**Tärkeä tiedote FEI:n uudesta sääntömuutoksesta ja sen vaikutukset kotimaan kilpailutoimintaan**

1. **FEI: 1.6.2018 voimaan astuvat ohjeet = mitä säännöissä muuttuu**

FEI:n alaisissa kilpailuissa vaaditaan 1.6.2018 alkaen ilmoittamaan tiedot kilpailuiden aikana sattuneista vammoista. Jokaisesta FEI:n kilpailusta toimitetaan vammaraportti FEI:lle. FEI on laatinut kilpailuiden ensiapuhenkilöstölle tarkat ohjeet erityisesti päävamman tunnistamiseksi ja päävammaepäilyissä tulee toimia FEI:n toimintaohjeen mukaisesti. SRL on laatinut oman toimintaohjeistuksen FEI:n toimintaohjeiden pohjalta (Liite 1.).

Toimintaohjeiden avulla pyritään parantamaan tapaturmaisten aivovammojen tunnistusta. Lievät aivovammat saattavat joskus olla alkuun hyvin lieväoireisia ja jäävät helposti huomaamatta. Tunnistus- ja tutkimusohjeiden perusteella arvioidaan urheilijan vammasta kuntoutumisen seurannan tarve. Jos seuranta nähdään tarpeelliseksi, asetetaan urheilija osallistumiskieltoon FEI:n kilpailuissa kunnes kuntoutuminen on varmistettu. Tiedot osallistumiskiellon saaneista urheilijoista kirjataan FEI:n ylläpitämään rekisteriin. FEI lähettää tiedon kansalliselle lajiliitolle, jos sen urheilija on seurannan tarpeessa.

1. **Mitä muutos edellyttää SRL:lta kansainvälisten kilpailuiden osalta**

Suomen Ratsastajainliiton on varmistettava urheilijan kuntoutuminen ennen FEI:n osallistumiskiellon kumoamista. Kun Suomen Ratsastajainliitto saa tiedon urheilijan seurannan tarpeesta, on liitto yhteydessä urheilijaan ja urheilija saa kirjalliset toimintaohjeet. Myös SRL:n maajoukkuelääkärille lähetetään tieto urheilijan seurannan tarpeesta. Kun urheilijan kuntoutuminen on hoitavassa yksikössä varmistettu, täytetään siellä FEI:n Concussion Clearance Form. Kopio lomakkeesta toimitetaan Suomen Ratsastajainliittoon Minttu Kuusistolle ([minttu.kuusisto(at)ratsastus.fi](mailto:minttu.kuusisto@ratsastus.fi)). Tämän jälkeen ratsastaja poistetaan FEIn seurantarekisteristä ja osallistumiskielto päättyy.

1. **Ohjeet Suomessa järjestettävien kansainvälisten kilpaluiden kilpailuorganisaatioille**
   1. Kilpailujärjestäjien tulee tutustua kaikkiin tämän tiedotteen liitteisiin
   2. Kilpailujärjestäjien tulee informoida kilpailuiden ensiavusta vastaavaa tahoa uusista vaatimuksista.
   3. Kilpailujärjestäjä toimittaa ensiavusta vastaavalle taholle tämän tiedotteen liitteineen. Ensiavusta vastaavan tahon tulee tutustua ennakkoon huolellisesti tiedotteeseen ja liitteisiin.
   4. Aina jos ilmenee epäily lievästäkin aivovammasta, tulee informoida tuomariston puheenjohtajaa / päätuomaria. Lääkintätiimi / ensiavusta vastaava täyttää FEI Alert Sheet:n ja antaa sen kilpailuiden tekniselle asiantuntijalle (Technical Delegate, TD) / Foreign Judge, FJ). TD/FJ lähettää sähköpostilla ilmoituskaavakkeen 24h sisällä osoitteeseen [medical(at)fei.org](mailto:medical@fei.org)
   5. Kaavakkeen lähetyksen jälkeen tieto kirjautuu FEIn ylläpitämän rekisteriin. Tieto välittyy automaattisesti sekä kilpailumaan että urheilijan kotimaan kansalliselle lajiliitolle (jos eri).
   6. Päävammaepäilyt, joissa välittömän siirron tarvetta sairaalaan (esim. kaularankavammat, vakavammat aivovammat) ei ilmene ja joissa urheilija tutkitaan kilpailupaikalla, tulee käyttää CRT5 (muille kuin lääkäreille) tai SCAT5 (lääkäreille) -protokollia aivotärähdyksen arvioinnissa. Huom! Nämä ovat työkaluja arvioinnin tueksi, eivät diagnostiikkaa varten.
   7. Päävammaepäilyssä, jossa ei kuitenkaan nähdä seurannan tarvetta, laaditaan kilpailupaikalla FEI Concussion Clearance Form. Kopio siitä toimitetaan kilpailuiden tekniselle asiantuntijalle (TD)/ Foreign Judge (FJ). TD/FJ toimii lomakekopion kanssa FEI:n ohjeiden mukaisesti.
   8. Päävammaepäilyissä ensiavusta vastaavan tahon tulee antaa urheilijalle SCAT5-lomakkeen osio Tietoa aivotärähdyksistä, joka sisältää mm. Paluu urheiluun- ja Paluu kouluun -protokollat.
   9. Kilpailuiden ensiavusta vastaava taho informoi urheilijaa mikäli kuntoutumisen seurantavaade ja osallistumiskielto asetetaan.
   10. Kilpailuiden tekninen asiantuntija (TD)/ Foreign Judge (FJ) täyttää yhteistyössä ensiavusta vastaavan kanssa FEI:n vammaraportin (FEI Athlete Injury Report Form jos TD/FJ Report Form ei sisällä urheilijoiden vamma-osiota), myös vaikka vammoja ei olisi sattunut.

