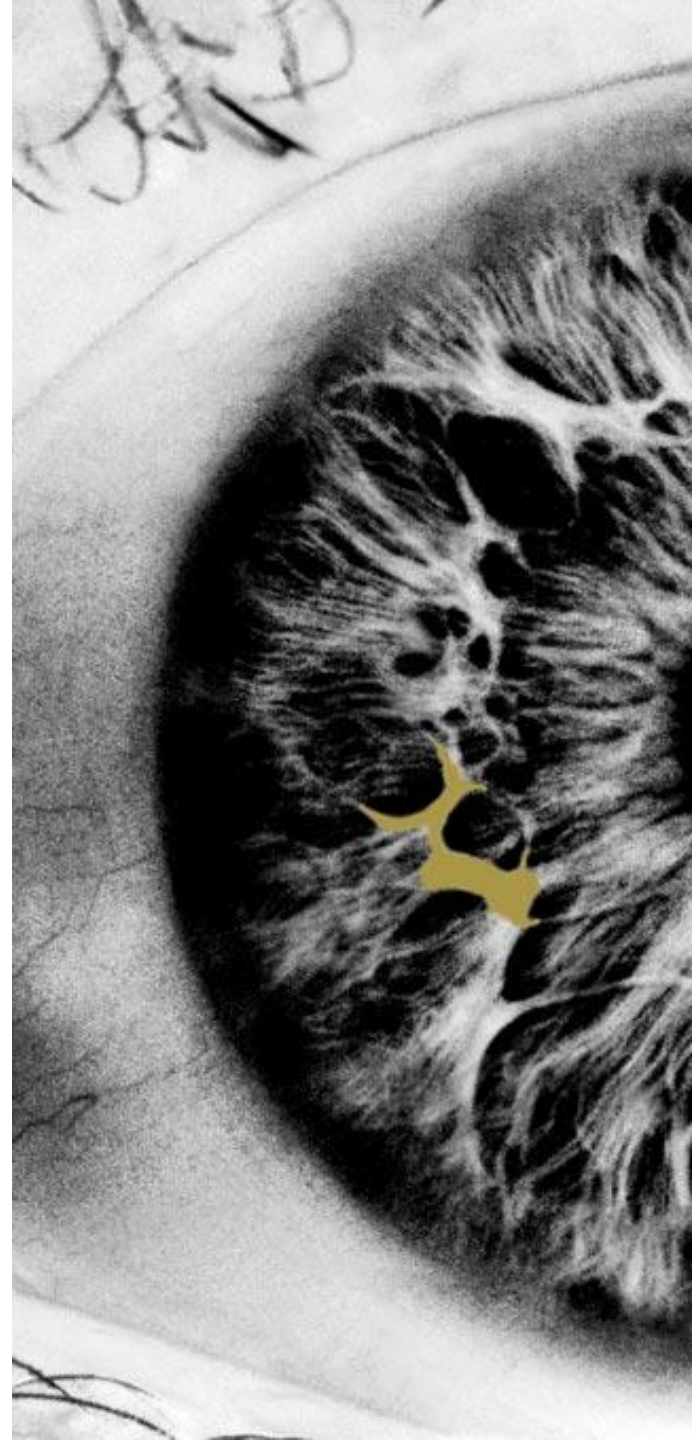




OLYMPIATOPPEN

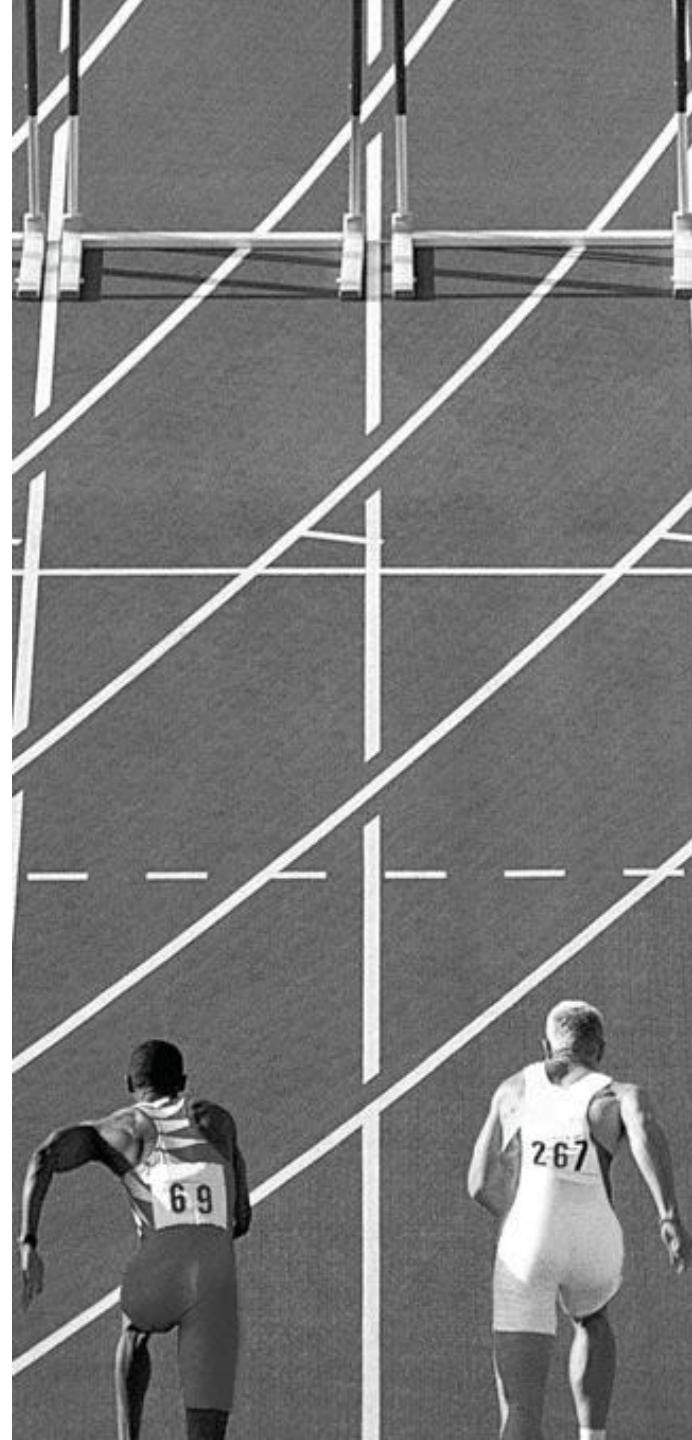


# Olympiatoppen - Helseavdelingen



## Helseavdelingen

- 2 legesekretærer
- 8 leger (3.6 årsverk)
- 8 fysioterapeuter (5 årsverk)
- (3 massører)



## Hovedmål

- I samarbeid med særforbund og regionalt nettverk skal Olympiatoppens helseavdeling sørge for optimal medisinsk behandling for dagens og morgendagens toppidrettsutøvere og arbeide tverrfaglig for å forebygge sykdom og skader





## Delmål

Olympiatoppens helseavdeling skal:

- Holde høyeste faglig nivå
- Ha en klar strategi for videreutvikling av fagprofil, kompetanse, infrastruktur, utstyr og lokaliteter
- Utvikle et godt og oppdatert nettverk nasjonalt og internasjonalt
- Øke tilgjengeligheten av tverrfaglig organiserte tilbud (optimaliseringstiltak & teamarbeid omkring prioriterte utøvere)
- Styrke satsingen på forebygging av skader og sykdom—implementering & tidlig detektering
- Ha god behandlingsskapasitet—Olympiatopp utøvere skal få time samme dag
- Utvikle en prispolitikk som bidrar til økt tilgjengelighet for prioriterte utøvergrupper
- Utvikle et arbeidsmiljø hvor vi gjør hverandre gode og godt
- Utvikle en strategi for rekruttering, utdanning og utvikling av nye helsearbeidere i toppidretten
