

# MIVEL JÁRUL HOZZÁ A PARASPORT A SÉRÜLTEK REHABILITÁCIÓJÁHOZ?



Vereckei Zsolt

2016 – RIO DE JANEIRO paralimpia: 50m hát 3. hely  
2014 - Eindhoven EB 50m hát 2. hely  
2012 – LONDON paralimpia 50m hát 3. hely  
2011 - Berlin EB 50m hát 1. hely  
2010 - Eindhoven VB 50m hát 2. hely  
2008 – PEKING paralimpia 50m hát 3. hely  
2004 - ATHÉN paralimpia 50m hát 3. hely  
2000 - SYDNEY paralimpia 50m hát 1. hely  
1998 - Christchurch VB 50m hát 1. hely  
1996 - ATLANTA paralimpia 50m hát 1. hely  
1992 - BARCELONA paralimpia 50m hát 1. hely

Dr. Sós Csaba TF, tanszékvezető egy.doc., Úszás tanszék 2018.10.10.  
Siófok

## A rehabilitáció és a parasport közös pontjai

A rehabilitáció egy **multidiszciplináris** terület, **team** munkát igényel.

Az **úszás**, mivel vízben történik, **kitüntetett** helyet foglal el...

A sportrehabilitáció team munka		
rehabilitációs szakorvos	szakápoló	<b>gyógytornász</b>
<b>sportpszichológus</b>	<b>dietetikus</b>	fizioterápiás asszisztens
ortopéd műszerész	szociális munkatárs	rehabilitációs edző
<b>beteg családja, barátai</b>	<b>edző</b>	<b>csapat</b>

## Rehabilitáció:

**Testi:** orvosi → Beteg struktúra, beteg funkció → Normális struktúra, normális funkció  
sport → Normális struktúra, normális funkció → Szuper struktúra, szuper funkció  
fogyatékos sport → Beteg struktúra, beteg funkció → Szuper struktúra, szuper funkció

**Mentális:** Sors Tamás..., tanulás jelentősége

**Szociális:** Magyarország viszonyulása az élsportolókhoz (Izd. következő diákat)

Magyarország viszonyulása a fogyatékos élsportolókhoz: Szekeres Pál, Meilinger Csaba,

Csúri Ferenc, Adámi Zsanett

	Gyermek	Serdülő	Felnőtt
Ügyesség	xxx	—♂, — — ♀	—
Erő	—	x	xxx
Állóképesség			
<b>Aerob</b>	x	xxx	—
<b>Anaerob</b>	—	x	xxx
Hajlékonyság	xxx	—, —♂, — ♀	—
Gyorsaság	xxx	—	—

## Hidroterápia

### A gyógyvíz gyógyító hatása is jelentős

**Cardiovascularis hatás:** verőértérfogat nő, vénás visszaáramlás nő

**Renális hatás:** diuresis nő

**Neuromuscularis hatás:** lazító hatás

**Haematologiai hatás:** haemodilutio alakul ki

**Respiratorikus hatás:** vitálkapacitás csökken

**Felhajtóerő jelentősége**

**Hőmérséklet jelentősége**

**Hideg víz 22°C alatt:** RR nő, reflektorikus bradycardia

**Meleg víz 37 °C fölött:** RR csökken, relaxálódik az izom, nő a kollagén rostok nyújthatósága

de: gyulladás fokozódhat

### Abszolút ellenjavallatok

Szívkoszorúér betegség, nyugalomban is angina

Pacemaker

Labilis vagy gyógyszer mellett is hypertonia

Cardiovasculáris decompensatio

Légzési elégtelenség

Heveny gyulladásos vagy lázas állapotok

Bőrbetegségek

Fertőző betegségek

Krónikus senyvesztő betegségek

Eszméletvesztéssel járó állapotok, pszichózis

Malignus tumorok,  
Osteomyelitis

## Magaslati klíma

a légnyomás csökken, javul a légcsere a tüdőben,

növekszik a vérben a vörösvértestek száma és a hemoglobintartalom,

nő a vér viszkozitása.

