

Gelişen bir uzmanlık alanı: Spor hekimliği

Doç. Dr. Bülent Bayraktar



1967 yılında İstanbul'da doğdu. İlk ve orta öğretimi İstanbul'da tamamladıktan sonra İÜ İstanbul Tıp Fakültesi'nden mezun oldu. 1999'da uzman kadrosuna, 2005 yılında doçent kadrosuna atanan Dr. Bayraktar halen İÜ İstanbul Tıp Fakültesi Spor Hekimliği ve Anatomi AD'de öğretim üyeliği yapmaktadır. İÜ Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Müdürlüğünü de yürüten Dr. Bayraktar, Türkiye Futbol Federasyonu, Basketbol Federasyonu ve Güreş Federasyonlarında sağlık, performans ve eğitim konuları ile ilgili kurullarda aktif görev yapmaktadır.

Dr. İlker Yücesir



1966 yılında İstanbul'da doğdu. İlk ve orta öğrenimini İstanbul'da tamamladı. İstanbul Üniversitesi İstanbul Tıp Fakültesi'nden mezun oldu. Mecburi hizmetini Kırkkale'de tamamladıktan sonra aynı fakültede fizyoloji doktorasını yaptı. Tüm orta ve yüksek öğrenim dönemi süresince önce oyuncu, sonra antrenör olarak basketbol sporuyla uğraştı, oyuncu ve antrenör olarak çeşitli kategorilerde bölgesel ve ulusal başarıları ulaştı. Voleybol, basketbol, futbol ağırlıklı olmak üzere çeşitli kulüplerde ve basketbol millî takımlarında takım doktorluğu görevlerinde bulundu. İstanbul Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda Öğretim Üyesi olarak görev yapan Dr. Yücesir, halen Türkiye Futbol ve Basketbol Federasyonlarının sağlık kurullarında görev almaktadır.

Prof. Dr. Mehmet H. Kurtoğlu



1951 yılında Bursa'da doğdu. Orta öğrenimini Kadıköy Maarif Koleji'nde tamamladıktan sonra İstanbul Üniversitesi İstanbul Tıp Fakültesi'nden 1975 yılında derece ile mezun oldu. Kurtoğlu, uzmanlığını tamamladığı, doçent ve 1990 yılında profesör olduğu İstanbul Üniversitesi İstanbul Tıp Fakültesi Genel Cerrahi AD'de halen Öğretim Üyesi olarak görev yapmaktadır. Birçok ulusal ve uluslararası derneğe üye olan, pek çok derginin yayın kurulunda görev yapan Kurtoğlu, evli ve 2 çocuk babasıdır.

Spor ve fiziksel aktivite, antik çağlardan günümüze dek gelişerek gelmiş ve modern zamanların en büyük sektörlerinden biri haline almıştır. Spor, insanoğlunun medeniyetin ortaya çıkışından bugüne süregelen birkaç uğraşı alanından

biridir. Günümüzde sağlık-eğlence amaçlı bir boş zaman aktivitesi olmakla insan fizyolojisini zorlayan performans sporları arasındaki geniş yelpazede spor yapan milyonlarca insan bulunmaktadır.

Spor/fiziksel aktivitenin insan sağlığına katkı yapmasının yanı sıra ve tam tersi biçimde spor/fiziksel aktiviteye

bağlı sağlık sorunları da oluşmaktadır. Özellikle fizyolojik sınırları zorlayan antrenman ve müsabaka düzenleyen yarışmacı sporcular (performans sporcuları) için bu sorunların kaynağını oluştururken sadece aktif olmakla ilişkili kaza vb. beklenmeyen durumlar da spora bağlı sağlık sorunlarına yol açabilmektedir. Bu denli büyük bir katılım spor/fiziksel





