoordelijke van het volgende evenement:

Evenement: _____

Datum evenement: _____

Handtekening: _____

Datum ondertekening: _____

(Inleveren bij de ringarts van het evenement waaraan door ondertekenaar wordt deelgenomen)