

QUOI DE NEUF, DOC ?

Tous d'abord nous espérons que vous accepterez nos excuses.... La Commission Médicale avait promis de vous parler régulièrement.... Le temps passe si vite que vous avez dû penser que nous avions oubliés ? Non, reprenons contact Bonne lecture à tous,

LES PODOLOGUES EN ACTIONS

A l'instigation de nos 2 CTS et en lien avec l'école de podologie de Lille et de son responsable le Docteur Lefils, des escrimeurs de la ligue étaient invités cette saison à venir au CREPS pour un examen diagnostic pouvant amener conseils et propositions thérapeutiques éventuelles. Bilan plutôt décevant, seuls 5 jeunes sont venus, mais il ne faut pas désespérer, cette première tentative sera reconduite.... Ne la laisser passer

LE STAGE « AFPS »

En lien avec les stages de formation de cadres, la commission médicale participe à la mise en place de stages de formation initiale et continue permettant à nos adhérents, nos licenciés, nos cadres de suivre une formation aux premiers secours... Permettant aux plus anciens d'actualiser leurs connaissances, et à tous les autres d'acquérir les bons gestes, les réflexes utiles, et surtout d'éviter les gestes inutiles voire dangereux. Cette opportunité doit permettre également permettre à nos futurs cadres d'acquérir des pré requis nécessaires pour l'obtention de diplômes qualifiants tels que la maîtrise d'armes ; aux clubs d'avoir un encadrement professionnel, des bénévoles, des licenciés citoyens initié à ces gestes qui sauvent La session de formation est possible à compter de 12 personnes... Par manque de candidats, cette action est reportée à une date ultérieure en 2007... Les personnes souhaitant bénéficier de cette formation sont invitées à se faire connaître par le biais du courriel de la ligue : chtiescrime@free.fr

LA COUVERTURE MEDICALE DES COMPETITIONS

L'escrime est un sport à risque où le jeu d'opposition amène son lot de traumatismes en tout genre... de la simple « bobologie » à l'entorse ; d'un coup de pointe mal approprié à une lame cassée, les tireurs se trouvent dans un environnement potentiellement dangereux... Il est donc indispensable de prévoir une couverture médicale correcte des compétitions : Le minimum indispensable : une bonne trousse à pharmacie, des n° de téléphone connus et affichés du médecin

le plus proche (prévenu préalablement de l'organisation de la compétition), des urgences (n°15), des pompiers (n°18)...et si possible un secouriste formé et qualifié sur place...

Le confort, c'est un médecin sur place tout le temps de la compétition, disposant d'un local calme et équipé pour s'occuper en toute sécurité et confidentialité d'un blessé. L'idéal, c'est d'avoir sur place un médecin qualifié en médecine sportive, un kinésithérapeute, éventuellement des secouristes....

De toute façon, il faut éviter l'improvisation et sombrer au plus facile : appeler le 18 !!!! Pas de médecin, pas de pharmacie, l'appel au milieu de la journée : « Y'a t-il un médecin dans la salle ? » est toujours désastreux, pas idéal non plus l'embauche des parents d'un escrimeur accompagnant son champion, et qui n'osera pas refuser !!! Donc prévenir, c'est guérir ; et éviter de se retrouver dans un problèmes de responsabilité, actuellement le risque médico-légal est une plaie de la médecine ! La commission mets en pace un formulaire afin de consigner tous traumatismes rencontrés dans le domaine de la pratique de l'escrime que chaque club aura à transmettre à la ligue.

Organiser, c'est prévoir... La protection des usagers ne doit pas être négociable !

LE SUIVI MEDICAL DES ATHLETES

Le statut d'athlète s'acquiert à fil des performances sportives obtenues... Dès lors, les athlètes détectés disposent de possibilités pour concilier pratique sportive et études. Identifiés comme de jeunes espoirs, ces athlètes doivent se soumettre à un protocole médical régulier. Deux visites médicales conséquentes, un suivi individualisé incontournable.... Ce suivi individuel est assuré, lorsque le jeune est en pôle (structure labélisée d'entraînement) par une équipe médicale spécifique.... Mais, les jeunes espoirs ne bénéficiant pas de tels moyens, doivent rester vigilants dans leurs obligations médicales en respect avec le décret du 06 février 2005 relatif au suivi médical des sportifs. Nous invitons l'ensemble de nos athlètes concernés par cette obligation liée à leur statut de jeune athlète espoir s'entraînant hors pôle (hors structure) à consulter et suivre leur protocole. La région nord pas de calais dispose de plateaux médicaux offrant tous les services imposés par le cadre légal en vigueur. Il serait dommageable pour une visite oubliée de mettre en péril tous les efforts et les concessions faites pour accéder à ce statut... soyez vigilant et pragmatique ! www.jeunesse-sport.gouv.fr/sport/shn1.asp#3

MEDICAMENTS ET SPORT....

Attention aux contre-indications, et aux interdits ne prenez jamais de médicaments sans avoir lu la notice.

Seuls sont autorisés deux qui ne comportent pas de mention spécifiant les restrictions concernant la pratique sportive, au moindre doute demandez avis à votre médecin, et de toute façon signalez-lui toujours que vous pratiquez un sport de

compétition s'il doit prescrire un médicament... En compétition, veuillez à avoir sur vous une copie de votre prescription à présenter lors de votre engagement à l'épreuve... Ainsi, vous éviterez bien des déboires suite aux conséquences des contrôles intertempistes de lutte contre le dopage...

LE CERTIFICAT MEDICAL A JOUR

Est-il encore utile de le rappeler, ce certificat médical est obligatoire pour avoir la licence. Il doit spécifier la possibilité de la pratique compétitive, et les éventuels sur classements si nécessaire (simple comme double) après avoir au préalable suivi les protocoles imposés.... Avec les nouvelles modalités de prise de licence, le président de club engage sa responsabilité personnelle sur le fait que Le certificat médical de son licencié est conforme à la réglementation en vigueur. Dès lors, seule la présentation de la carte licence à puce informatique suffit... La présentation de cette licence à puce confirme que les contrôles préalables ont bien été effectués par le club....

DE RETOUR APRES UNE BLESSURE...

Ne reprenez pas avant d'avoir revu votre médecin qui vous a soigné, méfiez vous des efforts trop intenses, trop rapides, sachez modérer vos ambitions... Méfiez vous des envies effrénées de reprise trop précoces... Suite à un traumatisme musculaire ou articulaire, voyez si possible un kinésithérapeute pour vous conseiller dans la graduation des efforts... Respecter votre corps, c'est protéger votre avenir sportif !

DIETETIQUE

Après avoir pas mal lu, et assisté à une journée de travail à l'IRBMS, Dr Verhaeghe va vous proposer un digest pratique sur ce sujet.... Des conseils simples sur ce qui est bien, ce qui est à éviter, ce qui est indispensable, ce qui est dangereux... Pour cela, il vous donnera rendez-vous sur le site de la ligue www.chtiescrime.com afin d'obtenir des précisions sur ce sujet.