



Hälsodeklaration Tävlingslicens

Denna hälsodeklaration är ett självskattningsverktyg för att bedöma din lämplighet att tävla i karate. Efter att du svarat på frågorna nedan, glöm inte att kryssa i rutan på sida 1 om att du tagit del av hälsodeklarationen innan du ansöker om licens.

1. Har du några långvariga (kroniska) sjukdomar eller tillstånd som kräver läkarkontroller och/eller medicinering (t ex astma, diabetes, epilepsi)?

JA NEJ

Informera det medicinska teamet då du ska tävla om du har några långvariga sjukdomar eller tillstånd som kan kräva medicinering eller annan åtgärd under tävlingen (t ex astmamedicinering, insulinbehandling). Om du är osäker på om det p g a din sjukdom eller ditt tillstånd är olämpligt för dig att delta i karatetävlingar, kontakta medicinska kommittén: medicin@swekarate.se

2. Använder du regelbundet något läkemedel eller kosttillskott?

JA NEJ

Observera att det är varje utövares skyldighet att kontrollera att de läkemedel och kosttillskott hen intar inte är förbjudna enligt WADAs antidoping reglemente och vid behov ansöka om dispens för icke tillåtna läkemedel. För mer info se: <https://www.antidoping.se/>

3. Har du någon allvarlig allergi som krävt behandling på sjukhus?

JA NEJ

Informera det medicinska teamet då du ska tävla om du lider av en allvarlig allergi som krävt behandling på sjukhus.

4. Har du haft någon hjärnskakning senaste året?

JA NEJ

5. Blev du avstängd från tävling?

JA NEJ

6. Har du kvarvarande symtom?

JA NEJ

Om du har kvarvarande symtom efter en hjärnskakning (t ex yrsel, huvudvärk, illamående, koncentrationssvårigheter, minnesproblem) är det inte lämpligt att delta vid karatetävlingar, även om avstängningen löpt ut eller skadan inträffade på träning. Kontakta medicinska kommittén för vidare bedömning.

7. Har du någon ärftlig hjärtsjukdom i släkten (t. ex. rytmrubbningar, hjärtmuskelsjudomar, fel på hjärtklaffar)?

JA NEJ

8. Har du någonsin swimmat (utan förvarning) under ansträngning?

JA NEJ

9. Har du upplevt hjärtklappning/hjärtrusningar i vila?

JA NEJ

Om du har svarat ja på någon av frågorna 7-9 kan du vara aktuell för utökad hjärtscreening innan du tävlar. Kontakta medicinska kommittén för mer information.

10. Har du några aktuella skador?

JA NEJ

Det är upp till dig att bedöma om det är lämpligt för dig att tävla med hänsyn till en skada. Kom ihåg att alla typer av tejpling, bandage, ortos och liknande ska godkännas av tävlingsläkaren före matchstart i kumite.

11. Känner du dig fullt frisk?

JA NEJ

Tävla bara då du känner dig fullt frisk. Avvakta minst 2 dygn efter att du haft en infektion med feber eller allmänpåverkan.