



Taekwondo-Club Stengefort

Association sans but lucratif

Objet: Médico-sportif

Cher Parents,

Afin de permettre à votre enfant l'accès aux compétitions sportives il faut obligatoirement passer un examen médico-sportif.

Par conséquent nous vous prions de **prendre un rendez-vous** dans un centre médico-sportif de votre choix. (En cas d'annulation du rendez-vous le centre devra en être informé 48 heures au préalable.)

Steinfort: Mme Claudine Philippe (avant 19.00) tél: 39 50 95

Lors de la visite prière de se munir des pièces suivantes:

- Carte de vaccination
- Carte CNS
- Lunettes

Si un contrôle médico-sportif a été fait dans les 2 derniers mois, nous vous prions d'informer le centre consulté pour nous faire parvenir une copie du résultat.

L'examen médical est gratuit

Pour le comité du TKD-Steinfort

Examens médico-sportifs spéciaux

A part les examens de base, le service médico-sportif organise également des examens spéciaux pour:

- la plongée
- la boxe
- les arbitres internationaux
- les jeunes gymnastes des cadres sélectionnés par la fédération
- les élèves du « Sportlycée »
- les sportifs des cadres du COSL et de l'armée

Les différents centres

Clervaux:	Dr Susanne Scheer	tel. 95 79 79
Differdange:	M. Roger Thoss	tel. 58 75 55
Dudelange:	M. René Kilburg (8.00 - 15.00 hrs)	tel. 691 89 42 30
Echternach:	Mme Daisy Heinen	tel. 72 96 76
Esch/Alzette:	Mme Josiane Pohl (lundi et mercredi 13.00 - 14.30 hrs)	tel. 38 06 94 ou 691 45 65 60
Ettelbruck:	Dr Gaston Ries (8.00 - 12.00 hrs)	tel. 81 74 24
Grevenmacher:	M. Mathis Enders	tel. 75 00 92
Junglinster:	Mme Viviane Ernster (10.00 - 12.00 hrs, sauf weekend et jours fériés)	tel. 2678 2095 ou 621 30 62 03
Luxembourg:	Mme Kummer Nadia	tel. 2478 3422
Mersch:	Mme Francine Muller (7.00 - 9.00 et 12.00 - 14.00 hrs)	tel. 26 32 21 45
Pétange:	Dr Christian Flesch (10.00 - 12.00 et 15.00 - 18.00 hrs)	tel. 58 51 58
Rédange:	Mme Marie-Anne Fasbinder	tel. 23 62 03 53
Steinfort:	Mme Claudine Philippe (avant 19.00 hrs)	tel. 39 50 95
Troisvierges:	M. Pierre Simon	tel. 99 73 77
Wiltz:	M. Philippe Lauer	tel. 95 83 05



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Département ministériel des Sports



Société Luxembourgeoise de
Médecine du Sport

L'examen médico-sportif de base

But de l'examen

- permettre l'accès aux compétitions sportives
- délivrer un certificat d'aptitude à la pratique du sport choisi, sans risque pour la santé
- aider à orienter les candidats vers une activité sportive qui leur convient;
- assurer une surveillance médicale des sportifs.

Quand faut-il passer un examen médico-sportif

L'examen médico-sportif est prescrit:

- avant la délivrance de chaque licence de compétition autorisant la pratique d'une activité sportive des catégories A et B
- pour tout titulaire d'une licence de compétition autorisant la pratique des activités sportives de la catégorie A et pendant l'année de calendrier au cours de laquelle il atteint l'âge de 12, 15, 18, 22, 26, 30, 35, 40, 45, et 50 ans.

Références sites internet:

DMS: www.sports.lu
SLMS: www.slms.lu

Pourquoi faire un ECG à l'âge de 15, 18 et 30 ans ?

L'ECG (électrocardiogramme) constitue l'examen technique universellement le plus répandu en cardiologie. Il est reconnu comme élément essentiel en cardiologie préventive. Chez une jeune personne (< 40 ans) sans facteurs de risque vasculaires, avec un examen clinique et un ECG normal une pathologie cardiaque peut pratiquement être exclue.

Pour les sportifs un grand risque est le déclenchement d'un trouble du rythme induit par l'activité sportive. Certaines maladies cardiaques rares prédisposent à de tels troubles du rythme. Il s'est avéré que l'ECG de repos est la meilleure méthode de dépistage de ces pathologies.

Pourquoi les examens médico-sportifs sont destinés uniquement à la tranche d'âge de 7 à 50 ans ?

Ce qui est vrai pour les personnes jeunes (<40 ans) n'est plus vrai pour les personnes plus âgées, surtout si elles ont des facteurs de risque vasculaires. Pour ce groupe d'âge, c'est la maladie coronarienne qui, de loin, constitue la pathologie cardiaque la plus importante. Or, pour dépister une maladie coronarienne en médecine préventive le seul ECG de repos ne suffit pas. Il faudra réaliser un test à l'effort, car l'insuffisance coronarienne se manifeste très souvent seulement pendant l'effort. De tels tests relèvent du domaine des spécialistes. L'infrastructure des centres médico-sportifs n'est pas conçue pour ces tests.

