Что такое спортивная медицина?

Спортивная медицина представляет собой часть клинической медицины, состоящей во врачебном наблюдении за занимающимися физической культурой и спортом. Такое врачебном наблюдение заключается в определении состояния здоровья, физического развития и правильного функционирования систем и органов у занимающихся физической культурой и спортом с целью выявления как положительного, так и возможного отрицательного влияния на организм наблюдаемого. После завершения наблюдения осуществляется определение тренированности спортсмена. Эти знания позволяют врачу, тренеру и самому спортсмену очертить пути совершенствования спортивного мастерства.

При этом очень важна совместная работа тренера и врача на тренировках и соревнованиях. Их наблюдения и выводы позволяют правильно спланировать тренировочный процесс.

Спортивная медицина не стоит на месте, ее методы исследования постоянно совершенствуются и развиваются. В последнее время большое внимание уделяется последствиям чрезмерных нагрузок, а также повреждениям и травмам, возникающим при этом. До недавнего времени изучались в основном спортивные травмы, однако современная спортивная медицина делает значимый акцент на предпатологических состояниях спортсмена и заболеваниях, которые могут возникнуть при перегрузке.

Спортивная медицина решает следующие задачи:

1) определять состояние здоровья и физического развития и наблюдать за их изменениями при физической нагрузке;

2) определять уровень тренированности спортсмена;

3) осуществлять диагностику и лечение спортивных травм, разработать меры профилактики;

4) совершенствовать старые и разрабатывать новые методы исследования для точной оценки состояния здоровья;

5) решать вопросы питания и санитарно-гигиенического обеспечения мест тренировок.

Все указанные мероприятия осуществляются спортивным врачом.