



Basiscursus Sportgeneeskunde

Nationaal Sportcentrum Papendal te Arnhem

2016

Omschrijving van de cursus

Het belang van sporten en bewegen voor de gezondheid is inmiddels duidelijk erkend, ook in de medische wereld. De huidige medische opleiding gaat echter nog maar op zeer beperkte mate in op deze materie. In de dagelijkse praktijk worden artsen in toenemende mate geconfronteerd met vragen over sportblessures, een actieve leefstijl en sportadvisering bij patiënten met een chronische aandoening.

Tijdens de cursus komen de meest recente inzichten over de gunstige en nadelige effecten van sporten en bewegen aan bod. Er wordt uitgebreid ingegaan op het praktisch handelen in de praktijk door veel met casuïstiek, workshops en practica te werken.

De cursus is zeer praktisch van opzet en reikt kennis en vaardigheden aan over veel voorkomende sportmedische problemen uit de dagelijkse praktijk. Daardoor kunnen de verworven kennis en vaardigheden meteen in de dagelijkse praktijk toegepast worden. Van de cursisten wordt een actieve participatie verwacht.

Leerdoelen

- Kennis opdoen van het vakgebied en werkterrein van de sportgeneeskunde, de specifieke deskundigheden van de sportgeneeskunde en de positie van de sportgeneeskunde in de gezondheidszorg.
- Kennis verwerven van de gezondheidsbevorderende effecten van sportbeoefening.
- Kennis verwerven van veel voorkomende nadelige effecten van sportbeoefening.
- Kennis en vaardigheden opdoen om sport-/beweegadviezen op te stellen voor gezonde niet-sporters en personen met een aandoening.
- Kennis en vaardigheden verwerven met betrekking tot de preventie van sportgerelateerde aandoeningen.
- Kennis en vaardigheden verwerven op het gebied van de diagnostiek en behandeling van veel voorkomende sportgerelateerde aandoeningen.

Inhoud

1. Het specialisme sportgeneeskunde en de positie van de sportarts

Het vakgebied en werkterrein van de sportgeneeskunde en de nieuwe positie van de sportarts als geneeskundig specialist in het zorgstelsel zorg komen hierin aan bod.

2. Basisdisciplines en inspanningsbeïnvloedende factoren

Kennis in de basisdisciplines en inspanningsbeïnvloedende factoren zijn essentieel om het fenomeen van “de bewegende mens” beter te begrijpen. Er worden inleidingen gegeven over inspannings- en pathofysiologie van de cardiovasculaire, pulmonale, locomotore en metabole systemen. Aan bod komen de rol van sportvoeding en voedingssupplementen, en de effecten van geneesmiddelen (inclusief doping) op het bewegen/sporten.

3. De gunstige effecten van bewegen/sport voor de gezondheid

Er wordt ingegaan op de gezondheidswinst die door een actieve leefstijl behaald kan worden. De rol van bewegen en sport in de preventie en (adjuvante) behandeling van (chronische) aandoeningen, zoals obesitas, diabetes en hart- en vaat-aandoeningen komt aan bod.

4. De nadelige effecten van bewegen/sport voor de gezondheid

Veel aandacht wordt besteed aan veel voorkomende (overbelastings-)blessures en andere ongewenste effecten van sporten (o.a. overtraining, luchtwegproblemen). Er wordt uitvoerig ingegaan op klachtenbeelden, diagnostiek en behandeling.

5. Preventie / begeleiding

De diverse soorten sportmedische onderzoeken en sportkeuringen worden behandeld, evenals enkele specifieke sportmedische topics, zoals inspanningsastma en sporthart. Er wordt ingegaan op preventie, sportmedische advisering en de begeleiding van individuele sporters, teams en evenementen.

Opzet

De cursus is zeer interactief en praktijkgericht van opzet. Het geleerde kan de volgende dag meteen in de praktijk toegepast worden. Er wordt veel gewerkt aan de hand van casuïstiek (sportblessures, aandoeningen van overige orgaansystemen), er zijn workshops (bewegen voor gezonden en voor mensen met een chronische aandoening), veel vaardigheidstrainingen over het lichamelijk onderzoek van het bewegingsapparaat, en dagelijks een sportieve sessie waarin u zelf gaat bewegen/sporten.

De cursisten krijgen een cursusklafter die bedoeld is als naslagwerk.

Doelgroepen

Aios sportgeneeskunde, huisartsen, bedrijfsartsen, verzekeringsartsen, basisartsen, revalidatieartsen, overige artsen met belangstelling voor sportgeneeskunde of werkzaam binnen de sportgezondheidszorg.

Aantal deelnemers

Maximaal 24.

Docenten

- Esther Schoots, sportarts, Sportmedisch Adviescentrum, Utrecht;
- Willemien van Teeffelen, sportarts, Sportgeneeskunde.NL, Ravenstein;
- Edwin Goedhart, sportarts, Manager Sportgeneeskunde KNVB / Teamarts Nederlands Elftal;
- Fred Hartgens, sportarts, Maastricht UMC+ en Sportmedisch Adviescentrum Maastricht*Parkstad.

