



Kwartalnik wydawany we współpracy z Małopolskim Oddziałem PTMS oraz Zakładem Medycyny WF i Sportu AWF w Krakowie

Periodyk sportowo-lekarski dla lekarzy, trenerów, nauczycieli, studentów, zawodników, ratowników, organizatorów kultury fizycznej oraz wszystkich zainteresowanych wszelkimi formami aktywności fizycznej.

Redakcja

Wojciech Gawroński – Redaktor naczelny
Zbigniew Szyguła – Z-ca redaktora naczelnego

Rada Naukowa

Prof. dr hab. Tadeusz Bober
Wyższa Szkoła Fizjoterapii, Wrocław

Prof. dr hab. med. Wojciech Drygas
Uniwersytet Medyczny, Łódź

Prof. dr hab. med. Artur Dziak
Akademia Medyczna, Warszawa

Prof. dr hab. med. Jan Górski
Akademia Medyczna, Białystok

Prof. dr hab. med. Anna Jegier
Uniwersytet Medyczny, Łódź

Prof. dr hab. Hanna Kaciuba-Uściłko
Polska Akademia Nauk, Warszawa

Prof. dr hab. Barbara Kłapińska
Akademia Wychowania Fizycznego, Katowice

Prof. dr hab. med. Zofia Knychalska-Karwan
Coll. Med. UJ, Kraków

Prof. dr hab. med. Romuald Lewicki
Akademia Świętokrzyska, Kielce

Prof. dr hab. Grażyna Lutosławska
Akademia Wychowania Fizycznego, Warszawa

Prof. dr hab. med. Krystyna Nazar
Polska Akademia Nauk, Warszawa

Prof. dr hab. Aleksander Ronikier
Akademia Wychowania Fizycznego, Warszawa

Prof. dr hab. med. Jerzy Smorawiński
Akademia Wychowania Fizycznego, Poznań

Prof. dr hab. med. Krzysztof Spodaryk
Akademia Wychowania Fizycznego, Kraków

Prof. dr hab. med. Tadeusz Trzaska
Akademia Wychowania Fizycznego, Poznań

Prof. dr hab. med. Andrzej Wall
Akademia Medyczna, Wrocław

Dr hab. med. Jerzy Widuchowski
Wojewódzki Szpital Chirurgii Urazowej, Piekary Śląskie

Dr Andrzej Ziemia
Polska Akademia Nauk, Warszawa

Wydawca: Medicina Sportiva
www.medicinasportiva.pl

Medicina Sportiva Practica jest miejscem wymiany doświadczeń, wiedzy i poglądów pomiędzy wszystkimi zainteresowanymi medycznymi aspektami wf., sportu, rekreacji i turystyki.

Kopiowanie treści „Medicina Sportiva Practica” jest dozwolone jedynie na użytek prywatny.

SPIS TREŚCI

65 OD REDAKCJI

67 METODY OCENY EFEKTYWNOŚCI TRENINGU NA POZIOMIE FIZJOLOGICZNYM

THE METHODS OF ESTIMATION TO TRAINING EFFECTS ON PHYSIOLOGICAL LEVEL

JERZY WNOROWSKI

83 ŻYWIENIE SPORTOWCÓW

ZBIGNIEW SZYGUŁA

87 STANOWISKO KOMITETU REHABILITACJI, KULTURY FIZYCZNEJ I INTEGRACJI SPOŁECZNEJ PAN W SPRAWIE POLITYKI BADAŃ NAUKOWYCH I ROZWOJU KADR W DZIEDZINIE NAUK O KULTURZE FIZYCZNEJ (PRZYJĘTE NA POSIEDZENIU W DNIU 28.04.2005 ROKU)

95 POWRÓT DO ŹRÓDEŁ

WOJCIECH GAWROŃSKI

Szanowni Państwo!

Początek jesieni powitaliśmy w dniu otwarcia XXVI Zjazdu PTMS we Wrocławiu, który zakończył swe obrady przed kilkoma dniami. W czasie obrad, mimo pięknej letniej pogody, sala była pełna słuchaczy! Dlaczego tak było, proszę przeczytać w felietonie „Zamiast recepty”. A o tym czego nie było zbyt wiele, gwoli przypomnienia, pisze dr Wnorowski w swoim artykule pt. „Metody oceny efektywności treningu na poziomie fizjologicznym”.

Od zawsze wykonanie badań wysiłkowych było fetyszyzowane przez trenerów jako panaceum na wyniki sportowe. Próby te utożsamiali oni z badaniami sportowo-lekarskimi i niestety, na ich zorganizowaniu kończyli swoje zainteresowanie tą problematyką. Z tego co wiem, Autor artykułu posiada w swym archiwum wyniki badań sprzed lat, którymi nikt się nie zainteresował. Dla lekarzy orzekających w sporcie są one złem koniecznym! Dlaczego? Sądzę, że przyczyna tkwi w braku zrozumienia celowości tych badań oraz braku odpowiedniego sprzętu. Informuję, że od przyszłego roku poradnia medycyny sportowej będzie musiała mieć, zgodnie z wymogami NFZ, w swym wyposażeniu cykloergometr i wykonanie podstawowej próby wysiłkowej będzie obligatoryjne. Próba ta musi informować o pracy serca w czasie wysiłku, jego tolerancji, wydolności fizycznej badanego oraz restytucji po wysiłku. Takie kryteria spełnia np. submaksymalna próba wysiłkowa wykonana na cykloergometrze. Więcej szczegółów w artykule, do którego wnikliwej lektury zapraszam.

„Żywnienie sportowców” to tytuł sesji naukowej, która odbyła się w trakcie konferencji naukowej Europejskiego Towarzystwa Medycyny Sportowej. Doktor Szyguła w telegraficznym skrócie omawia istotną rolę spożywania węglowodanów i płynów podczas wysiłków w gorącym otoczeniu. Przedstawione wnioski powinny być wdrożone przez sportowców praktycznie od zaraz.

Kolejny artykuł to Stanowisko Komitetu Rehabilitacji, Kultury Fizycznej i Integracji Społecznej PAN. Poruszony problem dotyczy polityki badań naukowych i rozwoju kadr w dziedzinie kultury fizycznej. Zacytuję słowa, które powinni wziąć sobie wszyscy do serca. „Brak aktywności jest głównym – niezależnym – czynnikiem powszechnego występowania niektórych chorób i pośrednim czynnikiem ryzyka wielu patologii. Równocześnie świadoma, systematyczna i aktywna praca na rzecz własnego ciała, sprawności fizycznej i zdrowia jest w Polsce zjawiskiem rzadkim, zarówno w dzieciństwie, w wieku dojrzałym, jak i podeszłym. Obniża się sprawność i wydolność fizyczna oraz niepokojąco wzrasta w polskim społeczeństwie liczba osób z nadwagą i otyłością”. Brzmi to zatrważająco. W trakcie Zjazdu PTMS jedna z sesji naukowych była poświęcona zagadnieniom medycznym związanym z uprawianiem sportu przez dzieci i młodzież. Może doniesienie dr Erenbek i opracowany przez nią poradnik pt. „Aktywność fizyczną ścieżką do zdrowia”, który otrzymał każdy uczestnik zjazdu, przyczyni się do podejmowania aktywności ruchowej przez nasze społeczeństwo. Więcej szczegółów, dotyczących spotkania we Wrocławiu, w stałej rubryce „Zamiast recepty”.

