

## NUOREN URHEILIJAN TERVEYSTARKASTUS

Nuoren urheilijan terveystarkastus on tarkoitettu nuorelle, joka on aloittamassa tavoitteellista harjoittelua tai urheilee ja harjoittelee jo tavoitteellisesti. Terveystarkastuksen tekee lääkäri, joka on erikoistunut urheilijan terveyden hoitoon. Terveystarkastuksessa varmistetaan, että nuoren terveys on hyvä ja keho kestää kovankin harjoittelun ja rasituksen.

Terveystarkastus sisältää kaksi käynti:

1. käynnillä otetaan verinäyte (PVK) ja leposydänfilmi (EKG)
2. käynnillä tehdään varsinainen lääkärintarkastus

Nuori täyttää yhdessä vanhempien kanssa terveystarkastuskäynnille.



Urheilija saa henkilökohtaisen palautteen ja tarvittaessa hänet ohjataan jatkotutkimuksiin, -hoitoon tai – ohjaukseen esimerkiksi fysioterapeutille, ravitsemusterapeutille, liikuntafysiologille, terveydenhoitajalle tai psykologille.

Terveystarkastus suositellaan tehtäväksi vuosittain. Ensimmäinen nuoren urheilijan terveystarkastus on yllä kuvattu laaja tutkimus. Jatkossa tarkastus voi olla suppeampi, ellei terveyden tila vaadi laajaa terveystarkastusta.

## **ODL** LIIKUNTAKLINIKKA

Ajanvaraus (08) 313 2154, fax (08) 371 855,

Kajaaninkatu 17, 90100 Oulu

[liikuntaklinikka@odl.fi](mailto:liikuntaklinikka@odl.fi) [www.odl.fi](http://www.odl.fi)



ISO 9001  
ISO 14001