

# **SPORTORVOSTAN**

## **Mozgásszervi tételek**

1. Sportsérülések fogalma, felosztása, etiológiája
2. Sportsérülések megelőzése
3. Sportsérülések diagnosztikája
4. Az akut sportsérülések ellátásának általános elvei
5. A túlterheléses sérülések ellátásának általános elvei
6. A fej és nyak sportsérülései
7. A mellkas és a has sportsérülései
8. A vállöv sportsérülései
9. A könyök sportsérülései
10. Az alkar, csukló és kéz sportsérülései
11. A medence, csípőtáj és a comb sportsérülései
12. A térdízület akut sportsérülései
13. Térdízületi szalagsérülések és krónikus instabilitás
14. Meniscus sérülések
15. A hyalinporc károsodása, sérülése
16. A térdtáji túlterheléses sérülések
17. A lábszár sportsérülései
18. A boka sportsérülései
19. A láb sportsérülései
20. Scheuermann-betegség, scoliosis, spondylolysis
21. Arthrosis és sport
22. Gyermekek és serdülők sportsérülései

## **Sportélettani tétel**

1. Mozgásszabályozás, mozgástanulás
2. Az endokrin szabályozás sportvonatkozásai
3. Az izomműködés mechanikai tulajdonságai: izometriás, anizometriás izommunka
4. Az izomműködés energia forrásai
5. A fáradás fogalma, lehetséges okai
6. Bemelegítés, holtpont, izomláz
7. Erő fogalma, fajtái, fejlesztési elvei
8. A gyorsaság összetevői, az állóképesség fogalma, fejlesztése
9. A vér összetétele, szerepe a sportban
10. A rendszeres edzés hatása a légzésre
11. A szív edzettségi jelei
12. Keringés a terhelés alatt, egyes szervek vérellátása
13. Energia forgalom, napi energia egyensúly
14. Fehérjék, szénhidrátok, zsírok szerepe a sportolók táplálkozásában
15. Rutin vizeletvizsgálat sportorvosi jelentősége
16. A kondicionális állapot ellenőrzése
17. Spiroergometriás vizsgálatok
18. Doppingkérdés
19. Fiatalok sportjának sajátosságai
20. Időskori sportolás

## **Sportbelgyógyászat/Kardiológia**

1. Fizikai aktivitás szerepe néhány belbetegség prevenciójában
2. Fizikai aktivitás szerepe néhány belbetegség kezelésében
3. Sportolás I. és II. típusú cukorbetegség esetében
4. Obesitas diagnosztikája és kezelési elvei
5. Gyógyszeres kezelés és dopping vizsgálat
6. Fizikai aktivitás szerepe az egészség/fittség megőrzésében, fejlesztésében
7. Hipertónia és sport
8. Sportolás közbeni hirtelen szívhalál megelőzésének lehetőségei
9. Sportterhelések kardiológiai klasszifikációja
10. Ingerképzés és vezetés zavarainak elbírálása sportolás szempontjából
11. Szívbillentyű hibák sportkardiológiai megítélése
12. Ischaemiás szívbetegség és sport
13. Cardiomyopathiák sportorvosi elbírálása
14. Sportorvosi alkalmassági és időszakos vizsgálat irányelvei

## **Ajánlott irodalom:**

- 1) *A sportorvoslás alapjai. Szerk.: Dr. Jákó P., Országos Sportegészségügyi Intézet, Budapest, 2003.*
- 2) *Pavlik G.: Élettan – sportélettan 2013. Medicina, Budapest*
- 3) *Martos É., Halasi T., Jákó P., Sidó Z., Schiszler G.: A sportorvosi alkalmassági és szűrővizsgálatok. Az Országos Sportegészségügyi Intézet szakmai útmutatója. Sportorvosi Szemle 55 46-85 (2014)*
- 4) *Pavlik G., Jákó P, Préda I, Sidó Z: A sportolás közben fellépő hirtelen szívhalál megelőzésének lehetőségei. Sportorvosi Szemle 55 93-110 (2014)*