

# Az Országos Sportegészségügyi Intézet (OSEI) 2021. évi szolgáltatásai válogatott kerettagok részére



Az OSEI címe: 1113 Budapest, Karolina út 27. (bejárat a Diószegi út 64. felől)

Összeállította:

Dr. Toman József, a VKESZ vezető keretorvosa

e-mail: [vkesz@osei.hu](mailto:vkesz@osei.hu)

Megyeriné Szabó Anita, stratégiai igazgató

e-mail: [stratig@osei.hu](mailto:stratig@osei.hu)

Jóváhagyta:

Dr. Soós Ágnes, főigazgató főorvos

e-mail: [foig@osei.hu](mailto:foig@osei.hu)

# Tartalom

1	Válogatott Kereteket Ellátó Szolgálat (VKESZ), V21, SZ21.....	3
1.1	OSEI (Sportkórház) .....	3
1.2	Nemzeti Sportközpont.....	3
	Gerevich Aladár Nemzeti Sportcsarnok .....	3
	Dunavarsányi Olimpiai Központ.....	3
	Tatai Olimpiai Központ .....	3
2	Mozgásszervi ellátás .....	4
2.1	Sportsérülések ellátása az OSEI-ben.....	4
2.2	Mozgásterápia .....	4
2.3	Elérhetőség .....	5
3	Teljesítménydiagnosztika.....	5
3.1	Szolgáltatások.....	5
	Saját fejlesztésű Periodikus Funkcionális Teljesítménydiagnosztikai Rendszer.....	5
3.2	Elérhetőség .....	6
4	Dietetika .....	6
4.1	Sporttáplálkozási szolgáltatás.....	6
	Fő tevékenységi terület.....	6
	Kiegészítő szolgáltatások.....	6
	Szakmai háttér.....	7
4.2	Dietetikai munkacsoport elérhetősége .....	7
5	Pszichológia .....	7
5.1	Tapasztalatok .....	7
5.2	Komplex mentális felkészítő program .....	7
	Pszichésen egészséges sportolók felkészítése .....	7
	Pszichopatológiai problémák által akadályozott sportolók felkészítése .....	8
	A sportpszichológus feladatai a mai követelmények szerint .....	8
5.3	Pszichológiai munkacsoport elérhetősége.....	8
6	Informatika .....	8
6.1	OSEI-OSH-VKESZ Regiszter (Sportorvosi Regiszter) .....	8
	Fejlesztési irányok .....	9
6.2	Elérhetőség.....	9

# 1 VÁLOGATOTT KERETEKET ELLÁTÓ SZOLGÁLAT (VKESZ), V21, SZ21

---

## 1.1 OSEI (SPORTKÓRHÁZ)

- **Olimpiai Rendelő:** bejelentkezés a B304-es rendelőben (III. emelet), egyéni betegút szervezése
- **Kiemelt szűrővizsgálat:**
  - klinikai szűrés (sportorvosi + szakrendelések +kardiológia)
  - dietetikai felmérés
  - testösszetétel mérése
  - pszichológiai szűrés
  - eredmények ismertetése, konzultáció
- **Versenyzési engedélyt a helyszínen bepecsételjük, hozza magával!**
- !!! Kivéve: 35 éves vagy idősebb versenyző, labor, rizikó faktor
- Későbbi bepecsételés esetén a szűrővizsgálati dátummal kapja meg a sportorvosi engedélyt.
- **Szűrővizsgálatra bejelentkezés: [olimpia@osei.hu](mailto:olimpia@osei.hu), 2 héttel korábban!**
- **Call Center: soron kívüli ellátás biztosítása, 0-24h elérhető, ingyenes telefonszám (06-80-566-366), egyéni betegút szervezése, ellátás és rehabilitáció során a 11 kiemelt intézményben („országos lefedettség”).** (kivéve: SZ21)

## 1.2 NEMZETI SPORTKÖZPONTOK

### Gerevich Aladár Nemzeti Sportcsarnok

H:	7:00-16:00	fizikoterápia
K:	7:00-15:00	fizikoterápia
Sz:	7:00-16:00	fizikoterápia
Cs:	7:00-15:00	fizikoterápia
P:	7:00-13:00	fizikoterápia

### Dunavarsányi Olimpiai Központ

sportorvosi rendelés: változó munkarend

fizioterápiás kezelés: 8:00-16:00

### Tatai Olimpiai Központ

Dr. Varga Nóra sportorvosi rendelése: H-Sz-P: 8:00-15:20

Versenyzési engedély is!