Toimimme siis FEI:n ohjeiden mukaisesti. Teemme yhteistyötä pohjoismaisten ratsastusliittojen kanssa yhteisten toimintatapojen luomiseksi. Toimintatavat hioutuvat käytännön myötä ja toivomme että yhteistyö FEI:n, SRL:n, urheilijan ja maajoukkuelääkärin välillä sujuu mutkattomasti. Tavoitteena on urheilijan toipumisen varmistaminen, oireiden pitkittymisen välttäminen sekä uusien vammojen ennaltaehkäisy.

1. SRL soveltaa FEI:n ohjeita myös kansallisen kilpailutoiminnan osalta seuraavasti
   1. Myös kansallisten kilpailuiden kilpailujärjestäjien tulee tutustua ennakkoon liitteisiin 1.-7.
   2. Kilpailujärjestäjien tulee informoida kilpailuiden ensiavusta vastaavaa tahoa uusista ohjeistuksista.
   3. Kilpailujärjestäjä toimittaa ensiavusta vastaavalle taholle tämän tiedotteen liitteineen. Ensiavusta vastaavan tahon tulee tutustua ennakkoon huolellisesti informaatiopaketin sisältöön ja liitteisiin, FEI:n osuuksiin tarvittaessa.
   4. Päävammaepäilyt, joissa välittömän siirron tarvetta sairaalaan (esim. kaularankavammat, vakavammat aivovammat) ei ilmene ja joissa urheilija tutkitaan kilpailupaikalla, tulee käyttää CRT5 (muille kuin lääkäreille) tai SCAT5 (lääkäreille) -protokollia aivotärähdyksen arvioinnissa. Huom! Nämä ovat työkaluja arvioinnin tueksi, eivät diagnostiikkaa varten.
   5. Päävammaepäilyissä ensiavusta vastaavan tahon tulee antaa urheilijalle SCAT5 lomakkeen osio Tietoa aivotärähdyksistä, joka sisältää mm. Paluu urheiluun- ja Paluu kouluun -protokollat.
   6. Maajoukkuetason urheilijaa kehotetaan ottamaan yhteyttä maajoukkuelääkäriin.
   7. Kilpailuiden ensiavusta vastaavan tahon tulee pitää kirjaa kilpailuissa heidän apuaan tarvinneiden ihmisten tapaturmista. Tämän perusteella laaditaan lopullinen onnettomuusraportti, ks. kohta 4.8.
   8. Kilpailuiden päätuomari täyttää yhteistyössä ensiavusta vastaavan tahon kanssa kilpailuiden päätteeksi SRL:n onnettomuusraportin. Ks liite 7. Raportti toimitetaan Suomen Ratsastajainliittoon Minttu Kuusistolle joko sähköpostilla (minttu.kuusisto(at)ratsastus.fi) tai osoitteeseen Valimotie 10 00380 Helsinki.