anaemia, tüdőasztma, légúti hurutok, pajzsmirigy túlműködés esetén kiváló megelőző hatású,

tüdőasztma, légúti hurutok

## Mit, miből, mennyit... mikor???

A sportoló, edző, sportvezető és edző is türelmetlen,

**óriási nyomás az orvoson!**

Csak ésszerű kompromisszumokat köthetünk a

A sportrehabilitációban

az orvosszakma **PROTOKOLL KÖVETÉST**

a sportszakma **ENGEDMÉNYEKET VÁR**

## Mentális rehabilitáció



Kapcsolat az élsport és a tanulás közt

## Mentális rehabilitáció 2 Központi Sportiskola





## Mentális rehabilitáció 3

# MENEDZSELÉS



**Négyszeres egyetemi docensi fizetés, mint ösztöndíj  
Ma: Csillag program**

## MENTÁLIS REHABILITÁCIÓ 4 (OROSZOK ELTILTÁSA)



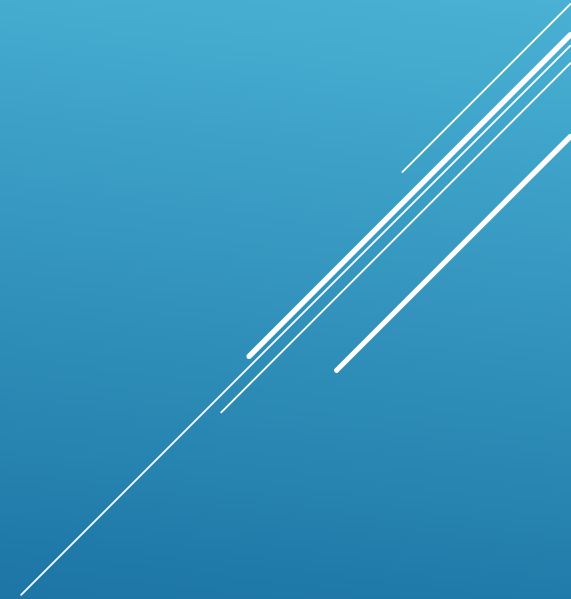
# MAGYAR TRADÍCIÓ



## Magyar tradíció 2



# MAGYAR TRADÍCIÓ 3



# MAGYAR TRADÍCIÓ 4





# MAGYAR TRADÍCIÓ 5





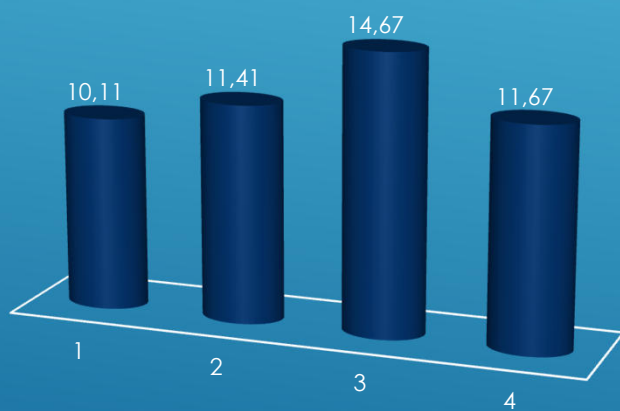




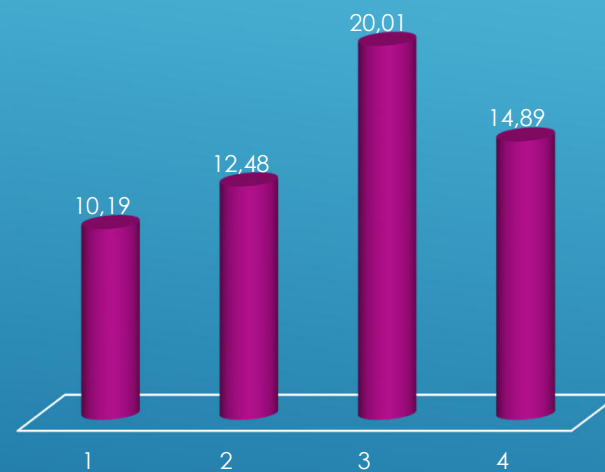
- **Aparasport** az utóbbi két évtizedben **valódi élsporttá** alakult.
- A részvevő versenyzők úszásban **ugyanannyit edzenek**, mint ép társaik, **de: csak karral úzás esetén:  $4 \text{ mmol} \cdot \text{l}^{-1}$ , (Csuri-Bari edzése)**. Megjelent a szárazföldi felkészítés is, természetesen figyelembe véve a fogyatékekéből származó korlátokat.
- Ugyanúgy járnak edzőtáborokba.
- Versenyrendszerük is egyre közelít az épekéhez.

# Eredmények

1996-2016 Férfiak



1996-2016 Nők



**Köszönöm szépen a figyelmet!**

A decorative graphic consisting of several parallel white lines of varying lengths, slanted diagonally from the bottom right towards the top right, located in the lower right quadrant of the slide.