Fizioterápiás kezelések: H-P, 8:00-19:00

- Cryofos hidegterápiás készülék: bőrt nem fagyasztja
- Hivamat 200 mélyoszillációs készülék: sérülést követően azonnal használható, nem kell napokat várni

## 2 MOZGÁSSZERVI ELLÁTÁS

---

### 2.1 SPORTSÉRÜLÉSEK ELLÁTÁSA AZ OSEI-BEN

- ún. **minimális invazivitású** és csökkentett invazivitású műtétek alkalmazása
- **artroszkópos sebészet**, az ízületek megnyitása nélkül végzett, ún. fedett műtétek közismerten a legjobb eredményeket adják
- **speciális sportsebészeti beavatkozások**
- **ízületi instabilitások** ellátása
- mindezek lehetőséget nyújtanak betegeinknek a **sportba való minél korábbi, de biztonságos visszatérésre**

### 2.2 MOZGÁSTERÁPIA

- **edzésekhez kapcsolódva bemelegítés, levezetés** megtartása az edzés helyszínén (csoportos torna) **(térítésmentes)**
- **egyéni prevenciós és rehabilitációs tréning** az edzés helyszínén / az OSEI-ben **(térítésmentes)**
- **telemedicina program** (Kajak-Kenu Szövetség)
- **speciális eszközök** (Vibroplate, lökéshullám) **(szűrővizsgálatra jogosult sportolók esetében térítésmentes)**
- **fizioterápiás funkcionális vizsgálat (a szűrővizsgálati csomagba építve)**
  - **mozgásminták vizsgálata**
  - **prevenció:** panaszok, sérülések kialakulásának megelőzése / csökkentése
  - **rehabilitáció:** **egyéni szabott terápia** alkalmazása (még a panaszok kialakulása előtt)
  - **FMS-re épített vizsgálat** (edzőkkel való együttműködést segíti) (de: fizioterápiás funkcionális vizsgálat ≠ FMS)

## 2.3 ELÉRHETŐSÉG

Bokor Zsófia: vezető gyógytornász

e-mail: [bokor.zsofia@osei.hu](mailto:bokor.zsofia@osei.hu)

Bacsikai Katalin: gyógytornász-fizioterapeuta, okleveles fizioterapeuta (Msc)

e-mail: [bacsikai.katalin@osei.hu](mailto:bacsikai.katalin@osei.hu)

## 3 TELJESÍTMÉNYDIAGNOSZTIKA

---

Az újkori olimpiák időszámítása szerint az ötvenes években létrejött Sportkórház első spiroergometriás, majd teljesítmény-élettani laboratóriuma a **magyarországi teljesítménydiagnosztika bölcsőjeként és úttörőjeként** a 60-as évek óta szolgálja a magyar sportot.

### 3.1 SZOLGÁLTATÁSOK

Mit tud jelenleg nyújtani a Sportkórház?

- **Hitelességet**, hiszen a 65 éve szolgálja a magyar sport és biztosítja a szövetségek részére a sportegészségügyi háttérrel.

**Mit tud nyújtani a több mint 50 éves Teljesítmény-diagnosztikai Kutató Osztály?**

- **Garanciát** az Önök által küldött sportolók szakértelemmel történő ellátására.
- Ennek részeként személy szerint **20 év szakmai tapasztalat és közel 150 ezer munka és sportélettani vizsgálat**, összesen **több mint 40 sportágban**.

**6 év alatt a teljesítménydiagnosztikai beavatkozások száma közel hétszeresére növekedett.**

London és Rió esetében a kvalifikáltak közül közel 50 % járt TD vizsgálaton, és csak 20 % rendszeresen. A fejlődés kulcsterülete a teljesítménydiagnosztika, hiszen objektív kontrollt jelent, és az edzés módszertani fejlődéshez nélkülözhetetlen.

