



## ORSZÁGOS SPORTEGÉSZSÉGÜGYI INTÉZET

Dr. Soós Ágnes, főigazgató főorvos  
Dr. Toman József, VKESZ vezető keretorvos  
1113 Budapest, Karolina út 27.

Levelezési cím: 1525 Bp. 114. Pf. 39.  
Tel.: (1) 488-6111 E-mail: foig@osei.hu



### Országos Sportegészségügyi Intézet és a Válogatott Kereteket Ellátó Szolgálat által kiadott

### Állásfoglalás a COVID-19 pandémiás helyzettel kapcsolatosan

A COVID-19 pandémiás helyzetnek megfelelően az EMMI Közigazgatási Államtitkársága Pandémiás Terv haladéktalan kidolgozására utasította Intézetünket. Az elrendelésnek megfelelően 2020. 03. 11-én Pandémiás Vezetői Csoport jött létre az OSEI-ben, melynek a Terv kidolgozásán túl alapvető feladata volt valamennyi szervezeti egységére kiterjedően intézkedési terv kidolgozása, amely alapján a sportegészségügy új betegellátási rendje kialakításra került egy veszélyhelyzet időtartamára. Az intézkedési tervek megfelelőségének felülvizsgálata az azóta a Kormány által kihirdetett veszélyhelyzet, valamint a 2020. március 15-én Prof. Dr. Kásler Miklós, az emberi erőforrások minisztere és Prof. Dr. Horváth Ildikó egészségügyért felelős államtitkár egészségügyi ellátások végzésére vonatkozó utasításának megfelelően megtörténtek.

A fentieknek megfelelően az **Országos Sportegészségügyi Intézet és a Válogatott Kereteket Ellátó Szolgálat** a következő állásfoglalást dolgozta ki a jelenlegi rendelkezések keretében:

A válogatott kerettagok edzései és sporttevékenysége vonatkozásában:

- A közös edzéshelyszínekre **2 darab, 3 nap különbséggel levett COVID-19 PCR negatív teszteredménnyel léphet be sportoló és stábtag**. A tesztek között és után szigorú önkéntes karantén szabályoknak szükséges mindenkinek alávetni magát, hiszen a két teszt közötti, vagy a tesztek elvégzését követő karantén- és higiénés szabályok be nem tartása fertőzéshez és kockázatnövekedéshez vezethet. Bármilyen közös edzés látogatása csak a 2 azonosan negatív eredmény kézhezvételét követően lehetséges. Ezzel kapcsolatos fontos tudnivalók:
  - PCR teszteredmények között sok az álnegatív (úgy negatív, hogy az alany valójában pozitív és fertőzhet is)
  - A szerológiai gyors tesztek között sok az álpozitív (más betegségek miatt termelődő antitestek megzavarják)
  - Nincs gyors, objektív, megbízható és olcsó teszt. Az eredményeket ezért nagyon kritikusan kell kezelni. A WHO külön felhívja a figyelmet a hamis tesztek, gyógyszerek és fake news veszélyére. Ezért mindenki körültekintően döntsön, rendeljen, majd kezelje az eredményeket.
- A tesztelés nehézsége és az eredmények nem megengedhető bizonytalansága miatt elsősorban az **izolált, otthoni edzéseket** javasoljuk minden sportolónak.
- Az Országos Sportegészségügyi Intézetben működő **Call Center** 24 órában változatlanul fogadja a válogatott és válogatott utánpótlás sportolók hívásait. Az aktuális COVID-19 prevenciók tájékoztató anyagok alapján az Intézethez forduló sportolóknak tájékoztatást adnak a járványügyi helyzetben követendő magatartásról, a betegség tüneteiről, és az ezek észlelése utáni teendőkről.
- **Amennyiben mégis közös edzésre kerül sor:** Az edzés helyszínére illetéktelen személy nem léphet be! Törekedni kell az edzések **létszámának** extrém alacsonyan tartására, valamint arra, hogy amennyire lehet térben elkülönítve legyenek a top-versenyzők.