- Drive en praksis som skaper et positivt omdømme i toppidretten og i samfunnet





## Delmål

Olympiatoppens helseavdeling skal:

- Holde høyeste faglig nivå
- Ha en klar strategi for videreutvikling av fagprofil, kompetanse, infrastruktur, utstyr og lokaliteter
- Utvikle et godt og oppdatert nettverk nasjonalt og internasjonalt
- Øke tilgjengeligheten av tverrfaglig organiserte tilbud (optimaliseringstiltak & teamarbeid omkring prioriterte utøvere)
- Styrke satsingen på forebygging av skader og sykdom—implementering & tidlig detektering
- Ha god behandlingsskapasitet—Olympiatopp utøvere skal få time samme dag
- Utvikle en prispolitikk som bidrar til økt tilgjengelighet for prioriterte utøvergrupper
- Utvikle et arbeidsmiljø hvor vi gjør hverandre gode og godt
- Utvikle en strategi for rekruttering, utdanning og utvikling av nye helsearbeidere i toppidretten
- Drive en praksis som skaper et positivt omdømme i toppidretten og i samfunnet



OLYMPIATOPPEN



## Scope

- Olympiatoppputøvere
- Landslagsutøvere (sr/jr)
- Elever ved Toppidrettsgymnas



For øvrig:

- Særskilt oppfølging av stipendutøvere og OL/PL-kandidater
- Lede helseteamet ifm OL/PL (og andre multi-events)







