

Okkar menn á Evrópumótinu í Frakklandi!



UEFA
EURO2016
FRANCE

■ ■ ■ Hávar Sigurjónsson

Tveir lækningar fylgja íslenska landsliðinu á Evrópumótið í knattspyrnu í Frakklandi í júní, þeir Sveinbjörn Brandsson og Reynir Björn Björnsson. *Lækna-bláðinu* lék forvitni á að vita hvernig undirbúningi þeirra væri háttáð fyrir mótið og hvert væri síðan hlutverk þeirra meðan á mótinu stendur.

„Undirbúningurinn er margþátta enda talsvert flókin og margt sem þarf að skipuleggja,“ segja Reynir Björn og Sveinbjörn.

„Haldinn var fundur í byrjun mars í París þar sem lækningar allra landsliðanna hittust ásamt fulltrúum heilbrigðisnefndar Knattspyrnusambands Evrópu (UEFA Medical Committee). Þarna var farið yfir ýmis hagnýt atriði varðandi mótið, meðal annars rannsókn sem við tökum þátt í meðan á mótinu stendur. Farið var yfir reynslu lækna af fyrri keppnum og ýmsum spurningum svarað. Frakkarnir létu okkur í té aðgang að svæðislæknum í Frakklandi sem við getum haft samband við hvenær sem er,“ segir Reynir.

„Það má hins vegar segja að okkar undirbúningur hafi hafist fyrir alvöru þegar heilbrigðisteymið hjá liðinu hittist í vor á fundi með þjálfurum landsliðsins, þeim Heimi Hallgrímssyni og Lars Lagerbäck. Við erum tveir lækningar ásamt þremur sjúkraþjálfurum sem sinnum liðinu í tengslum við keppnina. Við byrjuðum á að senda upplýsingar um okkur sjálfa til

Frakklands, menntun og starfsreynslu staðfesta af Knattspyrnusambandi Íslands. Einnig þurftum við að senda upplýsingar um hvaða lyf við förum með til Frakklands og magn þeirra, úr læknaöskunni og neyðartöskunni,“ bætir Sveinbjörn við.

Kröfur um mjög ítarlega læknisskoðun og rannsóknir

„Því næst miðaðist undirbúningurinn að því að uppfylla kröfur UEFA (Knattspyrnusambands Evrópu) fyrir svona mót. Skv. reglugerð UEFA (UEFA Medical Regulation) eru gerðar kröfur um nokkuð ítarlega læknisskoðun leikmanna landsliðsins. Fyrir utan sjúkrasögu og ættarsögu leikmannsins er farið fram á almenna læknisskoðun, ákveðnar blóðprufur, þvagrannsókn, hjartalínurit, hjartaómskoðun, ítarlega stoðkerfisöskun og krafa er um ákveðnar bólusetningar. Allir leikmenn íslenska landsliðsins eru atvinnumenn hjá liðum sínum og hafa því farið í gegnum svona skoðanir. Við sendum því læknum allra liðanna bréf þar sem beðið er um þessar upplýsingar og ef þær voru ekki til staðar hvort þeir gætu hjálpað okkur með það sem uppá vantaði. Mjög jákvæð svör komu frá öllum við beiðni okkar og hafa liðin klárað fyrir okkur ef eitthvað hefur vantað,“ segir Reynir Björn.

„Við höfum einnig fengið nauðsynlegar upplýsingar um heilsufar annars starfsfólks á vegum KSÍ sem er með okkur því

við erum ekki bara lækningar fyrir leikmenn heldur einnig fyrir starfsfólkið sem er með okkur. Þá höfum haldið fyrirlestur fyrir leikmenn þar sem við höfum farið yfir lyfjamálin, notkun fæðubótarefna, endurheimt, mikilvægi fyrirbyggjandi aðgerða með tilliti til veikinda og hvernig við tökum á þeim komi þau upp.

