



MEDISCH PROCES VOOR SPELERS SEIZOEN 2022-2023

*RUN
with your
HEART.....
...and your feet
will follow!*

HET MEDISCHE TEAM

Beschrijving op welke wijze er, vanuit het medische team van VOGIDO, vorm en invulling wordt gegeven aan het voetbalseizoen (integrale samenwerking trainers, spelers en medische staf).

Versie : 1.0
Status : Definitief
Datum : 06-09-2021
Auteurs : Marcel Richter, Wouter Verberne, Mostafa Sadat en Marcel Oosterveen



1 Context

Alle medische handelingen van staan in het teken van een efficiënt en verantwoord herstel voor de speler en het team, met als doel om zo spoedig en duurzaam mogelijk een voetballer weer actief te krijgen en/of te houden.

Een blessure is natuurlijk enorm vervelend. Dat is het niet alleen voor jezelf maar ook voor je teammates, de teambegeleiding en ook andere teams. Bij een blessure moeten er direct een aantal processen worden opgestart:

- a) Preventieve maatregelen (ter voorkoming van erger)
- b) Informatie Medisch (vaststellen diagnose + behandelplan)
- c) Informatie technisch (voorbereiding training en volgende wedstrijd)

De basis afspraken gelden als fundament voor de invulling van het seizoen. Situationeel wordt er in overleg afgeweken als een specifieke situatie ontstaat.

2 Procesafspraken

Van een prestatiespeler wordt verwacht dat het blessure proces wordt gevolgd. Door de goede contacten in het medische kanaal (1^e en 2^e lijn) kan er voor jou als speler snel en extra geschakeld worden buiten de maandag-, dinsdag en donderdagavond om. Dit willen we natuurlijk zo vroeg mogelijk in de week inplannen omdat dit je kansen op het volgende weekend vergroot.

Opmerking: de gemelde tijden zijn op basis van aanvang training om 20.15 uur.

2.1 Proces bij blessures of klachten

Stap 1.

- Allereerst op de wedstrijd- of trainingsdag zoveel mogelijk preventieve maatregelen nemen. Denk hierbij aan koeling, eten, ontspanning, communicatie, klankborden, zelfverzorging, etc. etc.
- Geblesseerd tijdens wedstrijd op zondag. Direct even afstemmen met trainer en/of verzorger.

Stap 2.

Mocht je in het weekend geblesseerd raken stel je het medische- en het technische kader vóór **maandagochtend 12.00 uur** op de hoogte van jouw blessure (voor de duidelijkheid zowel medisch en technisch moeten door jou geïnformeerd worden).

- Medische fysiotherapie - Mostafa Sadat en/of Marcel Richter
- Medische coördinatie / herstel - Marcel Oosterveen
- Technisch Selectie 1 - Bas Nijweide
- Technisch Selectie 2 - Niels Oude Tjhuis
- Technisch JO19-1 - Eusebio Paol

Stap 3.

- In overleg met de medische staf meld je je maandagavond bij het inloopsprek uur tussen 19.00 en 20.00 uur (in de medische ruimte);
- Waarbij eventueel de noodzakelijk behandelplan/te ondernemen stappen voor vervolg met je wordt doorgenomen;
- Dinsdagochtend hebben de medische- en technische staf overleg zodat de begeleiding dinsdagavond weet wie mee kan trainen en wie een aangepast programma gaat volgen.

Stap 4.

- Dinsdag training - De geblesseerde spelers melden zich om 19.30 uur in de medische ruimte, zodat er voldoende tijd is voor de start van de training om je laten behandelen. De fysio staat klaar voor je.
- Na een herstel-of groepstraining op de dinsdag informeer jij aan de medische staf wat de reactie is de volgende dag.



Stap 5.

- Wanneer het na dinsdag nog een vraagteken is of je mee kan trainen op de donderdag, laat je uiterlijk donderdagochtend weten aan de technische staf wat de planning is voor de donderdagavond. Hier is afstemming vanuit jouw kant als speler nodig;

Stap 6.

- Donderdag training - 19.30 uur Wouter Verberne is beschikbaar;
- Je laat je behandelen en afhankelijk van het behandelplan schakel je met het technisch kader over de inzetbaarheid voor de komende wedstrijden.
- Na een herstel-of groepstraining op de donderdag informeer jij aan de medische staf wat de reactie is.
- De medische staf stemt dan op vrijdag af met jouw als speler en met trainer wat er mogelijk is op de zondag.

2.2 Operationele afspraken

Een aantal operationele aanvullende aandachtspunten vanuit de medische staf.

- a) De medische ruimte is een verzamelruimte waar je gezellig kunt bijkletsen en/of je laat behandelen.
- b) Schoeisel: Geen gebruik van voetbalschoenen in de medische ruimte, indien wel dan volgt een bijdrage voor de boetepot;
- c) Slippers zijn vereist vanuit hygiëne oogpunt;
- d) Materialen: Alléén de aanwezige verzorgers pakken de materialen uit de voorraad kast. Of je vraagt of je zelf het materiaal kan en mag pakken uit de kast.
- e) Materiaal gebruik je alléén in de medische ruimte. Medische materialen worden niet meegenomen naar de kleedkamer;
- f) Handdoeken: De blauwe handdoeken worden niet uitgeleend aan de spelers. Je pakt deze ook niet. De handdoeken zijn uitsluitend voor het gebruik in de medische ruimte en worden hygiënisch gewassen. Als je een handdoek van thuis bent vergeten, dan vraag je jouw eigen teammaatje maar of hij zijn handdoek wil delen.
- g) De verzorgers zien erop toe dat de spelregels worden gehandhaafd. Bij het niet nakomen ervan word je erop aangesproken en krijg je een vermelding op de boetelijst.