

## SPORTGENEESKUNDE

# HET UITGEBREID SPORT MEDISCH ONDERZOEK

### Wanneer adviseren we dit onderzoek?

- Als u een beoordeling wilt hebben van uw algemene gezondheid, uw conditie en de belastbaarheid van uw hart.
- Als u een chronische ziekte heeft en sport of wilt gaan sporten.
- Als u geïnteresseerd bent in uw hartslagen en omslagpunt voor verdere training.
- Als u klachten heeft tijdens inspanning zoals ademhalingsklachten en pijn op de borst. Ga in dat geval eerst naar uw huisarts.

### Hoe maakt u een afspraak?

Voor dit onderzoek heeft u géén verwijzing van uw huisarts nodig. Voor het maken van een afspraak belt u naar het secretariaat, telefoonnummer (073) 553 35 53.

Na het maken van de afspraak, krijgt u de afspraakbevestiging thuisgestuurd.

### Waar vindt het onderzoek plaats?

Het onderzoek vindt plaats in:  
Sport Medisch Centrum JBZ  
Marathonloop 9  
5235 AA 's-Hertogenbosch

De ingang van het Sport Medisch Centrum zit in Sporthal 'De plek' op de eerste etage. Het Sport Medisch Centrum is onderdeel van het Jeroen Bosch Ziekenhuis. De routebeschrijving kunt u vinden op onze website [www.smcjbz.nl](http://www.smcjbz.nl).

### Wat neemt u mee?

- Uw geldig legitimatiebewijs.
- Urine in een klein, schoon flesje of potje.
- De ingevulde vragenlijst die u thuisgestuurd heeft gekregen.
- Voor de inspanningstest: sportkleding en sportschoenen en een handdoek.

Deze informatie is met de grootste zorg samengesteld. U kunt hieraan geen rechten ontlenen. Mocht u onderdelen onduidelijk vinden of aanvulling wensen, dan horen wij graag van u. U bereikt ons via [secretariaat@smcjbz.nl](mailto:secretariaat@smcjbz.nl)

(SMCJBZ-007,  
uitgave mei 2019)



### **Wat gebeurt er tijdens het onderzoek?**

Een sportarts en een functie-assistent voeren het onderzoek uit. Tijdens het onderzoek gebeurt er het volgende:

- De sportarts neemt met u de vragenlijst door. Deze heeft u vooraf toegestuurd gekregen.
- De functieassistent meet uw lengte, gewicht, vetpercentage, bloeddruk en test uw ogen.
- Ook test de functieassistent uw urine. Uw bloed wordt getest op het hemoglobine gehalte (HB) en cholesterol.
- Op verzoek of als dat nodig is, kan extra bloedonderzoek worden aangevraagd tegen kostprijs.
- U krijgt verschillende onderzoeken. Daarbij luistert de sportarts naar uw hart, longen en buik (algemeen). Verder bekijkt de arts hoe uw gewrichten bewegen (orthopedisch), maar ook of er neurologische afwijkingen zijn.
- De sportarts onderzoekt uw spieren en gewrichten (specifiek orthopedisch onderzoek). Daarbij kijkt de arts naar de sport die u beoefent en uw eventuele klachten.
- U krijgt een longfunctieonderzoek en de functie-assistent maakt een hartfilmpje (E.C.G.) in rust.
- U doet een maximale inspanningstest. Tijdens de test controleert de functieassistent uw hart met een hartfilmpje (E.C.G.), bloeddruk en doen we een ademgasanalyse.
- Bepaling van het maximale aantal hartslagen per minuut bij inspanning (hartfrequentie) en trainingszones.
- Belastbaarheidsprofiel.
- U krijgt advies van de sportarts over de uitslagen van de onderzoeken, uw hartslagen, de trainingszones en het lichamenlijk onderzoek.
- U krijgt een schriftelijk verslag van de uitslagen van de onderzoeken.

Het onderzoek duurt ongeveer 1½ tot 2 uur.

### **Hoe bereidt u zich voor op de inspanningstest?**

- U mag zich vanaf twee dagen voor het onderzoek niet meer zwaar inspannen. Dus u mag ook niet aan een sportwedstrijd meedoen.
- Sporters met een behaarde borstkas, vragen we om deze thuis te scheren.
- U mag vanaf twee uur voor de inspanningstest geen grote maaltijd meer gebruiken. U kunt een broodmaaltijd meenemen voor na de test.
- Heeft u klachten over uw gezondheid? Voelt u zich niet fit? Heeft u koorts? Gebruikt u medicijnen? Meldt u dit dan aan de arts vóóordat u aan de inspanningstest begint.
- Na de test kunt u gebruik maken van de doucheruimte.

### **Fietsers en wielrenners opgelet!**

De volgende pedalen zijn aanwezig:

- Look pedalen (KEO easy).
- Shimano SPD.
- SPD-SL.
- Toe clips.

Als u andere pedalen heeft dan kunt u deze meenemen. Let op! Pedalen op de testfiets kunnen bevestigd worden met steek- en inbussleutel 15.

### **Inspanningsonderzoek op eigen racefiets of loopband**

Het is mogelijk om de inspanningstest te doen op uw eigen racefiets. Vanzelfsprekend gaan we heel voorzichtig om met uw fiets. Let op: het Sport Medisch Centrum is niet aansprakelijk voor eventuele schade aan uw eigendommen.

Wilt u het inspanningsonderzoek op de loopband? Overleg dit dan eerst met de sportarts.

### **Wat kost een uitgebreid sport medisch onderzoek?**

Op de website [www.smcjzb.nl](http://www.smcjzb.nl) kunt u de tarieven en vergoedingen vinden. Daar vindt u ook een overzicht van zorgverzekeraars en hun vergoedingen van sportmedische kosten.

Het Jeroen Bosch Ziekenhuis stuurt de rekening via de post naar u toe. Deze rekening kunt u indienen bij uw zorgverzekeraar. Het is afhankelijk van het soort zorgverzekering die u heeft afgesloten, of u recht heeft op een vergoeding. U kunt in uw polisvoorwaarden zien of de kosten van uw onderzoek of behandeling worden vergoed.

Heeft u vragen hierover? Neem dan altijd contact op met uw zorgverzekeraar.

### **Kunt u niet naar uw afspraak komen?**

Als u niet naar uw afspraak kunt komen, belt u dan uiterlijk een dag voor het onderzoek naar het secretariaat. Als u zich niet op tijd afmeldt, dan moet u de helft van de kosten voor het onderzoek betalen aan het Sport Medisch Centrum.

### **Heeft u nog vragen?**

Als u nog vragen heeft dan kunt u bellen naar het secretariaat. Zij zijn te bereiken op werkdagen van 09.00 tot 12.30 en van 13.00 tot 17.00 uur.

#### **Contactgegevens:**

Sport Medisch Centrum JBZ

Telefoonnummer: (073) 553 35 53

E-mail: [secretariaat@smcjzb.nl](mailto:secretariaat@smcjzb.nl)

Website: [www.smcjzb.nl](http://www.smcjzb.nl)