



HELBREDSATTEST

Dansk Taekwondo Forbund

| |
|--------------------|
| Ansøgerens Navn: |
| CPR – Nummer |
| Adresse |
| Postnummer/ By: |
| Klub: |
| DTaF Licensnummer: |

DINE EGNE OPLYSNINGER OM DIT HELBRED

Helbredsattestens første del

Vejledning for udøveren

Formålet med helbredsattesten er at anskueliggøre, om du lider af en sygdom eller tilstand, som kan have betydning for dit helbred i forbindelse med fuldkontakt taekwondostævner.

Der lægges særlig vægt på hovedtraumer (også ikke taekwondo relaterede hovedtraumer), da gentagende hovedtraumer kan have betydning for dit helbred.

Attesten er lovpligtig for at kunne deltage i kampstævner med hovedkontakt under Dansk Taekwondo Forbund (DTaF). Der henvises til BEK nr 1445 af 01/12/2016.

Du bedes udfylde helbredsattestens første del og derefter få udfyldt anden del (lægeundersøgelse) hos en læge - oftest din praktiserende læge eller en læge udpeget af DTaF. Spørgsmålene i første del kan virke omstændige, overvældende og for omfattende. Årsagen hertil er, at du selv skal tage ansvar for dine helbredsmæssige oplysninger, så lægen ikke behøver have adgang til din helbredsjournal og derved vil alle læger principielt kunne udfylde attesten, man skal dog have selvstændig virke. Det burde gøre det nemmere for dig, som udøver, at få attesten udfyldt. Hvis du svarer ja til et af nedenstående spørgsmål, bør du om muligt medbringe relevant materiale omkring dette emne, eks kopi af journal fra din praktiserende læge eller fra din e-journal på sundhed.dk.



| Spørgsmål | Nej | Ja | Hvis Ja – Beskriv venligst. |
|--|-----|----|-----------------------------|
| Har du medicinske allergier? | | | |
| Har du haft tilfælde af besvimelse, lammelse eller krampeanfald inden for de sidste 5 år? | | | |
| Har du haft hovedtraumer inden for det sidste år (eks efter fald, hårde slag eller spark eller lignende)? | | | |
| Har du haft hjernerystelse eller været Knockoutet inden for de sidste 5 år, herunder tidligere eller aktuel karantæne efter hovedtraume/K.O.? | | | |
| Har du lejlighedsvis hovedpine, hukommelses- eller koncentrationsbesvær, ringen for ørerne, synsforstyrrelser eller svimmelhed? | | | |
| Har du øjensygdomme eller bruger du briller/kontaktlinser? | | | Styrke højre: venstre: |
| Har du hjerte-kar-sygdom som eks smerter i hjerteregionen, forhøjet blodtryk, rytmeforstyrrelser eller har ICD-enhed/pacemaker? | | | |
| Har du lungesygdom som eks astma, bronkitis eller anden form for vejrtrækningsbesvær? | | | |
| Har du neurologiske sygdomme som eks epilepsi eller aneurismer? | | | |
| Har du alvorlige infektionssygdomme som eks leverbetændelse, HIV eller tuberkulose? | | | |
| Har du sukkersyge? | | | |
| Har du sygdomme i mave-tarm systemet eller i nyrer/urinveje? | | | |
| Har du blodsygdomme, eks blødersygdom eller lign.? | | | |
| Har du sygdomme i ryg eller nakke som diskusprolaps, iskias, lændehold, skæv eller stiv ryg? | | | |



| Spørgsmål | Nej | Ja | Hvis Ja – Beskriv venligst. |
|---|-----|----|-----------------------------|
| Har du psykiske sygdomme som eks depression, angst, skizofreni eller ADHD? | | | |
| Har du et forbrug af nerve beroligende medicin, sovemedicin, angstdæmpende medicin, afslappende medicin, stærkt smertestillende medicin eller trafikfarlig medicin (medicin mærket med en rød trekant)? | | | |
| Har du et forbrug af psykoaktive stoffer som cannabis, hash, amfetamin, heroin, kokain, ecstasy eller lignende stoffer? | | | |
| Har du i øvrigt et forbrug af receptpligtig medicin? | | | |
| Har du er overforbrug af alkohol? | | | |
| Har du i øvrigt skader som kan have helbredsmæssig betydning for dig? | | | |
| Lider du i øvrigt af sygdomme, som du mener kan have betydning for din evne til at deltage til kampstævner? | | | |
| Højde: _____ Vægt: _____ | | | |
| Skriv på bagsiden, hvis der ikke er plads nok i felterne | | | |

Ovenstående spørgsmål har jeg besvaret på tro og love efter min bedste overbevisning.

Udøvers underskrift (underskrives i lægens påsyn)

Dato

Forældre eller værge ved alder under 18 år



LÆGEUNDERSØGELSEN

Helbredsattestens anden del

Vejledning for læger

Helbredsattesten er et lovkrav for at en taekwondoudøver kan deltage i kampstævner med hovedkontrakt afholdt under Dansk Taekwondo Forbund (DTaF).

Helbredsattesten skal være med til at sikre, at det er sundhedsmæssigt forsvarligt, at en udøver deltager til fuld kontakt stævner.

I taekwondo må man slå på kroppen og sparke til kroppen og hoved. Der bæres beskyttelsesudstyr i form af hjelm, vest, skridtbeskytter samt underarms- og skinnebensbeskytter. Børn kæmper normalt uden hovedkontakt. Knockout (K.O.) i taekwondo er forholdsvis sjælden.