Szakmai kínálat

#### **Saját fejlesztésű Periodikus Funkcionális Teljesítménydiagnosztikai Rendszer**

Hazai szinten úttörő és egyedülálló rendszer. Nemzetközileg is kuriózumnak számít, összetettsége - méretei - képességei és kapacitása alapján. Offenzív preventív stratégia. A funkcionális szervrendszerek edzetségi állapotának objektív jellemzése digitalizált folyamat menedzseléssel.

A különleges vizsgálati rendszer antropometria, szív-keringés, légzés, anyagcsere, statika, állóképesség, ideg izom rendszer, kognitív és mentális képesség területeken ad objektív, sportág és egyén specifikus visszacsatolást az edzésadaptációról a sportoló és edzői stábjára részére.

A szűrővizsgálaton átesett és érvényes sportorvosi engedéllyel rendelkező sportolók részére. Bázis, kontroll és pályavizsgálatok. Laboratóriumi és pályakörülmények között. Folyamat elven éves, havi és heti periodizációban, amelynek legmagasabb szintjeként opcionális szolgáltatásként napi nyomon követés.

## 3.2 ELÉRHETŐSÉG

Dr. Kovács Péter PhD

e-mail: [kovacs peter@osei.hu](mailto:kovacs peter@osei.hu)

# 4 DIETETIKA

---

## 4.1 SPORTTÁPLÁLKOZÁSI SZOLGÁLTATÁS

### Fő tevékenységi terület

- **Személyre szabott sporttáplálkozási tanácsadás** → cél: a lehető legmagasabb színvonalú szolgáltatás
  - Testösszetétel mérés
    - InBody 720-as testösszetétel mérő készülék → a bioelektromos impedancia elven működő készülékek közül a legjobb
    - Első találkozás + kontroll mérések (változások monitorozása)
    - Mérést megelőző protokoll → a sportoló a lehető legjobb állapotban érkezik a mérésre → pontos, jól használható, összehasonlítható eredmények
  - Részletes táplálkozási anamnézis felvétele
  - Táplálkozási napló kiértékelése
  - Laboreredmények figyelembe vétele (lehetőség a vizsgálatok helybeni elvégzésére)
  - Rövid-, közép- és hosszú távú célok kitűzése
  - Energia- és tápanyagbeviteli javaslat készítése folyadékpótlási stratégiával
  - A megvalósításhoz részletes instrukciók + mintaétrend biztosítása
  - Folyamatos konzultáció, rendszeres kontroll mérések, tapasztalatok megbeszélése → információk értékelése → étrend finomhangolása és az éppen aktuális igényekhez igazítása (optimalizálás)
- **Oktatások, előadások** → sporttáplálkozással kapcsolatos ismeretek növelése (sportoló, edző, szülő), edzőkkel történő együttműködés

### Kiegészítő szolgáltatások

- Utazások, versenyek, edzőtáborok alatti **étrend megtervezése**

- **Helyszíni segítség** a táplálkozási terv összeállításához szükséges adatok begyűjtéséhez (pl. verejtékezés ráta meghatározása → folyadékpótlási stratégia kidolgozása)
- Szakértői tevékenység sporttáplálkozással kapcsolatos kérdésekben (pl. **sportesemények élelmezési feladatainak** támogatása, **szakmai állásfoglalások** készítése)

#### **Szakmai háttér**

- **Dietetikusok**
- **Nemzetközileg elfogadott oklevéllel rendelkező sporttáplálkozási szakember**
- **Szakmai munka a nemzetközi standardoknak és irányelveknek megfelelően (pl. étrend-kiegészítőkkel kapcsolatos kérdések)**

## **4.2 DIETETIKAI MUNKACSOPORT ELÉRHETŐSÉGE**

- **Dr. Téglásy György: belgyógyász, sportorvos, ELTE TÓK oktató**  
→ e-mail: [teglagy@osei.hu](mailto:teglagy@osei.hu)
- **Dr. Boros Szilvia PhD: sportorvos (PhD: sporttudomány), ELTE oktató**  
→ e-mail: [boros.szilvia@osei.hu](mailto:boros.szilvia@osei.hu)
- **Kelemen Piroska: dietetikus**  
→ e-mail: [dietetikus@osei.hu](mailto:dietetikus@osei.hu)

# **5 PSZICHOLÓGIA**

---

## **5.1 TAPASZTALATOK**

Felkészítés: változatos kép (Rioi Olimpia!)

