



Sportmedische begeleiding

Ontwikkelen en winnen

Medische begeleiding (top)sport

De KNVB heeft als enige nationale voetbalbond ter wereld zijn eigen (Top)Sportmedisch Centrum (SMC). Hét expertisecentrum voor sportmedische begeleiding binnen de (voetbal)sport in Nederland.

De topsportmedische begeleiding van alle nationale voetbalteams is het belangrijkste aandachtsgebied van het SMC. Bovendien richt het centrum zich op de topsportmedische begeleiding, diagnose en behandeling van individuele topsporters én op het bevorderen van de gezondheid in en door de voetbalsport. Het SMC is FIFA- en SCAS-gecertificeerd. Daarnaast is de afdeling sportfysiotherapie gecertificeerd door zorgverzekeraars.

Investerings

Om de topsporter optimaal van dienst te zijn, investeert het SMC in 2012/'13 in de aanwezige faciliteiten: de douches worden vernieuwd, de uitstraling van de entree- en de fysiotherapiebalie krijgt een flinke verbetering en alle fitnessapparatuur maakt plaats voor de allernieuwste versies.

Het belang van preventie blessures

Jaarlijks treden er tijdens het sporten in Nederland zo'n 3,7 miljoen acute overbelastingblessures op. Zo'n 620 duizend gevallen zijn het gevolg van veldvoetbal. Voetbalblessures zijn daarmee verantwoordelijk voor veel persoonlijk leed, voetbal- en arbeidsverzuim én medische kosten.



Preventie is dus vanuit zowel sportief, sociaal-maatschappelijk als economisch oogpunt erg belangrijk. In opdracht van de KNVB heeft het UMCU daarom eerder al een groot onderzoek verricht onder voetballers in het amateurvoetbal, naar het effect van de FIFA-methodiek 'De11'.

Interessante onderzoeksresultaten

'De11' bestaat uit tien oefeningen en richt zich voornamelijk op het verbeteren van coördinatie, stabiliteit, wendbaarheid en spierkracht in de benen. Het onderzoek volgde een seizoen lang 23 teams uit twee KNVB-districten. Een deel voerde warming-ups uit volgens genoemde FIFA-methodiek, terwijl de deelnemers uit de controlegroep hun gebruikelijke warming-up voortzetten. Uit het onderzoek is gebleken dat amateurvoetballers in Nederland per seizoen 35 procent meer risico lopen geblesseerd te raken dan profvoetballers. Ook waren de blessures bij amateurs ernstiger, tevens resulterend in een langere blessureduur. De oorzaak lijkt te moeten worden gezocht in verschillen in (medische) begeleiding tussen amateurs en professionals.

Dienstverlening topklasse

Het SMC doet onderzoek naar de sportmedische faciliteiten bij Topklasse-verenigingen en inventariseert de behoefte aldaar aan sportmedische ondersteuning. Uit de eerste resultaten blijkt dat de Topklassers graag ondersteuning zien in de vorm van kennis en kunde vanuit het SMC. In overleg met het bestuur van de Topklasse zal het SMC hieraan verdere invulling geven. Deze activiteiten sluiten naadloos aan bij de conclusie van het genoemde onderzoek van het UMCU.



Behandelmethode hamstringblessure

De hamstringblessure is een van de meest voorkomende blessures in het voetbal. Sportartsen van het SMC, Medisch Centrum Haaglanden en UMCU verrichten wetenschappelijk onderzoek naar een nieuwe behandelmethode. Doel is acute hamstringblessures sneller en beter te genezen. De resultaten worden in de loop van 2013 verwacht.

Module voor Trainer-Coach II

Het Sportmedisch Centrum levert aan de KNVB Academie de module 'Voetbalvalidatie/preventie', als onderdeel van de opleiding Trainer-Coach II. Komend jaar zal het SMC het aantal modules voor de opleidingen Trainer-Coach I en CBV uitbreiden.

Drukbezochte en veelzijdige website

Het SMC heeft een eigen website, gericht op met name de (geblesseerde) sporter. De site trekt hoge bezoekersaantallen. Ze bevat actuele informatie over het SMC en informeert onder meer over veelvoorkomende sportblessures, voorkoming en genezing van kwetsuren en interessante uitkomsten van (sportblessure)onderzoek. Bovendien kunnen bezoekers zich er aanmelden voor een consult, keuring of sportfysiotherapeutische behandeling.