I udøverens del skal denne, på tro og love, afgive oplysninger om væsentlige sygdomme skader og traumer, herunder fast medicin og allergier samt tidligere og aktuelt karantæne.

Ved sygdomme skal udøveren medbringe relevant materiale, eks epikriser eller undersøgelsesresultater, for at give lægen de nødvendige oplysninger til at foretage vurderingen, med mindre lægen selv har adgang til disse oplysninger.

Udøveren skal kunne tåle almindelig hård fysisk aktivitet, samt kontakt til krop og hoved.

Godkendelse er ikke kontraindiceret ved kroniske sygdomme som eks astma, diabetes eller psykiske sygdomme, men sygdommen bør være velreguleret.

Ved friske eller gentagne hovedtraumer skal man være ekstra agtpågivende, og selv milde commotio symptomer skal tages alvorlige. Svære hovedtraumer eller K.O. med bevidsthedstab bør minimum give 3 måneders karantæne. Ved 3 svære hovedtraumer inden for 1 år gives der 1 års karantæne og efterfølgende skal udøveren vurderes ved neurolog og øjenlæge, inden udøveren igen kan godkendes. Attestudfyldende læge skal ikke idømme karantæne, men må ikke godkende en udøver under karantæne, eller hvis denne burde have karantæne pga. hovedtraumer. Lægen kan kontakt DTaF i tvivlstilfælde.

Lægen skal tage udgangspunkt i de besvarelser udøveren giver og supplere med en objektiv undersøgelse. Hvis lægen finder helbredsforhold, som giver tvivl om hvorvidt det er helbreds-mæssigt forsvarligt at udøveren deltager til fuldkontaktstævner, bedes man overveje henvisning til yderlig udredning, eks ved relevant speciale, i form af billeddiagnostik eller anden relevant udredning. Lægen skal have gyldig autorisation og selvstændigt virke. Det behøver ikke være egen læge, men denne kan naturligvis også lave vurderingen. Man må ikke udfærdige lægedelen af attesten, hvis man er i familie med udøveren.

I forbindelse med udfærdigelse af attesten, må udøveren påregne honorar til lægen for medgået tid, det kan eks svare til en frihåndsattest. Honorar for attesten er DTaF uvedkommende

Spørgsmål vedrørende attesten rettes til Dansk Taekwondo Forbund
(sekretariatet@taekwondo.dk)



| | | | |
|--|------------|-----------|---|
| Er du ansøgerens praktiserende læge: | | | |
| Hvis nej, hvorledes har du identificeret ansøgeren? (Sæt X) | | | |
| Sygesikringskort: | Kørekort: | Pas: | Kender ansøgeren: |
| | | | |
| Kan der påvises noget abnormt ved undersøgelse af følgende? | Nej | Ja | Hvis Ja – Beskriv venligst. |
| Inspektion af kranium, cavum oris og collum? | | | |
| Øjne? (øjenbevægelser, pupilforhold og synsfelt. Der skal ikke laves synstest. Ved mistanke om hyppige traumer til hoved bør der laves øjenlægeundersøgelse) | | | |
| Hørelsen og talen? (Giver almindelig samtale anledning til bemærkninger) | | | |
| Inspektion af brystkasse samt stetoskopi af lunger? (Ved astma måles Peak Flow eller LFU. Der skal ikke foretages undersøgelse eller inspektion af mammae) | | | PF: PF: PF: FEV1/FVC: FEV1%: |
| Hjerte-Kar inkl. stetoskopi af hjerte og vurdering af perifer cirkulation? (Mislyde, tegn til arytmier, perifer puls eller ødemer. Herunder måling af blodtryk og puls. Ved normalt blodtryk kræves kun en måling) | | | Blodtryk: / Puls: Blodtryk: / Puls: Blodtryk: / Puls: |
| Abdomen? (almindelig undersøgelse af abdomen, der skal ikke foretages undersøgelse af gen.externa, rektal- eller gynækologisk undersøgelse) | | | |
| Nervesystemet? (almindelig neurologisk undersøgelse) | | | |
| Bevægeapparatet, inkl columna totalis? (giver inspektion anledning til synlige deformiteter? Enkelte led eller kropsdele undersøges på indikation) | | | |



| Kan der påvises noget abnormt ved undersøgelse af følgende? | Nej | Ja | Hvis Ja – Beskriv venligst. |
|---|-----|----|--|
| Huden? (tegn til hudblødninger eller andet abnormt ved inspektion) | | | |
| Urinprøve (urin stix)? (udføres kun ved nyresygdom eller mistanke herom) | | | Urin Stix: |
| Er der i øvrigt tegn på sygdom eller legemlig svaghed? | | | |
| Anser du undersøgte for fysisk egnet til at deltage i fuldkontakt stævner i Taekwondo? | | | Hvis Nej - uddyb venligst baggrund for denne vurdering (Brug evt bagsiden): |

Lægens stempel

(hvis stempel ikke haves, skrives autorisations ID-nummer, så lægen kan identificeres ved behov)

Lægens underskrift

Dato

OBS! Lægeerklæringen afleveres til ansøgeren, som selv skal uploade denne på

<http://www.myfightbook.dk/>

Honorar for attesten er DTaF uvedkommende.

DTaF oktober 2018