1. Ohjeet urheilijalle päävamman sattuessa
   1. Kilpailuiden ensiavusta vastaava taho informoi urheilijaa jos kansainvälisten kilpailuiden seurantavaade ja osallistumiskielto asetetaan.
   2. Kilpailuiden ensiavusta vastaava taho antaa päävammaepäilyissä urheilijalle SCAT5:n Tietoa aivotärähdyksistä (Paluu urheiluun- ja Paluu kouluun -protokollat), johon urheilijan tulee tutustua huolellisesti.
   3. Urheilijan lääketieteelliset tutkimukset, hoito ja kuntoutus tapahtuu urheilijan omassa hoitopaikassa. Hoitopaikkaa tulee informoida mahdollisesta seurantavaatimuksesta. Aivovamma/aivotärähdysepäilyissä suositellaan SCAT5-arviointityökalun käyttöä arvioinnin tukena ja seurannassa. Huomioikaa, että hoitavan tahon tulee olla tutustunut urheilussa sattuneiden aivovammojen hoitosuosituksiin, SCAT5 arviointityökalun käyttöön ja pystyä tekemään neurologinen tutkimus.
   4. Kansallinen lajiliitto ottaa urheilijaan yhteyttä saatuaan tiedon seurantavaatimuksesta. Lajiliitto antaa urheilijalle toimintaohjeet.
   5. SRL:n maajoukkuelääkärille välitetään tieto seurantavaatimuksesta. Maajoukkuelääkäri ottaa yhteyttä urheilijaan kuntoutumisen varmistamiseksi.
   6. Urheilijan tulee noudattaa SCAT5:n Paluu kilpailuihin- ja Paluu kouluun -ohjeita jotta kuntoutumista tukeva asteittainen kuormituksen lisääminen varmistetaan.
   7. Kun urheilija on kuntoutunut vammasta, täytetään hoitopaikassa FEI Concussion Clearance Form. Kopio kaavakkeesta toimitetaan Suomen Ratsastajainliittoon Minttu Kuusistolle (minttu.kuusisto(at)ratsastus.fi) tai osoitteeseen Valimotie 10 00380 Helsinki. Urheilija säilyttää itsellään alkuperäisen kaavakkeen.
   8. Suomen Ratsastajainliitto vahvistaa sähköpostitse ratsastajalle osallistumiskiellon päättymisen.
2. Päävamman tunnistaminen

Aivotärähdyksellä tarkoitetaan päähän kohdistuneen suoran tai epäsuoran ulkoisen voiman aiheuttamaan aivotoiminnan häiriötä. Aivotärähdys on aivovammojen lievin ilmenemismuoto. Aivovamma ei vaadi päähän kohdistuvaa iskua. Myös muu tärähdys esim. jaloille pudottaessa tai pään äkilliset, erityisesti kiertävät liikkeet voivat aiheuttaa aivovamman. Päänsärky, huono olo, oksentaminen, sekava olo ja vireystilan poikkeavuudet ovat tyypillisiä oireita lievissä aivovammoissa/aivotärähdyksissä. Aivovamman oireet voivat ilmetä usean tunnin viiveellä. Hakeutukaa lääkärin arvioon jos oireita ilmenee. Päävamman saanut ei saa ajaa autoa eikä häntä saa jättää yksin! Fyysinen ja psyykkinen lepo on tärkeää ensimmäisten päivien aikana. Lepo tarkoittaa alkutunteina hämärää huonetta, vuodelepoa. Ulkoisia virikeitä (esim. puhelin, musiikki tai televisio) kannattaa olla ensimmäisten päivien aikana vain vähäisiä määriä. Arjen rutiineihin paluu tapahtuu oireiden salliessa usein viimeistään parissa päivässä oireita seuraten. Arjessa oireeton voi varovaisesti palata urheilun pariin alkuun kevennetysti ja oireita kuunnellen. Urheilun voi aloittaa esim. kuntopyörällä ilman ulkoisia virikkeitä. Vasta tämän jälkeen kannattaa siirtyä virikkeelliseen ja keskittymistä vaativaan pyöräilyyn esim. liikenteen joukossa. Jos oireita ilmenee, tulee rasitusta selvästi keventää. Kilpailuihin voi palata vasta kun on oireettomana pystynyt harjoittelemaan täysipainoisesti. Tutustu myös liite 3.

Lisätietoja

Tia Ventto

Suomen Ratsastajainliiton maajoukkuelääkäri

tia.k.ventto(at)utu.fi

p. 040 4150336

Liitteet

* + 1. SRL toimintaohjeistus: Aivovammojen tunnistus ja ohjeet tapaturmatilanteisiin kilpailuissa
    2. CRT5 suomeksi ja englanniksi + liite 6.
    3. SCAT5 Tietoa aivotärähdyksistä, sisältää mm. Paluu urheiluun- ja Paluu kouluun -protokollat suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi.
    4. SCAT5 suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi + liite 6
    5. Lasten SCAT5 englanniksi
    6. Lajikohtaiset kysymykset SCAT5:n ja CRT5:n liitteiksi
    7. SRL Onnettomuusraportti
    8. FEI Concussion Clearance Form
    9. FEI Athlete Injury Report Form
    10. FEI Doctor’s pack