## Hvordan foregår denne oppfølgingen?


- Stipendutøveravtalen
- Screening- & monitoreringsprogrammet
- Oppfølging av OL-/PL-uttatte utøvere



## Stipendutøveravtalen

- «Utøveren skal ta hensyn til Olympiatoppens medisinske behov. Bruk av helsepersonell fra Olympiatoppen, skal påregnes i helseavdelingen i Olympiatoppen. Gjøres i samråd med Olympiatoppens lege og spesialist i særforbundets medisinske avdeling»

OLYMPIATOPPEN



### EGENERKLÆRING

Navn \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

E-post \_\_\_\_\_

Idrett \_\_\_\_\_

Idrettslag \_\_\_\_\_

Særforbund \_\_\_\_\_

#### Formålet med Olympiatoppens stipendutøverordning

Olympiatoppen har det operative ansvar og myndighet til å utvikle norsk toppidrett, og et overordnet ansvar for resultatutviklingen i norsk toppidrett. Olympiatoppen har gjennomføringsansvar for Norges deltakelse i de olympiske leker og de paralympiske leker, samt multiidrettsarrangementer som European Games, Ungdoms-OL, EYOF osv.

Olympiatoppens støtteordninger skal bidra til å gi forutsetninger for at de beste norske utøverne utvikler seg til å nå verdenstoppen.

Som stipendutøver kan utøveren etter avtale benytte seg av en rekke ressurser ved Olympiatoppen, som test- og treningsfasiliteter, helsetjenester, ernærings- og treningsveiledning, mental trening mm. Tilbud om å få status som Olympiatoppens stipendutøver, forutsetter undertegning av denne egenerklæringen.

Det presiseres at utøverstipendordningen ikke har som formål å etablere et ansettelsesforhold.

#### Utøverens egenerklæring:

Jeg (heretter «utøveren») anerkjenner formålet med Olympiatoppens stipendutøverordning, og aksepterer herved følgende:

1. **Satsing, trening og medisinsk oppfølging**  
Idrettssatsingen er utøverens hovedbeskjeftigelse, og er en del av det aktuelle særforbunds landslagsopplegg. Annen satsingsmodell kan også aksepteres, forutsatt at dette gjøres i samråd med særforbundet og Olympiatoppen.



## Stipendutøveravtalen

- «Utøveren skal ta hensyn til de råd Olympiatoppens medisinske ansvarlige gir. Bruk av helsepersonell som ikke er tilknyttet Olympiatoppen, skal på forhånd avklares med helseavdelingen i Olympiatoppen og kun gjøres i samråd med Olympiatoppen og forbundets medisinske ansvarlige.»



OLYMPIATOPPEN



## Stipendutøveravtalen

- «Utøver innestår for å ha gjennomført Antidoping Norges e-læringsprogram «Ren utøver».»





## Stipendutøveravtalen

- «Olympiatoppen har en restriktiv holdning til bruk og markedsføring av kosttilskudd. Ved bruk av kosttilskudd skal utøveren følge Olympiatoppens gjeldende retningslinjer for bruk og markedsføring av kosttilskudd. Dette innebærer blant annet restriksjoner på hva slags type kosttilskudd utøvere kan benytte seg av, samt en forpliktelse til å rapportere eventuell bruk av kosttilskudd til Olympiatoppen.»





# Stipendutøveravtalen

## RAPPORTERING FOR BRUK AV KOSTTILSKUDD FOR STIPENDUTØVERE

1) Bruker du noe(n) kosttilskudd (se definisjon under)? ja  nei

Kosttilskudd inkluderer sportsprodukter (sportsdrikke, energibar etc), næringspulver/-drikker (proteinpulver, næringsdrikker etc), vitamin- og mineralpreparater (multi, vitamin C, jern etc), urte- og naturpreparater (solhatt, ginseng etc), prestasjonsfremmende preparater (kreatin etc), energidrikker/-preparater (med koffein, guarana etc).

2) Hvis ja, fyll ut følgende opplysninger om kosttilskuddet(ene) du bruker:

	Preparatets navn	Produsentens navn	Land det er kjøpt i	Hvor det er kjøpt (apotek, dagligvare, helsekost, personsalg, postordre, internett)	Dosering hvis du bruker preparatet daglig	Hvis du ikke bruker det daglig, oppgi hvor ofte
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						

Ansvar ved endring av bruk: Hvis du endrer bruk av kosttilskudd etter at du har sendt inn rapporteringsskjemaet, er det ditt ansvar å gi beskjed om dette til Olympiatoppen. Du må da fylle ut et nytt skjema, som du får ved henvendelse til fagsjef i idrettsnærning Ina Garthe ([ina.garthe@olympiatoppen.no](mailto:ina.garthe@olympiatoppen.no), / + 47 99003916).