Bergamalı Galen pek çok tıp tarihçisi tarafından ilk spor hekimi olarak kabul edilir. MS. 130 - 201 tarihleri arasında yaşamış olan ve Hıristiyan tıbbi tarafından Rönesans'a kadar öğretileri mutlak doğru kabul edilen Galen, gladyatörler başta olmak üzere spor kaynaklı sakatlıkların ve sporcuların tedavisi ile de uğraşmıştır. Milattan sonra 980-1037 yılları arasında yaşayan ve eserleri 17. yüzyıla kadar Avrupa üniversitelerinde okutulan büyük İslam düşünürü, filozof, matematikçi, bilim adamı, hekim İbn-i Sina'nın tıbbi eserlerinde de bugünün spor fizyolojisi ve spor hekimliği uygulamaları ile örtüşen bilgiler mevcuttur.

aktivite ile ilgili sağlık sorunlarını da sık karşılaşılabilecek hale getirmiştir.

Performans sporu/sporcusu dediğimiz her türden yarışmacı grubun sakatlık ve hastalıkları sadece kendilerini değil, parçası oldukları ekonomik sektörü ve büyük izleyici kitlelerini de ilgilendirir olmuştur. Böylece günümüzde özellikle performans sporcuları için sakatlık ve yaralanmaların, oluşum mekanizmalarından (etiyojilerinden) sağaltım yöntemlerine kadar özel uzmanlaşma gereği popüler kültürün de baskısı ile kaçınılmaz bir durumdur. Bu nedenle özellikle 20. yüzyılın ikinci yarısında sporcu sağlığı kavramı ve "spor hekimliği" alanı çok hızlı bir gelişme göstermiştir. Genel kapsamı ile "spor hekimliği" bu yazının konusunu oluşturmaktadır.

Tarihçe-güncel durum

Spor hekimliğinin tarihi sporla başlar. Spor tarihçileri son yıllarda spo-

run daha önceleri sıklıkla inanıldığı gibi antik dönemde başlamadığını, yaşadığımız topraklarda ve Mezopotamya'da Milattan önce 3 bin yıllarından bu yana kurulu yarışmaların sportif gösteri/yarışmalar yaptıklarını bildirmektedirler (1, 2). Her devirde hekimlerin/sağlıkçıların yaşadıkları devrin sporcularını da tedavi ettikleri muhakkaktır. Antik dönemden çok önce neolitik çağlarda savaşçı/sporcuların farklı beslenme stratejileri olduğu, hatta bugün doping kabul edilen özel uygulamalar yaptıkları bilinmektedir. Bu yöndeki bulgular daha o dönemlerde sporcuların sedanterlerden farklı görüldüklerinin kanıtıdır. Ancak bu durum hekimlik uygulamaları açısından branşlaşma olarak değerlendirilemez. Spor hekimliği kavramı spor yapanları özel bir grup kabul etmeyi, sporla ilişkili sağlık konularını da özelleşmiş bir disiplin olarak görmeyi gerektirir. Bu kapsamda değerlendirildiğinde Bergamalı Galen pek çok tıp tarihçisi tarafından ilk spor hekimi olarak kabul edilir. MS. 130 - 201 tarihleri arasında yaşamış olan ve Hıristiyan tıbbi tarafından Rönesans'a kadar öğretileri mutlak doğru kabul edilen Galen, sporun/fiziksel aktivitenin tedavi edici etkileri hakkındaki tespitlerinin yanı sıra gladyatörler başta olmak üzere spor kaynaklı sakatlıkların ve sporcuların tedavisi ile de uğraşmıştır.

Milattan sonra 980-1037 yılları arasında yaşayan ve eserleri 17. yüzyıla kadar Avrupa üniversitelerinde okutulan büyük İslam düşünürü, filozof, matematikçi, bilim adamı, hekim İbn-i Sina'nın tıbbi eserlerinde bugünün spor fizyolojisi ve spor hekimliği uygulamaları ile örtüşen bilgiler mevcuttur. Batı tıbbında spor ve egzersizle ilgili ilk araştırmalar/çalışmalar 16. yüzyılda başlar.

Modern çağlara geldiğimizde 19. yüzyıl sonlarında Pierre de Coubertin (1863-1937) olimpiyat oyunlarını kurmaya çalışırken spor fizyolojisinin temelini oluşturan "deneysel fizyoloji" çağdaş bir bilim dalı olma yolunda olgunlaşmasını tamamlamak üzere idi (3).