Voilà pourquoi la Société Luxembourgeoise de Médecine du Sport (SLMS), en accord avec les sociétés savantes internationales, recommande que ces sportifs passent faire une épreuve d'effort avant d'obtenir l'aptitude de pratiquer un sport. Pour les candidats >40 ans le médecin examinateur décidera quel type d'examen sera à faire selon le profil de risque individuel.

Comment prendre rendez-vous

Le sportif lui-même ou un responsable de son club peut prendre rendez-vous dans un des 15 centres médico-sportifs répartis dans tout le pays (liste page 6). En cas d'annulation, le centre devra en être informé 48 heures au préalable.

Comme les délais d'attente peuvent être parfois très longs mieux vaut profiter des mois d'accalmie (mai-juin-juillet).

Comment se présenter au centre médico-sportif

Lors de sa visite le sportif doit se munir

- a) de sa carte de vaccination
- b) de sa carte de CNS
- c) de ses lunettes (ne pas porter des lentilles si possible)
- d) de la liste des médicaments régulièrement pris
- e) de tous les rapports médicaux antérieurs
- f) tenue vestimentaire : short-t-shirt-slippers
- g) sac pour objets de valeur

Afin de ne pas surpeupler les salles d'attente nous acceptons 1 accompagnateur par sportif.

Les portables sont à éteindre lors des visites.

En quoi consiste l'examen médico-sportif

- 1) anamnèse (= questionnaire médical)
- 2) examen clinique
- 3) mesures anthropométriques (= dimensions corporelles)
- 4) contrôle des yeux
- 5) analyse urinaire sur place (conseil : boire avant de venir)
- 6) ECG pour sportifs âgés de 15, 18 et 30 ans

Les examens sont assurés par des médecins titulaires d'un certificat d'études spéciales en médecine du sport, reconnu par le ministre de la santé.

Il s'agit d'un examen médical préventif financé par l'Etat, gratuit pour le sportif.

Le médecin examinateur ne fera pas de traitement et il n'établira pas de certificat pour des sports de loisir, p. ex. randonnée VTT, vélo, course de fond etc.

Et après l'examen

Si le sportif est apte à la pratique de la discipline sportive choisie une notification d'aptitude est envoyée au club et à la fédération concernée.

En cas d'inaptitude le sportif en sera informé et des examens complémentaires devront être faits, le cas échéant.

JUNGLINSTER	Mme Ernster Viviane	Centre culturel Am Duerf	8, rue du Village	L-6140	Junglinster	26782095 ou 621306203 de 10 à 12 hrs sauf weekend et jours fériés
DIFFERDANGE	M. Thoss A. Mme Carvalho Gaspar Catarina	Centre médico-social	23, Grand-Rue	L-4575	Differdange	661150459 ou 26362744 621631244
DUDELANGE	M. Kilburg	Centre médico-social	56, rue du Parc	L-3542	Dudelange	691 89 42 30 (après 10.00 h.)
ECHTERNACH	Mme Heinen	Centre médico-social	56, rue André Duchscher	L-6434	Echternach	72 96 76
ESCH/ALZETTE	Mme Pohl Josiane	Ancienne Ecole Lallingerdeich	21, rue Henri Tudor	L-4335	Esch/Alzette	691456560 lundi et mercredi entre 13.00 et 14.30 hrs
ETTELBRUCK	Dr Gaston Ries	Centre médico-social	1, av. J.F. Kennedy	L-9053	Ettelbrück	81 74 24 Dr Ries (8.00 - 12.00 h.)
GREVENMACHER	M. Enders	Centre médico-social	20, route du Vin	L-6794	Grevenmacher	75 00 92
LUXEMBOURG	Mme Kummer M.Kintgen	Institut National des Sports	66, rue de Trèves	L-2630	Luxembourg	2478-3446 2478-3413
MERSCH	Mme Muller-Malherbe	Ecole primaire Albert Elsen	Place de l'Eglise	L-7533	Mersch	621282003 (07.00 - 09.00h.et 12.00 - 14.00 h)
PÉTANGE	Dr Christian Flesch	Ecole Primaire "Am Park"	Rue de l'Eglise	L-4732	Pétange	58 51 58 (10-12 et 15-18 h.)
REDANGE	Mme Fasbinder	Centre Médical Redange Ecole Fondamental	Haaptstrooss	L-8531	Ell	23 62 03 53
STEINFORT	Mme Philippe	A partir du 6 février 2017 →Maison Relais L'entrée du Médico se trouve derrière la Maison Relais!	7B, rue de Hagen	L-8421	Steinfort	39 50 95 (matin)
TROISVIERGES	Simon Pierre	Cabinet médical	10, Grand-Rue	L-9905	Troisvierges	99 73 77
WILTZ	Dr Susanne Scheer	Cabinet médical	9, rue de la Fontaine	L-9521	Wiltz	95 79 79