Sted og dato

Underskrift

NORWAY



# -The Norwegian Olympic Screening & Monitoring Programme

with Ben Clarsen PT PhD &  
Håvard Moksnes PT PhD







# Main challenges providing medical care to Norwegian team

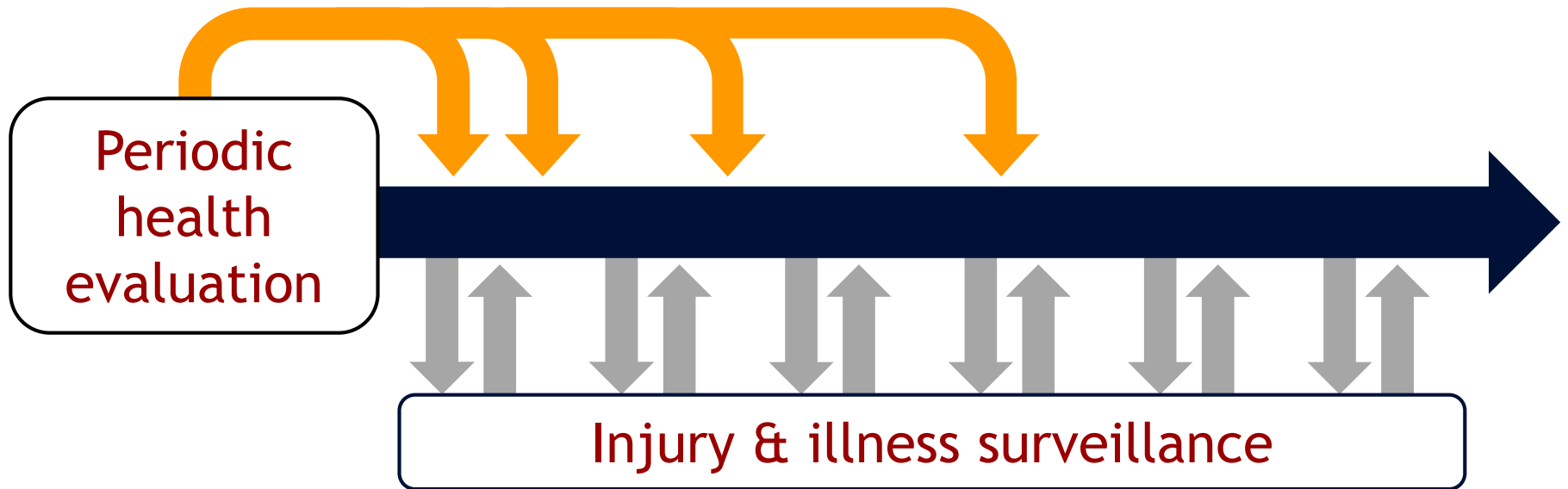
- Lots of small sports
- Athletes are geographically spread
- Athletes relate to multiple medical teams
  - Olympiatoppen
  - National team
  - Professional team/club
  - Local

# Main challenges providing medical care to Norwegian team

- Poor communication between medical providers
- Lots of problems "under the radar"
- Athletes slow to report overuse injuries

# Screening & Monitoring Project

*Follow-up as necessary*



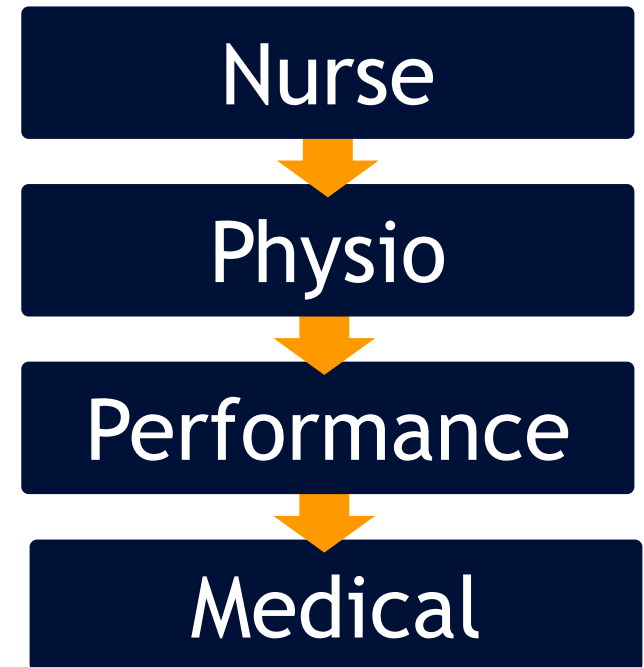
# Screening & Monitoring Project

*Follow-up as necessary*



# PHE execution

- Approx 3 hours per athlete
- Test team 4-6 people
- 4 test stations
- Summary meeting and report
  - Athlete
  - OLT doctor and physio
  - Team medical staff





# Medikamentbruk



## RAPPORTERING FOR BRUK AV MEDISINER

1. Bruker du eller har du i løpet av den siste måneden brukt medisiner foreskrevet av lege (ta også med insulin, allergimedisiner, astmamedisiner, prevensjon, sovetabletter og betennelsesdempende medisiner)?