- jól felkészített sportolók
- ijesztő összeomlások (szakmai okok a háttérben: felkészítés jelentős/teljes hiánya, fel nem tárt/nem kezelt pszichopathológiai problémák)

## **5.2 KOMPLEX MENTÁLIS FELKÉSZÍTŐ PROGRAM**

### **Pszichésen egészséges sportolók felkészítése**

- Visszajelzések, konzultációk sportolóval edzővel egyaránt
- Felkészítési terv összeállítása (egyénnre/csapatra szabott!) a sportoló hatékonyságának érdekében

- Módszerek kiválasztása: pszichoterápiás módszerek kombinációi alapján

#### Pszichopatológiai problémák által akadályozott sportolók felkészítése

- Felkészítő munka előtt/alatt  **folyamatos pszichoterápia javasolt!**

#### A sportpszichológus feladatai a mai követelmények szerint

- Szűrő és-sportpszichológiai vizsgálatok
- Konzultációk
- Személyiségfejlesztő programok a sportolók teljesítmény-növelésének érdekében
- Mentális felkészítés a téthelyzetekre
- Pszichopatológiai problémák kezelése
- Egyéni/csapat sportokban elősegíti a kapcsolati viszonyok és kommunikáció fejlesztését
- Utánpótláskorú sportolók esetében segíti az edzőket a tehetségek kiválasztásában
- Segíti az élsporttól visszavonuló sportolót új életterének kialakításában

### 5.3 PSZICHOLÓGIAI MUNKACSOPORT ELÉRHETŐSÉGE

- **Harasztiné Sárosi Ilona: klinikai szakpszichológus, sportolókkal több évtizedes tapasztalat**  
→ e-mail: [harasztine@osei.hu](mailto:harasztine@osei.hu)
- **Dr. Kalamár Hajnalka: klinikai gyermek szakpszichológus, sportolókkal 10 éves tapasztalat**  
→ e-mail: [kalamar.hajnalka@osei.hu](mailto:kalamar.hajnalka@osei.hu)

## 6 INFORMATIKA

---

### 6.1 OSEI-OSH-VKESZ REGISZTER (SPORTORVOSI REGISZTER)

- 2011: az informatikai fejlesztés kezdete
- 2013. július 1.: tesztidőszak
- 2014. július 1.: éles üzem



### **Fejlesztési irányok**

- 2014: Magyar Labdarúgó Szövetség interfész
- 2015: Válogatott Kereteket Ellátó Szolgálat ellátási adatainak rögzítése
- 2016: online sportolói lekérdezési lehetőség: <https://online.osei.hu/engedely-ellenorzes/>



- 2017-2018: sportági szövetségek interfészkiakítás;  
informatikai eszközfejlesztés;  
sportegészségügyi szabályzat;  
sportsérülés és sportegészségügyi nyilvántartás
- 2020: sportági szövetségek részére egyéni sportorvosi engedély érvényességi adatok lekérdezésének biztosítása szövetségi hozzáféréssel; megújult előjegyzési rendszer:  
<https://online.osei.hu/bejelentkezes>

## **6.2 ELÉRHETŐSÉG**

**Megyeriné Szabó Anita, stratégiai igazgató**

→ e-mail: e-mail: [stratig@osei.hu](mailto:stratig@osei.hu)





## KÖZPONTBAN AZ IFJÚSÁG / YOUTH IN THE CENTRE

*Dorothy*

### **Kérelem**

*Tisztelt Magyar Ökölvívó Szakszövetség!*

Kérem, engedélyezzék a Központi Sport és Ifjúsági Egyesület Ökölvívó Szakosztálya számára hogy a 2020-as SportXXI. támogatás felhasználási időszakát egy hónappal, 2021. január 31. meghosszabbítsa. Kérelmemet azzal indokolnám, hogy a 2020-as évben a COVID járvány alatt kialakuló helyzetben a betervezett versenyek legnagyobb része elmaradt így felhasználást át kellett ütemezni. Megértésüket köszönöm!

Budapest 2020. 12. 17.

*László Zsoldos!*

**Törteli Ferenc**  
Szakosztályvezető

