

Na Lékařské fakultě Ostravské univerzity odstartoval II. ročník Akademie zdravého sportu

28.3.2025 - | Fakultní nemocnice Ostrava

Na Lékařskou fakultu Ostravské univerzity se včera opět sjeli trenéři profesionálních i amatérských sportovních klubů, které organizují sportování dětí a mládeže. Důvodem je unikátní projekt Akademie zdravého sportu, který trenéry vzdělává v oblasti správné rehabilitace a regenerace během sportovní zátěže.

„Chceme dát možnost každému trenérovi a fyzioterapeutovi, kteří pracují s dětmi a mládeží v různých sportech, aby měli možnost načerpat nové odborné informace a osobně si zkusili doporučené praktické postupy přímo v prostorách Cvičné nemocnice ostravské lékařské fakulty. Název „Akademie zdravého sportu“ reflektuje naši snahu o to, aby aktivní sportování dětí, mládeže a mladých dospělých nevedlo ke zbytečným úrazům a poškození zdraví, které ovlivní kvalitu jejich života i po skončení sportovní kariéry. Současně je naší snahou zabránit tomu, aby nesprávné přístupy, nedostatečná regenerace či přetěžování vedly k ukončení kariéry mladých sportovců a ke ztrátě talentů pro české reprezentační týmy,“ vysvětluje děkan Lékařské fakulty OU a zakladatel Akademie zdravého sportu Rastislav Maďar.

Stejně jako loni proběhla i letos první část a

akademie v simulačním centru. Na trenéry zde čekala přednáška zkušeného ortopeda Jiřího Stoška na téma včasné diagnostiky a terapie úrazu z pohledu sportovního lékaře. *„Posluchači se dozvěděli, jak postupovat při nejčastějších úrazech kolene, ramene a kotníku, jaké jsou trendy a novinky v oblasti ultrazvukové diagnostiky a nanoskopie,“* vysvětlil MUDr. Jiří Stošek, který přednášku doplnil o vlastní zkušenosti, a hlavně postřehy z praxe.

Součástí II. ročníku byl také praktický nácvik zaměřený na oblast strečinku a mobility, včetně základní pohybové přípravy. *„Zaměřili jsme se na vybrané rizikové partie horních a dolních končetin a trupu a upozornili jsme na základní chyby a nedostatky u cvičení těchto oblastí,“* přibližuje fyzioterapeut Mgr. Zdeněk Guřan z Kliniky rehabilitace a tělovýchovného lékařství Lékařské fakulty Ostravské univerzity a FN Ostrava.

Do projektu Akademie zdravého sportu se také letos opět zapojili studenti a vyučující studijního programu Zdravotnické záchranářství. V přízemí urgentního příjmu si pro trenéry připravili stanoviště neodkladné život zachraňující první pomoci. *„S trenéry jsme probrali například správný postup poskytnutí pomoci u osoby s poruchou vědomí nebo také to, kdy a jak správně použít automatizovaný externí defibrilátor,“* objasňuje ředitel Simulačního centra PhDr. Ing. Petr Matouch, Ph.D.

Akademie zdravého sportu odstartovala na podzim 2023 a skládala se celkem ze tří běhů, které v sobě zahrnovaly důležité přednášky i praktické workshopy. Všechny tři běhy se v průběhu roku 2024 zúčastnilo celkem 26 absolventů, kteří po skončení akademie získali osvědčení o jejím absolvování. Vzhledem k úspěchům prvního ročníku Akademie zdravého sportu se partnerem tohoto projektu stala Všeobecná zdravotní pojišťovna. Díky její podpoře mají účastníci možnost absolvovat celé teoretické i praktické školení zdarma a tím se zvyšuje jeho dosah i počet klubů a sportovců, kteří se akce mohou

zúčastnit.

<https://www.fno.cz/novinky/na-lekarske-fakulte-ostravske-univerzity-odstartoval-ii-rocnik-akademie-z-draveho-sportu>