JA  NEI

	Preparatets navn	Dosering og styrke	Hvor lenge har du tatt medikamentet?	Hvem har foreskrevet medikamentet	Er bruken klarert med klubbens lege
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					

2. Bruker du eller har du i løpet av den siste måneden brukt reseptfrie medisiner (ta også med smertestillende, nesedråper, febernedsettende medisiner)? JA  NEI

	Preparatets navn	Dosering og styrke	Hvor lenge har du tatt medikamentet?	Hvem har foreskrevet medikamentet	Er bruken klarert med klubbens lege
1					
2					
3					
4					
5					
6					

Date

Sted og dato

Name/sign

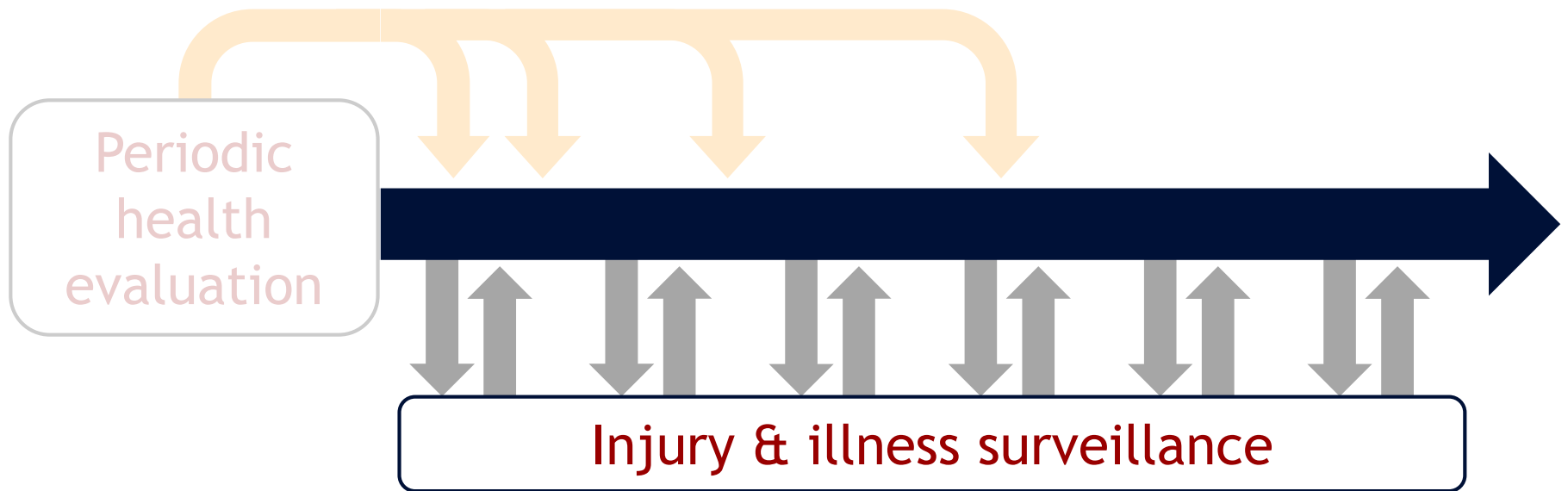
Underskrift

# PHE follow-up

- Summary report contains 2-3 key action points
- Team medical staff have responsibility to make it happen
- Retesting scheduled where appropriate
- All screening data available to athletes and medical staff online

# Screening & Monitoring Project

*Follow-up as necessary*





Why do we do it?

