



Samkvæmt grein 18 í leyfisreglugerð KSÍ skal leyfisumsækjandi í efstu deild karla og kvenna tryggja að allir leikmenn hans sem eru gjaldgengir í meistaraflokki (allir leikmenn á leikmannssamningi) fari árlega í almenna læknisskoðun. Staðfesting læknis á að læknisskoðunin hafi farið fram á árinu sem leið skal lögð fram af leyfisumsækjanda með leyfisumsókn fyrir komandi keppnistímabil.

Leikmenn þeirra félaga sem leika í UEFA-mótum á árinu undirgangast ítarlega læknisskoðun samkvæmt mótareglum þar um. Sú skoðun er víðtækari en almenn skoðun og þurfa því leikmenn þeirra félaga ekki að undirgangast almenna læknisskoðun að auki. Leikmenn annarra félaga í efstu deild karla og efstu deild kvenna, sem ekki leika í UEFA-mótum á árinu, undirgangast því almenna læknisskoðun.

Almenn læknisskoðun felur í sér a.m.k. eftirfarandi:

- Sjúkrasögu leikmanns (núverandi og fyrrverandi)
- Ættarsögu (m.a. hjarta og æðarsjúkdóma þ.m.t. hjartsláttartruflana, erfðasjúkdóma og skyndidauða)
- Geðsögu (andleg vanlíðan og átraskanir)
- Hjarta- og lungnaskoðun
- Hjartalínuriti (EKG) á minnst 3 ára fresti.
- Kviðskoðun
- Útlimaskoðun
- Annað sem ástæða er til að skoða m.t.t. núverandi/fyrrverandi sjúkrasögu leikmanns

Neðangreint er unnið af heilbrigðisnefnd KSÍ. Ráðlagt er að sú almenna læknisskoðun sem framkvæmd er í efstu deild sé í samræmi við þessi tilmæli.

Læknisskoðun fyrir upphaf keppnistímabils

Læknisskoðun sem framkvæmd er fyrir upphaf keppnistímabils, er að grunni til góð sjúkrasaga, almenn læknisskoðun ásamt hjartalínuriti á minnst 3 ára fresti. Nánar tiltekið þá skal ekki líða lengri tími en 3 ár frá því hjartalínuriti (EKG) var síðast framkvæmt hjá leikmanni félags í efstu deild karla eða kvenna. Með þessu er reynt að uppgötva frávik sem gætu aukið hættu á meiðslum eða leitt í ljós alvarlegri áhættuþætti hvað varðar heilsu leikmannsins.

Almenn læknisskoðun er að öllu jöfnu framkvæmd af heimilislækni viðkomandi aðila, en í tilfalli knattspyrnuliða gæti verið hagkvæmara að sami aðilinn skoði alla leikmenn viðkomandi liðs innan ákveðinna tímamarka. Ákjósanlegt er að slík skoðun fari fram um.þ.b. 6 vikum áður en æfingar á undirbúningstímabili hefjast, þannig að hægt sé að framkvæma frekari rannsóknir á leikmönnum þar sem frávik koma upp.

Sjúkrasaga leikmanns (núverandi og fyrrverandi):

- Heilahristingssaga
- Hjarta og æðakerfi (andþyngsli, brjóstverkur, hjartsláttar óþægindi, yfirlið ofl.)
- Lyf og fæðubótarefni (m.a. tryggja að í gildi sé samþykkt undanþágubeiðni þar sem við á)

- Aðgerðir
- Meðfæddir gallar
- Bráðaofnæmi
- Annað

Ættarsaga: Sérstaklega með tilliti til neðangreinds.

- Hjarta og æðasjúkdóma (erfanlegir hjartasjúkdómar, hjartsláttar truflanir, skyndidauði o.fl.)
- Lungnasjúkdómar
- Annað

Líkamsskoðun:

- Háls, nef og eyru
- Eitlar
- Hjarta og æðar
- Lungu
- Stoðkerfi
- Kviðskoðun
- Sjón og heyrn
- Annað sem læknir telur þörf á að skoða m.t.t. sjúkrasögu leikmanns.

Frekari rannsóknir:

- Hjartarannsóknir: Ef eitthvað í sjúkrasögu, ættarsögu, hjartalínuriti eða skoðun leikmanns getur bent til undirliggjandi hjartasjúkdóms ber að vísa leikmanni áfram til hjartasérfræðings til frekari uppvinnslu og mats.
- Hjartalínurit ber að framkvæma árlega hjá þeim félögum sem eru í UEFA keppnum. Félög sem eru ekki í UEFA keppnum en leika í efstu deild karla eða kvenna ber að láta framkvæma hjartalínu amk. á þriggja ára fresti.
- Hjartaómskoðun hjá hjartasérfræðingi: Ber að framkvæma á 2 ára fresti hjá þeim félögum sem eru í UEFA keppnum.
- Mælt er með að framkvæma hjartaómskoðun hjá leikmönnum minnst tvisvar (2) sinnum á ferlinum. Annars vegar fyrir tvítugt og svo í kringum 23 ára aldur.

Eftir lækni-skoðun ætti leikmaðurinn strax að geta stundað knattspyrnu, án takmarkana, eða þá eftir að frekari rannsóknur/meðferð er lokið, hafi verið þörf fyrir slíkt. Ef leikmaðurinn eða fjölskyldusaga hans gefur til kynna einkenni eða sögu um alvarlega sjúkdóma t.d. hjartasjúkdóma, þá krefst það nánari skoðunar. Ef um alvarlegar athugasemdir er að ræða er mögulegt að leikmaðurinn geti ekki leikið knattspyrnu af fullum krafti, eða jafnvel verið sagt að hætta allri knattspyrnuíðkun, til að vernda heilsu hans.