- Az edzés helyszínére minden sportoló, stábtag, egészségügyi személyzet vagy egyéb munkatárs csak contactless (érintés nélküli) testhőmérséklet ellenőrzést követően léphet be. Ugyanez az eljárás minden belépéskor, újra meg újra mérni kell, minden visszatérés esetén is. Amennyiben a testhőmérséklet meghaladja a 37,3°C-t, értesítik a helyszínen tartózkodó felelős sportági vezetőt, aki köteles az erre a célra rendszeresített, mellékelt kérdőív – megfelelő védőfelszerelésben történő - kitöltetéséről gondoskodni, illetve intézkedik a sportoló, stábtag vagy dolgozó további sorsát illetően, de az edzésre nem léphet be! Erről nyilvántartást kell vezetni.
- Minden új résztvevő COVID-19 kockázatelemző kérdőív kitöltését követően kezdheti csak el a közös edzéstevékenységet.
- A lázas, köhögő, izom-ízületi fájdalmas, hasmenéses, gyengeség tüneteivel jelentkezőt **azonnal elkülöníteni**, a szükséges és indokolt lépéseket (jelentés, elkülönítés, mentőhívás, kórházi jelentkezés) megtenni! A többieknek szigorúan el kell kerülni a tüneteseket!
- Kerülni kell a felesleges közvetlen testkontaktot (érintések, kézfogás, öklözés, pacsí). Amikor csak lehet, mindenkitől **2 méteres** távolságot szükséges tartani.
- Fontos a saját arc, szem, száj érintésének a kerülése.
- Köhögés-tüsszentés hatékony elfedése zsebkendővel (annak szabályos hulladékkezelése), kézzel (utána azonnal a kéz fertőtlenítése), könyökhajlattal (a ruhák is fertőzhetnek)!
- Minden sporteszköz, karbantartó eszköz kizárólagos használata, vagy fertőtlenítése a használat előtt és után!
- **Kézmosás** (legkevesebb 20 másodperc, minden területre kiterjedően) és **fertőtlenítés** (szárazra törölt kézen) minden étkezés előtt és után, minden mosdóhasználat után, minden köhögést és tüsszentést követően, sőt időnként csak úgy is.
- **Bőrápolás**, mert a fertőtlenítőktől kiszáradt, berepedezett bőr hatékonyabban viszi tovább a fertőzést.
- Maszkhordás indokolt, de ne érintsük sem a belső, sem a külső felszínét, csak a gumit vagy a kötőjét. Az **egyszerhasználatos maszk** az opció, használat után veszélyes hulladékként kezeljük, dobjuk el!
- Sem kulacs, sem törülköző nem lehet közös használatban!
- Vegyük figyelembe, hogy egy sérülés kórházi ellátása a fertőzés kockázatával jár. A **sérülésmegelőző-prevenációs** technikák most még fontosabbak. Aki elkerül egy sérülést és emiatt távol tartja magát a kórháztól (potenciális fertőzésforrás), az csökkenti a saját kockázatát a COVID-19 fertőzésre is.
- A V20/SZ20 (OSEI Call Center, MOB által jóváhagyott) sportolói, a KEP-es edzők, az olimpiai éremszerzők, sportszakemberek részére életet veszélyeztető vagy a tartós egészségkárosodás veszélyével járó sérülések **műtéti ellátására** az Országos Sportegészségügyi Intézet (Sportkórház) eljárásrendet készített.
- A Sportkórház telefonon, **online térben** szakorvosi rendelésekkel, távkonzultációval, e-recept felírással igyekszik segíteni a sportolók veszélyhelyzet alatti ellátását (részletek a honlapunkon: [www.osei.hu](http://www.osei.hu)). Kialakításra került továbbá az online diétetikai és gyógytornász aktivitás is. Ezek elérésében is nyújt segítséget az OSEI Call Center (**06 80 LONDON = 06 80 566 366**)
- A jelen pandémiás helyzetben fontos sportolóink **mentális egészségének** megőrzése (létbizonytalanság, olimpia halasztása, kvalifikációs bizonytalanság, ellenfeleim edzhetnek? Hogyan védhetem meg a családomat?) fontos. Sportpszichológusaink is elérhetőek online, illetve telefonon a Call Centeren keresztül.

- Figyelem! A határhelyzeti vagy csúcsterhelés, esetleg a **túledzettség** csökkent hatékonyságú immunválasszal jár. Növeli a COVID-19 esendőséget.
- Az esetleges **tiltólistás** szerek-eljárások vértlen vagy szándékos alkalmazása (a csábítás, hogy most kevesebb az ellenőrzés) gyengíti az immunválaszt, esendőbbé tesz a vírusfertőzés kialakulásával kapcsolatban. Ilyen immunállapotban könnyebben alakul ki a betegség súlyosabb, életet is veszélyeztető formája, a szövetközi tüdőgyulladás!!!
- Az Országos Sportegészségügyi Intézetben és az Országos Sportegészségügyi Hálózat rendelőiben a sportorvosi vizsgálatok, **sportorvosi engedélyek kiadása visszavonásig szünetel.**
- Az **esetleges pozitív COVID-19 teszt esetén** (sportoló, stábtagnak, közvetlen családtag) kontaktok feltérképezésével, másik sportágnak, érintett egészségügyi személyzet listájával kérünk **azonnali értesítést** a [foig@osei.hu](mailto:foig@osei.hu) és [vkesz@osei.hu](mailto:vkesz@osei.hu) címekre. A jelentésnek tartalmaznia kell a teszt időpontját, az eredmény kiadásának időpontját, a végző labort, a teszt nevét, fajtáját, az érintett beteg adatait.

Budapest, 2020. április 2.

Dr. Toman József  
VKESZ vezető keretorvos s.k.

Dr. Soós Ágnes  
főigazgató főorvos s.k.