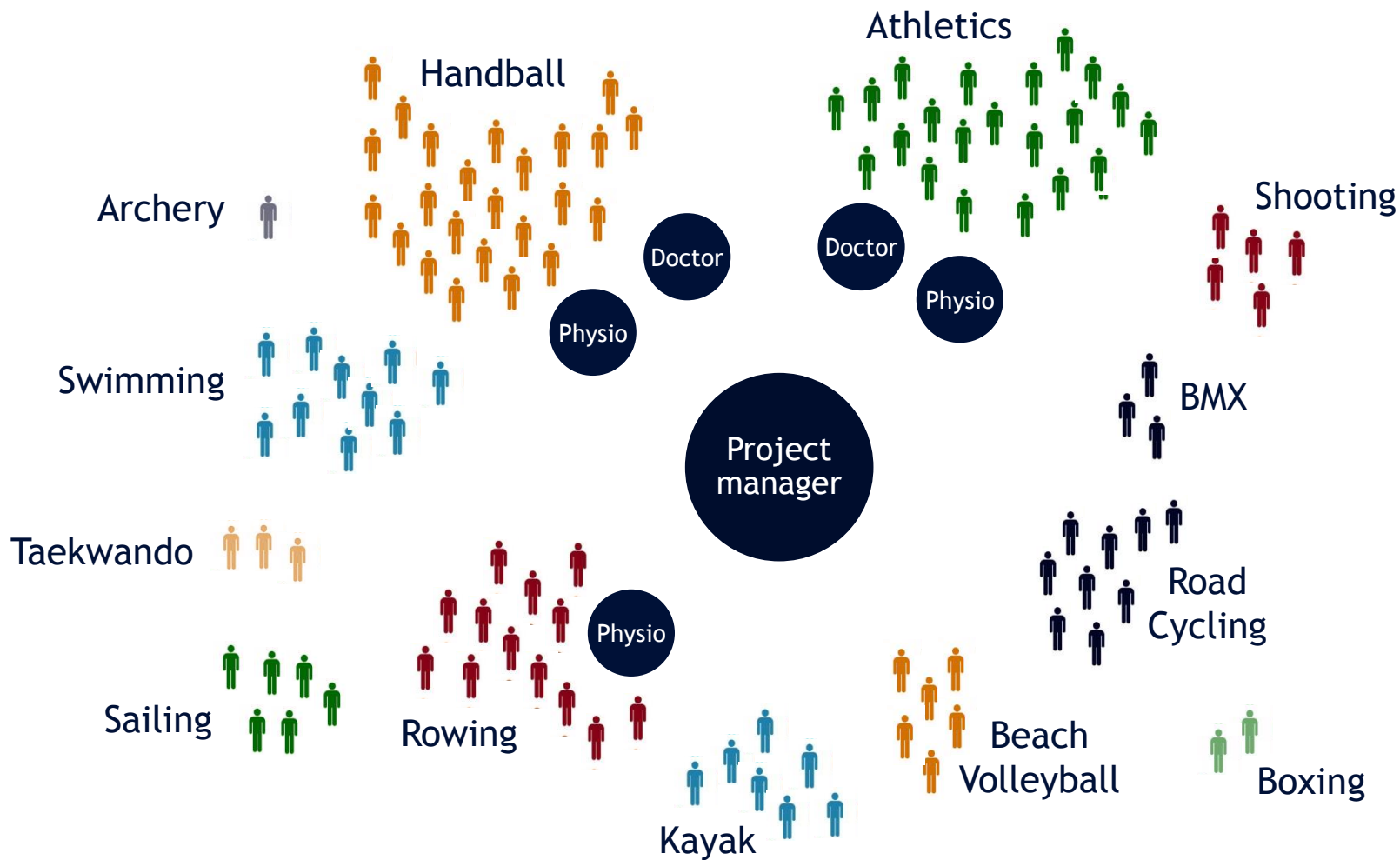


# Primary goal

To optimise our athletes' medical support

- Ensure regular communication between athlete & medical staff
- Create an information “safety-net”
- Early identification of small problems