Spor hekimliğinin kavram ve tanım olarak olgunlaşması ise 20. yüzyılın ilk çeyreğinde gerçekleşmiştir. Avrupa'da 1920'li yıllarda çeşitli ülkelerde dernekler, birlikler kurarak örgütlenecek denli gelişme kaydeden spor hekimliği, 1928 yılında St.Moritz'de 2. Kış Olimpiyat Oyunları sırasında 11 ülkeden 33 hekimin katılımı ile 'Uluslararası Spor Hekimliği Birliği'nin (Association Internationale Medico Sportive-AIMS) kurul-

ması ve bu birliğin ilk kongresini aynı yıl yaz olimpiyat oyunları sırasında Amsterdam'da 20 ülkeden 280 hekimin katılımıyla yapması ile uluslararası boyuta uzanan bir branş, uzmanlaşma alanı vasfı kazanmıştır (4).

Ülkemizde bu alanda kayıtlara giren ilk hekim, 1924 yılında olimpiyatlara hazırlanan sporculara yardımcı olmak üzere görevlendirilen Dr. Sırrı Alıçlı'dır. Sonraki yıllarda da sporcularla çalışmalarını sürdüren Dr. Alıçlı, 1938 yılında kurulan Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü'nde sağlık dairesinin başkanlığını yapmıştır. Sonraki yıllarda Alıçlı'dan bu görevi devralan Dr. Raşit Serdengeçti ülkemizde spor hekimliğinin yaygınlaşması yönünde önemli çalışmalar yapmış, kurslar düzenlemiş ve iki kitap yazmıştır (5). İstanbul, Ankara ve İzmir'de spor hekimliği alanında faaliyet gösteren hekimlerin kurmuş oldukları dernekler 1966 yılında birleşerek bir federasyon oluşturmuş ve bu federasyon 1971 yılında 'Spor Hekimliği Temel Kursu'nu düzenlemiştir. Üniversitelerde ilk uzmanlık alanı 1973 yılında Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde (İzmir) Spor Hekimliği Kürsüsü'nün kurulmasıyla gerçekleşmiştir. Halen 8 üniversitenin tıp fakültelerinde (Ege, Gülhane Askeri Tıp Akademisi, Ankara, İstanbul, Uludağ, Hacettepe, Süleyman Demirel ve Erciyes üniversiteleri) spor hekimliği uzmanlık programları yürütülmektedir (5).

Spor hekimliği son 20 yılda dünyada ve ülkemizde özgün bir uzmanlık alanı olarak kabul görmektedir. Daha önceleri ve halen pek çok ülkede pratisyen hekimler veya aile hekimliği, ortopedi, iç hastalıkları, fizik tedavi ve rehabilitasyon vb. farklı uzmanlık alanından hekimlerin özel eğitim programları ile düzenlenen çeşitli seviye kursları, sertifika programı vb. eğitimlerle bu alanda çalışma yetkisi kazandıkları bilinmektedir. Amerika Birleşik Devletleri, Almanya, İngiltere bu tür uygulamaların halen yürürlükte olduğu gelişmiş ülkelerin başında sayılabilir. Bu ülkelerdeki eğitim bir alt/yan uzmanlık olarak kabul edilmekte, teorik ve pratik uygulamaların tamamlanması birkaç yılı bulabilmektedir.

Gelişimi bu ülkelere nazaran daha geç başlayan ve yavaş olan ülkemizde bu branşın özgün bir uzmanlık alanı olması ülkemiz adına sevindirici, gelişimi ivmelendirici ve ileriki yıllar için ümit vaat eder nitelikte olmakla birlikte, uzmanlık eğitiminde kimi fakültelerde halen kalifikasyon açısından istenen düzeye ulaşılmadığı ve asistan eğitim programlarının geliştirilmesi gerekliliği konu-

nun önde gelen uzmanları tarafından zaman zaman dile getirilmektedir.

