

Liečba športovcov musí byť šetrná a efektívna

Rozprávame sa s telovýchovnou lekárkou

MUDr. Monikou Bartošovou

Ako telovýchovný lekár máte na starosti rôznych športovcov, ale venujete sa hlavne basketbalistkám, ktoré pripravujete na majstrovstvá sveta. Ako ich pripravujete na toto vrcholové podujatie a aké zranenia u nich najčastejšie liečite?

„So Slovenskou basketbalovou asociáciou spolupracujem od r.1997, kde pôsobím ako lekárka reprezentačných tímov. V príprave mám na starosti 16 členný tím dievčat, ktoré okrem tréningov a zápasov v klube absolujú 1x mesačne aj reprezentačné sústredenia s viac fázovým zaťažením. To predstavuje zvýšenú záťaž na ich organizmus. Medzi najčastejšie zranenia patria úrazy svalov, šliach, kolien, členkov a ramien.“

Ošetrovanie úrazov šliach, svalov a kĺbov sa venujete každodenne. Liečba týchto úrazov je určite časovo náročná. Navyše športovec by mal potom podávať 100% výkony. Čo všetko používate na vyliečenie týchto stavov? Stretli ste sa v poslednej dobe s nejakou liečebnou novinkou, ktorá by túto liečbu urýchlila?

„Starostlivosť o športovca po úraze, ktorý nevyžaduje operačné riešenie, začína rýchlym a správnym stanovením diagnózy, následnou konzervatívnou lokálnou a medikamentóznou liečbou, rehabilitáciou (RHB), až po podpornú liečbu – enzymoterapiu, kinezio-terapiu a v poslednom období sa osvedčila aj lokálna aplikácia kolagénových GUNA MD injekcií. Len komplexná liečba a spolupráca športovca umožní jeho vyliečenie a rýchly návrat do plnej záťaže.“

Spomenuli ste aplikáciu Guna MD injekcií. Mohli by ste nám bližšie priblížiť túto metódu a jej výhody?

„Pri úraze dochádza k poškodeniu spojivového tkaniva a v ňom sa nachádzajúcich kolagénových vlákien, ktoré sú súčasťou šliach, svalov, kĺbových puzdier a chrupaviek. Kolagén dodaný lokálne spolu s vybranými rastlinnými a minerálnymi pomocnými látkami vo forme injekcií má štruktúrny a ochranný účinok, zlepšuje mikroštruktúru a integritu kĺbového a spojivového tkaniva, čo následne vedie aj k analgetickému, protizápalovému a regeneračnému účinku, za súčasného zlepšenia pohyblivosti kĺbov. Výhodou tejto metódy liečby je, že môže byť podávaná zároveň s inou medikamentóznou liečbou, RHB liečbou bez kontraindikácií.“

Mohli by ste čitateľom povedať, ako sa tieto injekcie aplikujú?

„Injekcie môžu byť aplikované – podkožne, do svalov, ale aj priamo do kĺbu. MD injekcie stačí podávať v malých vpichoch podkožne, tenkou ihlou, takže je to prakticky bezbolestivá aplikácia. Kolagén v mieste vpichu vytvára tzv. depo, z ktorého sa vďaka rastlinným a minerálnym pomocným látkam postupne dostáva na miesto určenia. V prípade potreby sa však môžu injekcie podávať aj priamo do kĺbu.“

Ako skoro môže pacient profitovať z účinku týchto injekcií?

„Podľa mojich skúseností je nástup účinku liečby pozvoľný cca od 4-tej až 5-tej aplikácii. Najčastejšie podávam 10 injekcií z toho 4

injekcie v prvých dvoch týždňoch a následne 6 injekcií 1 krát týždenne.“

Táto otázka súvisí s tou predchádzajúcou. Mohli by ste nám uviesť nejaké prípady, pri akých stavoch ste aplikovali spomínané injekcie a s akým efektom?

„Z mojej praxe môžem uviesť ako príklad 35 ročného maratónskeho bežca, ktorý udával bolesti v lýtku cca od 20 km behu, pričom bolesti pretrvávali aj 2 dni po výkone, čo mu nedovoľovalo pokračovať v tréningovom procese. Bol vyšetrený ortopédom (röntgenové a ultrasonografické vyšetrenie lýtky), cievnym lekárom aj neurológom s negatívnym nálezom. Po zhodnotení výsledkov bolo vyslovené podozrenie na mikrotraumu v lýtkovom svalu. Pacientovi som aplikovala MD Muscle. Po šiestej aplikácii športovec začal s postupnou tréningovou aktivitou a cca mesiac po ukončení liečby absolvoval Košický maratón bez ťažkostí.“

Ďalej som liečila 25 ročného basketbalistu s natiahnutou dlhou hlavou dvojhlavého svalu ramena, s bolesťou a obmedzenou hybnosťou v ramennom kĺbe. Popri konzervatívnej medikamentózne liečbe (v trvaní 1 týždeň) mal aplikované injekcie MD Shoulder. Po 3 týždňoch bez tréningov t.z. po 5. aplikácii injekčnej liečby začal s postupnou záťažou, pričom pokračoval v injekčnej liečbe MD Shoulder 1x týždenne, spolu 10 aplikácií. Toho času podáva plný výkon, rameno je bez bolesti a obmedzenia hybnosti.

Pani doktorka, čo by ste na záver odkázali lekárom a športovcom?

„Pri tejto príležitosti by som chcela ešte vyzdvihnúť jednu dôležitú výhodu kolagénových MD injekcií, že nemajú dopingový charakter a sú teda vhodné aj pre vrcholových športovcov bez obmedzenia. Touto cestou by som sa chcela poďakovať kolegom z iných odborov za spoluprácu, ústretovosť a rýchlosť pri riešení zdravotných problémov športovcov.“

Za rozhovor ďakujem odborná redakcia Edukafarm.

INZERCIA

GUNA MD – injekcie

ŠETRŇÁ LIEČBA BOLESTÍ POHYBOVÉHO APARÁTU

Prípravky:

MD-Neck
MD-Neural
MD-Thoracic
MD-Lumbar
MD-Ischial

MD-Shoulder
MD-Small Joints
MD-Hip
MD-Poly
MD-Muscle

MD-Matrix
MD-Tissue
MD-Knee

Benefity:

- ✓ Zmiernenie bolesti a zlepšenie pohyblivosti svalov, kĺbov a chrčtice
- ✓ Spomalenie degenerácie kĺbov a pridružených tkanív
- ✓ Nežiaduce účinky neboli pozorované
- ✓ Bez liekových interakcií

www.inpharm.sk

GUNA

inPHARM
...the way we walk