IDA-TALLINNA KESKHAIGLA

AS Ida-Tallinna Keskhaigla
Ravi 18, 10138 Tallinn
Rg-kood 10822068
Tel 666 1900
E-post info@itk.ee
www.itk.ee

Noorsportlaste terviseuuringud

Noorsportlaste terviseuuring annab ülevaate noorsportlaste tervislikust seisundist ja kehalisest võimekusest.

Peamisteks eesmärkideks on vastunäidustuste ja osaliste piirangute väljaselgitamine spordiga tegelemiseks ning terviseriskide kindlakstegemine.

Noorsportlaste terviseuuringule on oodatud **kuni 19-aastased noored (k.a), kes osalevad lisaks kooli kehalise kasvatuse tundidele regulaarselt spordiklubi, spordikooli või kooli juures tegutsevates treeningutes vähemalt 6 tundi nädalas (1 treeningtund = 45 minutit).**

Noorsportlasele tehakse terviseuuringuid vastavalt tema iganädalasele akadeemilisele treeningkoormusele. Treeningute hulka ei arvestata üldhariduskooli kehalise kasvatuse tunde.

Uuringud on jagatud vastavalt A, B ja C kompleksuuringuteks:

Treeningkoormus	Uuringute maht	Sagedus	Teostaja
6–9 akadeemilist tundi nädalas, sh võistlused	A, lisauuringud meditsiinilistel näidustustel	iga 2 aasta järel	eriarst
10 ja enam akadeemilist tundi nädalas, sh võistlused	B või C, lisauuringud meditsiinilistel näidustustel	1 kord aastas	eriarst

Kompleksuuring A – baasuuringute kompleks, kuhu kuulub puhkeoleku 12-lülituseline EKG kompuuteranalüüsiga, spirograafia ja eriarsti esmane vastuvõtt (küsimustiku täitmine, arstlik läbivaatus, terviseuuringu kokkuvõte, tõendi väljastamine).

Kompleksuuring B – uuringute kompleks, kuhu kuulub puhkeoleku 12-lülituseline EKG kompuuteranalüüsiga, 12-lülituseline EKG koormustest veloergomeetril või koormusrajal, spirograafia ja eriarsti esmane vastuvõtt (küsimustiku täitmine, arstlik läbivaatus, terviseuuringu kokkuvõte, tõendi väljastamine)

Kompleksuuring C – uuringute kompleks, kuhu kuulub puhkeoleku 12-lülituseline EKG kompuuteranalüüsiga, 12-lülituseline EKG koormustest veloergomeetril või koormusrajal, hapnikutarbimise kompleksuuring, spirograafia ja eriarsti esmane vastuvõtt (küsimustiku täitmine, arstlik läbivaatus, terviseuuringu kokkuvõte, tõendi väljastamine)

Enne uuringule tulekut:

- Uuringule tulles peaks ägedast haigusest möödas olema vähemalt 2 nädalat.
- Enne uuringut palume olla 2–3 tundi söömata.
- Kaasa võtta kerged spordiriided, jalanõud, pesemisvahendid ja käterätik.
- Uuringule tulemiseks ei ole vaja saatekirja.
- Uuring on **tasuta** ning seda rahastab Tervisekassa.
- Kui varem on noorsportlasele uuringuid tehtud, palume kaasa võtta ka eelmise uuringu protokoll.

Uuringule saab registreerida registratuuris kohapeal või telefonil tööpäevadel telefoninumbril 666 1900.

Terviseuuringuid viiakse läbi Magdaleena Tervisemajas (Magdaleena üksuse D-korpus), aadressil Pärnu mnt 104.

NB! Enne uuringule tulekut palume täita spordimeditsiinilise terviseuuringu küsimustiku ja see uuringule kaasa võtta. Küsimustik on kättesaadav ka vene keeles.