→ **EARLY ACTION!**



Project manager

Archery  
Boxing  
Taekwondo  
Shooting

Physio  
Doctor

Handball

Physio Doctor

Athletics

Physio Doctor

Sailing

Physio  
Doctor

Swimming

Physio  
Doctor

Kayak

Physio  
Doctor

Rowing

Physio Doctor

Beach Volleyball

Physio Doctor

Cycling

Physio  
Doctor

vodafone UK – NetCom



# 14:18

Tuesday 8 September

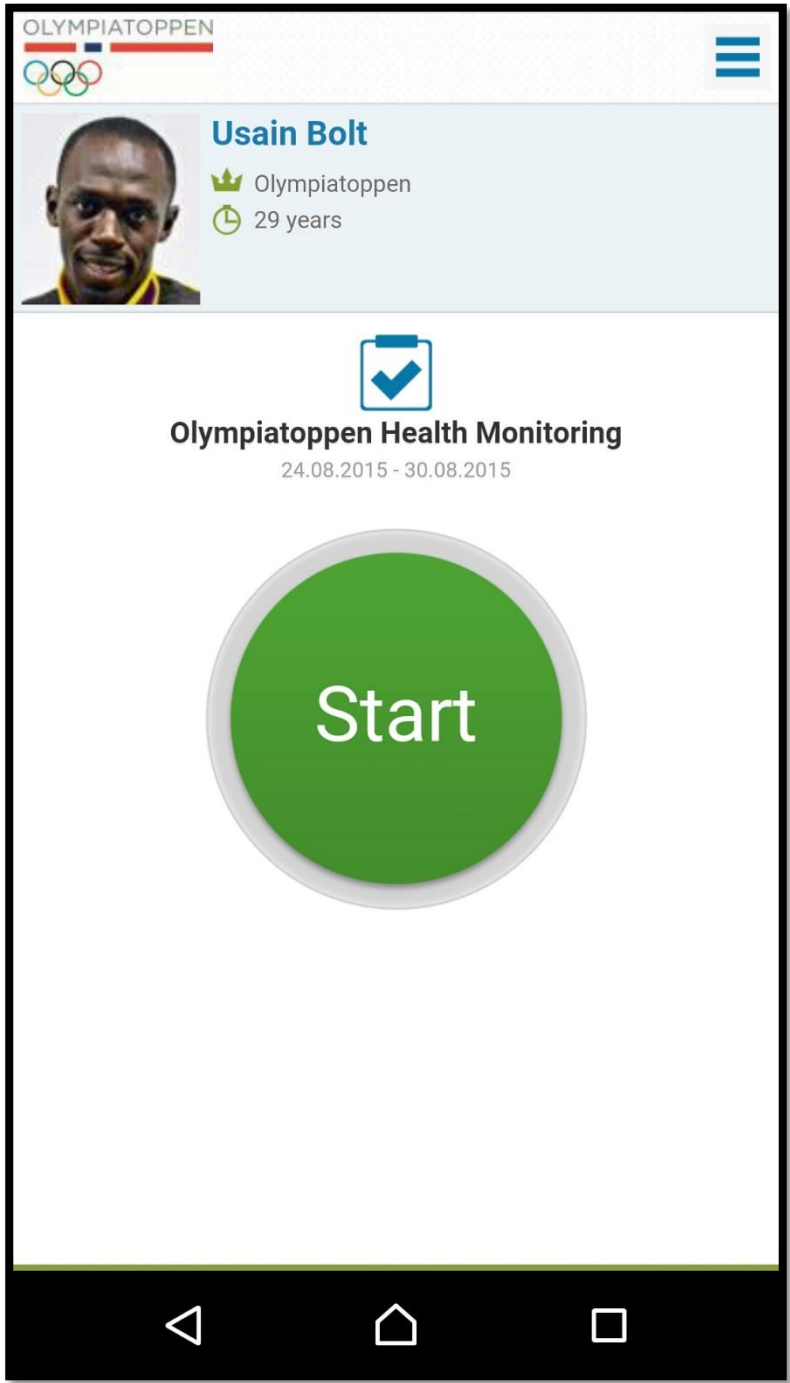


Athlete health check

14:00

Please complete a new injury and illness re..







Our goal is to ensure that you, as an Olympic/Paralympic candidate, get the medical help you need, as quickly as possible.

The data we collect through this project can also help us to develop effective injury and illness prevention strategies for Olympic and Paralympic athletes. Therefore, it is important to register all health problems every week, regardless of whether you have registered the same problem before or are already receiving treatment.

If you register an injury or illness, your team doctor and physiotherapist will receive a message straight away. However, it is important that you do not use this system to replace your normal contact with your medical team.

Got it.  
Go!



## Health check

"Health problems" refers to all injuries and illnesses, regardless of their severity. In this context we regard depression, anxiety, sadness etc as "illness."

Please select the alternatives that are most appropriate for you. If you are unsure, answer as best you can anyway.

If you have several illness or injury problems, please refer to your worst problem this week. You will have a chance to register other problems afterwards.

BACK

CONTINUE







## Participation

1

2

3

4

Have you had any difficulties participating in normal training and competition due to injury, illness or other health problems during the past week?

Full participation without health problems

Full participation, but with health problems

**Reduced participation due to health problems**

Haven't been able to participate due to health problems





## Training Volume

1

2

3

4

To what extent have you reduced your training volume due to injury, illness or other health problems during the past week?

No reduction

To a minor extent

**To a moderate extent**

To a major extent

Cannot participate at all

BACK



## Performance

1

2

3

4

To what extent has injury, illness or other health problems affected your performance during the past week?

No effect

To a minor extent

To a moderate extent

To a major extent

Haven't been able to participate at all

BACK



## Symptoms

1

2

3

4

To what extent have you experienced symptoms/health complaints during the past week?

No symptoms/health complaints

To a minor extent

To a moderate extent

To a severe extent

BACK



## Injury or Illness

Is the health problem referred to in the four questions before an injury or an illness?

