



## VOOR WIE?

Sporters kunnen terecht op de sportraadpleging na verwijzing door de huisarts.

De sportraadpleging richt zich tot

- sporters met **blessures**, voor een professionele behandeling en advies
- elke sporter, en iedereen die wil beginnen sporten, voor een **sportmedisch geschiktheidsonderzoek**. Hierbij kan een attest afgeleverd worden dat kan gebruikt worden voor uw sportfederatie of voor deelname aan sportevenementen.
- sporters die hun conditie willen kennen, voor een **maximale inspanningstest met lactaatmetingen**, op fiets of loopband.

## AANBOD

Volgende onderzoeken zijn mogelijk op de sportraadpleging:

- klinisch onderzoek
- EMG-onderzoek: ter nazicht van zenuw- en spierlijden
- sportmedisch geschiktheidsonderzoek: zowel vrijblijvend als verplicht door uw sportfederatie
- maximale inspanningstest met lactaatmetingen, op fiets of loopband

Het **sportmedisch geschiktheidsonderzoek** helpt sporters om hun sport op gezonde wijze uit te oefenen en gezondheidsrisico's en blessures te vermijden.

Het onderzoek is meestal een vrije keuze van de sporter. Sommige sportfederaties leggen het onderzoek verplicht op aan hun leden. Het onderzoek bestaat uit een grondige bevraging, een lichamelijk onderzoek, een electrocardiogram (vanaf 14 jaar) en een bloedafname. Aanvullende testen, bv. een longfunctietest, kunnen gepland worden indien ze aangewezen zijn.

Tijdens het onderzoek wordt de Spartanova preventiemodule gebruikt om het blessurerisico in te schatten. Hierbij wordt een individueel risicoprofiel van de sporter opgesteld op basis van metingen van lichaamsbouw, kracht, flexibiliteit, stabiliteit en functionele testen. Vervolgens wordt een gepersonaliseerd oefenprogramma voorgesteld om het blessurerisico te minimaliseren. Soms zijn ook steunzolen nodig.

Dr. Annelies Truyers is erkend sportkeuringsarts. Zij voert het sportmedisch geschiktheidsonderzoek uit volgens de Vlaamse Richtlijn Sportmedisch Onderzoek (VRSO). Ter gelegenheid van dit onderzoek kan u een sportattest meebrengen en laten invullen. Dit attest kan u gebruiken voor uw sportfederatie of voor deelname aan sportevenementen (oa Mont Ventoux, marathon).

Sporters die hun conditie willen kennen, kunnen terecht voor een **maximale inspanningstest op fiets of loopband**. D.m.v. lactaatmetingen tijdens de test worden de aerobe en anaerobe drempels bepaald. Met deze gegevens worden de optimale zones van trainingsintensiteit vastgelegd. Zo kan u nadien preciezer en efficiënter trainen. Door herhaalde inspanningstesten kan u de evolutie van uw prestatieniveau opvolgen, en uw trainings-schema verder optimaliseren. Het is belangrijk uw trainingen af te bouwen in de week voor de inspanningstest. Meer info bij onze dienst revalidatie: tel. 052 25 25 34.

Voor volgende onderzoeken zal u (indien nodig) doorverwezen worden naar een andere samenwerkende dienst in az Sint-Blasius:

- radiologische onderzoeken
- botscan
- hart- en longfunctieonderzoek

Volgende behandelingen zijn mogelijk:

- kinesitherapie
- manuele therapie
- extracorporeel shock wave therapy (ESWT)\* schokgolfterapie als behandeling van chronische peesletsels
- echogeleide infiltraties
- rugrevalidatie\*
- steunzolen en bracen

*\* hierover bestaan aparte folders*

## KOSTPRIJS?

Voor sportletsels wordt de raadpleging terugbetaald door uw ziekenfonds; u betaalt alleen het remgeld.

Voor volgende onderzoeken en behandelingen krijgt u weinig of geen terugbetaling van uw ziekenfonds:

*-schokgolfterapie (ESWT): supplement van € 55,91 per sessie, meestal 3 sessies. Dit supplement wordt aangerekend bovenop de raadpleging en echografie, die het ziekenfonds deels terugbetaalt.*

*-sportmedisch geschiktheidsonderzoek: € 71,16 + € 30 voor electrocardiogram + tarief bloedafname*  
Soms zijn om medische redenen aanvullende onderzoeken nodig (bv. longfunctietest, onderzoek door cardioloog); deze worden grotendeels terugbetaald door het ziekenfonds.

*-maximale inspanningstest op fiets of loopband met lactaatmetingen: € 81,33 + ongeveer € 10 voor gebruikte lactaatstrips + € 30,50 voor bespreking testresultaat en trainingsadvies*

*-body composition scan: € 25*