Cursusdatum

Deze 3-daagse cursus wordt in 2016 twee keer gehouden, te weten op 21, 22 en 23 april en op 29, 30 september en 1 oktober. De cursussen worden gehouden op het Nationaal Sportcentrum Papendal, Arnhem.

Accreditatie

De cursus is door het College voor Accreditatie van de KNMG voor huisartsen geaccrediteerd voor 24 punten. Doordat accreditatie is verleend aan huisartsen kunnen de punten ook bijgeschreven worden in het dossier van sociaal geneeskundigen buiten het eigen vakgebied. De cursus is door de ROMG geaccrediteerd voor OrthoManuele Artsen voor 12 uur vakspecifiek OMG en 12 uur algemeen. De cursus is door de VRA geaccrediteerd voor revalidatieartsen voor 18 punten.

Certificaat

De deelnemers ontvangen aan het einde van de cursus een certificaat.

Kosten

De prijs voor deze 3-daagse cursus bedraagt € 1.700,--. Deze prijs is inclusief maaltijden, koffie, thee en cursusmateriaal. Deze prijs is exclusief overnachtingen en het aan te schaffen cursusboek Clinical Sports Medicine van Karim Khan en Peter Brukner. De kosten van dit boek bedragen (gemiddeld) € 125,--. Het totale cursusbedrag (incl. cursusboek Clinical Sports Medicine) komt daarmee op € 1.825,--.

Artsen in opleiding ontvangen op de cursusprijs € 100,-- korting. Indien u wilt blijven overnachten, kunt u contact opnemen met de afdeling reserveringen van Papendal, tel. 026-4837203.

Inschrijven

Aanmelding voor de Basiscursus Sportgeneeskunde geschiedt via www.sportgeneeskunde.com/nascholingsagenda.

Wij verzoeken u het formulier te retourneren aan het secretariaat van:

Stichting Opleidingen in de Sportgezondheidszorg
Postbus 52
3720 AB BILTHOVEN; tel. 030-2252290, fax. 030-2252498

Tevens kunt u hier terecht met uw vragen. Inschrijving geschiedt op volgorde van datum inschrijving. Circa twee weken voor aanvang van de cursus wordt d.m.v. uw machtiging eenmalig het cursusgeld van uw bankrekening afgeschreven.



PROGRAMMA BASISCURSUS SPORTGENEESKUNDE

Dag 1.

09.30 uur Ontvangst met koffie en thee

10.00 uur Opening en inleiding
10.15 uur Ingangstoets
10.45 uur Inleiding Sport, bewegen en
Gezondheid

11.30 uur Pauze

11.45 uur Inleiding Sportgeneeskunde
12.15 uur Inspanningsgerelateerde klachten

13.00 uur Lunch

14.00 uur Sportblessures – casus lies
14.45 uur Preventie en begeleiding
15.30 uur Pauze, tevens verplaatsen naar locatie
fitness/omkleden
16.00 uur Clinic Fitness
17.00 uur Omkleden, tevens verplaatsen naar
restaurant

17.30 uur Diner

19.00 uur Introductie Fysische diagnostiek
bewegingsapparaat
19.15 uur Fysische diagnostiek bewegings-
apparaat – LWK, bekken, heup en enkel
20.00 uur Sportblessures – casus enkel
20.45 uur Einde eerste dag

Dag 2.

09.00 uur Inspanningsfysiologie
10.00 uur Sportblessures – casus achillespees

11.00 uur Pauze

11.15 uur Geneesmiddelen en Sport
12.15 uur Overtraining

Dag 2 (vervolg).

12.45 uur Lunch

13.45 uur Sportblessures – casus schouder
14.45 uur Fysische diagnostiek
bewegingsapparaat CWK & schouder
15.30 uur Pauze, tevens verplaatsen naar locatie
clinic/omkleden
16.00 uur Clinic Nordic Walking
17.00 uur Omkleden, tevens verplaatsen naar
restaurant

17.30 uur Diner

19.00 uur Sportblessures – casus onderbeen
19.45 uur Bewegen en chronische aandoeningen
20.45 uur Einde tweede dag

Dag 3.

09.00 uur Sportblessures – casus knie
09.45 uur Fysische diagnostiek
bewegingsapparaat knie

10.15 uur Pauze

10.30 uur Voeding en sport
11.30 uur Fysische diagnostiek
bewegingsapparaat – herhaling

12.15 uur Lunch

13.15 uur Refreshmentwalk met pedometer
13.45 uur Inspanningsastma
14.30 uur Sporthart
15.15 uur Eindtoets
15.45 uur Evaluatie – uitreiking certificaten
16.00 uur Afsluiting

De indeling van de lezingen verschilt per cursus.