



MEDISCH PROCES VOOR SPELERS SEIZOEN 2021-2022

*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 : 04-10-2021

Auteurs : Marcel Richter, Wouter Verberne, Laura van der Veen, Bert Kamphuis 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, de trainers en ook de 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 zorg) 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 speelkansen op het volgende weekend vergroot.

STAP 1.

- Allereerst op de wedstrijddag of training-dag zoveel mogelijk preventieve maatregelen nemen.
- Denk hierbij aan koeling, eten, ontspanning, communicatie, klankborden, zelfverzorging, etc. etc. .

STAP 2.

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

- Medische fysiotherapie - Laura van der Veen (en/of Marcel Richter)
- Medische coördinatie / herstel - Marcel Oosterveen
- Technisch Selectie 1 - Marcel Degenaar
- Technisch Selectie 2 - Kevin van de Zweerde
- Technisch JO19-1 - Bas Nijweide

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 19.45 uur ¹ in de medische ruimte, zodat er voldoende tijd is voor de start van de training om je laten behandelen. Laura staat samen met Marcel Richter (optioneel) klaar voor je.
- Na een herstel-of groepstraining op de dinsdag informeer jij aan de medische staf wat de reactie is.

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;

STAP 6.

¹ Opmerking: de gemelde tijden zijn op basis van aanvang training om 20.30 uur (in september/oktober 2021). Indien de training weer terug gaat naar 20.00 uur, dan is de medische ruimte vanaf 19.30 beschikbaar.



- Donderdag training - 19.45 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 op vrijdagochtend aan de medische staf wat de reactie is.
- De medische staf stemt dan op vrijdag af wat er mogelijk is op de zondag.

2.1 Operationele afspraken

Een aantal operationele aanvullende aandachtspunten vanuit de medische staf.

- Schoeisel in medische ruimte: Geen gebruik van voetbalschoenen, indien wel dan volgt een boetepot bijdrage;
- Slippers zijn vereist vanuit hygiëne oogpunt;
- Materialen: Alleen 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.
- Materiaal gebruik je alléén in de medische ruimte. Als je materiaal meeneemt naar de kleedkamer, dan leg je dat terug. De verzorger weet dat je het materiaal gebruikt;
- 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.
- 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.

2.2 Medisch team - Reguliere bezetting op dagniveau

- Maandag inloopsprek uur FysioHolland 19.00 – 20.00
 - Het inloopsprek uur raadplegen is voor alle prestatieteams (jeugd en senioren) verplicht, indien er medische vermoedens zijn. Via de jeugdtrainers en de technische commissie wordt dit actief gestimuleerd. Voor de recreatieve elftallen is het raadplegen van het inloopsprek uur facultatief.
- Dinsdag selectietrainingen
 - Fysiotherapeut FysioHolland – Laura van der Veen (vaste invulling)
 - Fysiotherapeut FysioHolland – Marcel Richter (situationele invulling)
 - Fysiek-/conditie- en hersteltrainer - Marcel Oosterveen.
- Donderdag selectietrainingen
 - Verzorger – Wouter Verberne
- Zaterdag wedstrijd
 - Verzorgster Jo19-1 – vacature
- Zondag wedstrijd
 - Verzorger 1e – Bert Kamphuis
 - Verzorger 2e – vacature

De medische kennis en de senioriteit van FysioHolland zijn leidend voor de medische adviezen. Proces begeleiding van blessure gevallen loopt de gehele week door.

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Inloopsprek uur	FysioHolland						
Verzorging selectie		Laura van der Veen		Wouter Verberne			
Conditietraining		Marcel Oosterveen					
Hersteltraining		Marcel Oosterveen					
Wedstrijd Jo19-1 elftal						Vacature	
Wedstrijd 1 ^e elftal							Bert Kamphuis
Wedstrijd 2 ^e elftal							Vacature
Procesbegeleiding	Marcel Oosterveen	Marcel Oosterveen	Marcel Oosterveen	Marcel Oosterveen	Marcel Oosterveen	Marcel Oosterveen	Marcel Oosterveen

Tabel 1 – Planning schematisch weergegeven