Við höfum nú sem áður haft smá verkefni þjálfun fyrir starfsfólk KSÍ í mögulegum bráðatilvikum sem geta komið upp til dæmis á hóteli eða á æfingarsvæðinu. Lögð er áhersla á að allir viti, líka leikmenn, hvar brádataskan okkar er og hvað er í henni og geti veitt okkur aðstoð til dæmis við endurlífingun. Lögð er áhersla á að kalla eftir hjálp, hefja hjartahnoð strax og kunna á hjartastuðtækið sem við höfum með okkur. Að þessu sinni munu tveir starfsmenn Rauða Krossins á Íslandi koma með okkur til Frakklands, annar kennari í endurlífingun en hinn bráðatæknir, og munum við njóta starfskrafta þeirra komi eitthvað alvarlegt uppá,“ segir Sveinbjörn og bætir við að þeir Reynir Björn muni skipta mótinu á milli sín.

Ekki allir alltaf bestu vinir

Hvert er svo hlutverk ykkar meðan á mótinu stendur?

„Að vera hluti af liðsheildinni og hjálpa til við allt mögulegt sem gera þarf, allt frá því að bera töskur, blanda drykki og kaupa inn til þess að greina og meðhöndla



Starf landsliðslæknanna Sveinbjörns Brandssonar og Reynis Björns Björnssonar er flókið en þeir segjast þó ekki vildu missa af þessu fyrir nokkurn mun. ÁFRAM ÍSLAND!

meiðsli, almenn veikindi eða bráðauppkomur í hópnum eða hjá starfsfólki KSÍ á staðnum. Vera hluti af heilbrigðisteyminu þar sem vandamálin eru rædd og komist að sameiginlegri niðurstöðu sem svo er kynnt þjálfurunum á starfsmannafundum sem eru á hverjum degi meðan við verðum í Frakklandi. Þetta gerir þjálfurunum kleift að undirbúa æfingarnar betur og fækka óvæntum upptökum. Fylgjum leikmönnum í lyfjaprófin og höfum einnig vakandi auga með andlegri heilsu leikmanna, því þó að það sé mjög gaman að fara á svona stórmót er þetta langur tími sem við erum saman og klárt að sumir leikmenn munu ekki spila neitt. Það reynir oft á í samskiptum og það eru ekki endilega allir alltaf bestu vinir. Komi upp alvarlegri meiðsli erum við í sambandi við læknateymi félagsliða leikmanna og sendum þeim skýrslu með okkar greiningum og meðferð," segir Sveinbjörn.

„Þá þurfum við að halda utan um skráningu álags, meiðsla og þátttöku leikmanna á æfingum og leikjum og sem hluta af UEFA-meislarannsókn (UEFA Injury Study) sem er leidd af Svían-um og bæklunarskurðlækninum Dr. Jan Ekstrand. Öll ný meiðsl eru skráð eins nákvæmlega og hægt er á hverjum tíma á þar til gert eyðublað. Á hverjum föstudegi meðan á keppninni stendur sendum við skýrslu til hans. Séu menn enn meiddir þegar Ísland lýkur keppni, höldum við áfram að senda skýrslur þar til viðkomandi hefur náð sér. Breytist greiningar, til dæmis í kjölfar myndgreininga, er búið til nýtt meiðslaeyðublað," segir Reynir Björn.

Áhersla lögð á góð samskipti læknanna

„Á leikdegi mætum við á fund með lækni mótherjanna og vallarlækni, förum yfir aðstöðu á vellinum og hvernig við getum

kallað eftir frekari aðstoð komi eitthvað alvarlegt uppá. UEFA hefur síðustu árin lagt mikla áherslu á góð samskipti milli lækna landsliðanna innbyrðis og einnig samskipti þeirra við lækna liða leikmannanna. Við þetta hafa myndast tengsl og jafnvel vinskapur sem gerir öll samskipti miklu betri. Menn vinna saman. Einnig hefur UEFA sett reglur um lágmarksbúnað á völlum ásamt þeim búnaði sem við höfum með okkur hvert sem við förum. Við vitum því nákvæmlega hvað er til staðar og einnig eru mörg liðanna með sömu bráðatöskur sem auðveldar mjög að veita aðstoð komi eitthvað alvarlegt uppá. Þetta er svona það helsta varðandi okkar vinnu við Evrópumótið í knattspyrnu í Frakklandi í sumar," segja þeir Reynir Björn og Sveinbjörn og af því er ljóst að þetta verður ekkert sumarfrí fyrir þá þó báðir séu sammála um að gaman sé að taka þátt í þessu ævintýri.