**Acute Injury (occurred suddenly in single injury incident, e.g. fall or collision)**

**Overuse Injury (cannot be attributed to a single injury incident)**

**Illness**

BACK



Lumbar spine

Pelvis and buttock

Hip and groin

Thigh

Knee

Lower leg

Ankle

Foot/toes

Other

BACK



### Preexisting condition

You have reported a similar health problem recently (injury to the Lower leg - last report on 23-08-2015).

Is this the same problem?

**Yes, it is the same problem**

**No, it is a new problem**

BACK



## Issue Details

How many days of the week have you not been able to participate in training or competition?

0

1

2

3

4

5

6

7

Have you reported the problem to a medical staff member?

I have not reported this

Olympic team doctor

BACK

CONTINUE





4

5

6

7

Have you reported the problem to a medical staff member?

I have not reported this issue

Olympic team doctor

Olympic team physiotherapist

Other Oylmpiatoppen doctor

Other Oylmpiatoppen physiotherapist

Other

BACK

CONTINUE



### Comments

Do you have any comments for your medical team?

Have an with Dr Torgalsen appointment on Friday.

BACK

CONTINUE





**This concludes your report**

Do you have any other health problems to report?

**Yes, I want to add another report**

**No, I'm done**

BACK



Thank you, Usain Bolt

This concludes this week's report.

Thanks and see you next week!



# Olympiatoppen

Home Dashboard Performance Diary

+ Add New

Calendar My Mailbox My Team(s) My Organisation News



Athlete Dashboard

My Teams

Diary Form

Reports & Training

<http://www.olympiatoppen.no>



## Wednesday, 02 September [Full Calendar](#)

Wednesday 9/2	
all-day	Diary
8am	
9am	
10am	
11am	
12pm	
1pm	

## Pending Surveys

### Inbox (0)

[My Mailbox](#)


bekreftelse	05-08-2015
Sykdom	27-07-2015

# Olympiatoppen

- Home
- Dashboard
- Performance
- Prevention
- Rehab
- Diary
- Custom
- Training
- Forum
- + Add New

Overview ▾ Athlete details ▾ Injury Surveillance ▾

General | Dayform | Team |






From 02/09/2014 to 02/09/2015 | 

Beach volleyball

Football - Women

Golf

**Ski jumping**

	Health monitoring	OLT Basic	Comments
	■ ■ ■ ■ ■ ■ 1 ■ ■ ■		0
 Usain Bolt	1 1 3 1 ■ ■ ■ 1 ■		1
	■ ■ ■ ■ ■ ■ 1 1 ■ ■		1
	■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ 2 1 ■		1
	■ 1 ■ 1 1 ■ 1 ■ ■ ■		0

Testers

Wrestling

Individual athletes



## Etter uttak - ekstrasjekk

Til deg som er kvalifisert, eller kan kvalifisere, til OL eller PL i Rio.

Når Olympiatoppen i siste instans har tatt ut troppen, vil du få et brev med en del informasjon. Noe av denne informasjonen er det viktig at du får så tidlig som mulig, både for at vi vil forebygge sykdom før og under lekene og samtidig forsikre deg om at alt du inntar av medikamenter og kosttilskudd er klassifisert som lav risiko i forhold til en dopingtest. Under er en kort, men viktig, oppsummering på hva du som utøver må gjøre før du reiser:

### 1) Kosttilskudd og medisiner:

Vedlagt ligger det et skjema som skal fylles ut av alle utøvere som skal til OL. Du skal skrive ned alt du bruker av kosttilskudd og medikamenter og skrive under (elektronisk signatur er OK). Det er ingen utøvere som får reise, før dette skjema er fylt ut og sendt inn. Flere av dere har fylt ut samme skjema i forbindelse med stipendtildeling, men vi ber deg likevel om å fylle ut denne og sende til fagsjef for ernæring, Ina Garthe. Du kan også henvende deg til denne adressen hvis du har spørsmål rundt kosttilskudd: [ina.garthe@olympiatoppen.no](mailto:ina.garthe@olympiatoppen.no) (99003916)



## Ny arbeidsgruppe - mandat

- ... bistå i arbeidet med å utarbeide forslag til rutiner og retningslinjer for forskrivning av legemidler til toppidrettsutøvere.







## Ny arbeidsgruppe - medlemmer

- Hilde Skagestad & Bente Lund (seniorrådgivere, Helsedirektoratet)
- Rune Andersen (Antidoping Norge)
- Eva Birkelund (leder, Norsk forening for idrettsmedisin og fysisk aktivitet, Legeforeningen)
- Anne Margrethe Hausken (orienteringsløper/tidligere leder av utøverkomitéen)
- Bjørge Stensbøl (tidligere toppidrettssjef)
- Bo Berglund (sjefslege, Sveriges Olympiske Komité)
- Leder: Roald Bahr
  
- Faglig bistand: DNV GL (tidligere Det Norske Veritas)