Spor hekim(i)liği

Spor hekimliği diğer pek çok uzmanlık alanından farklı veya daha gelişkin bir multi-disipliner yaklaşım gerektirir. Sporcular/spor yapanlar toplumda her bireyin karşılaşabileceği genel sağlık sorunları ile karşılaşabilir olmanın yanı sıra başta sakatlıklar olmak üzere doğrudan spor yapmakla ilişkili sağlık sorunlarını yaşayan özel bir gruptur. Spor hekimi de bu bağlamda genel tababete hâkim iyi bir pratisyen olmanın yanı sıra sporla ilişkili sağlık sorunlarının teşhis ve tedavisi konusunda uzmanlaşmış bir hekim olmalıdır. Sporla ilişkili sağlık sorunları başlıca kardiyovasküler sistem ve kas-iskelet sistemi ile ilgili olup uzmanlık eğitimi de öncelikle bu alanları kapsar. Ayrıca performans sporcuları başta olmak üzere spor yapanların diğer ihtiyaçları olan koruyucu hekimlik uygulamaları, sakatlık risklerinin tespiti ve önlenmesi, acil ilk yardım, beslenme, kinantropometri, spor psikolojisi, antrenman planlaması, rekondisyon, saha ve laboratuvar testleri, dopingle mücadele, sportif branşların özellikleri ve özgün ihtiyaçları vb. diğer konularda da bilgi ve deneyim sahibi olmalıdır. Her biri başlı başına birer uzmanlık veya meslek olan bu alanlardaki yetkinliğinin konunun profesyonelleri ile işbirliği yapabilecek, onları sporunun gerçek gereksinimleri hakkında doğru yönlendirecek seviyede olması beklenir.

Spor hekimi sporcuların sağlık sorunlarını tıbbın temel ilkelerinden "Hastalık yoktur hasta vardır!" düsturuna uygun biçimde ele alabilecek bir perspektife sahip olmalıdır. Günümüzün çağdaş anlayışında özellikle profesyonel sporcuların sorumluluğunu yüklenen spor hekimlerinden beklenen sadece sakatlıkların tedavisi değil sporcunun tam sağlamlık halinin devamlılığını sağlamasıdır. Bu çerçeveden değerlendirildiğinde iyi bir spor hekimi mesleki vasıf ve becerilerinin yanı sıra zaman zaman sporcuyla, sporcunun yakın çevresini, antrenörünü, yöneticileri ve diğer ilgilileri de kapsayacak biçimde performans yönetimi beklentileri sporcunun sağlığı ekleninde yönetebilen bir kişi olmak durumundadır.

Takım doktorluğu

Takım doktorluğu spor hekimliği genel konsepti içinde ayrıcalıklı bir yere sahip, öne çıkan ve zaman zaman yanlış bir biçimde spor hekimliği ile

eş anlamlı kullanılan bir kavramdır. Adından da anlaşılacağı üzere takım sporlarında çalıştıkları takımın sağlıkla ilgili tüm sorumluluğunu alan hekimleri ifade eder. Takım doktorunun sorumluluğu klinik ortamında meslek icra eden spor hekimlerinden farklı olarak tek bir bireyden ziyade tüm takımı ve takımın oyuncular dışındaki elemanlarını da içerir. Türkiye Futbol Federasyonu'nun "Sağlık Ekiplerinin Yapılanmaları ve İşleyişleri Talimatı" takım doktorunun görevlerini Koruyucu Hekimlik Uygulamaları, Performans Hekimliği Uygulamaları ve Teşhis ve Tedavi Edici Hekimlik Uygulamaları başlıkları altında tarif etmiştir. Ülkemizde takım doktorluğu uygulamalarını bir mevzuata bağlayan yegâne örnek olan talimatta, takım doktoruna takımla ilişkili olan kulp çalışanlarının (örn: aşçı, malzemeci, masör vb.) portör muayenelerinden sahaların denetimine, immunizasyon çalışmalarından motorik özelliklerin saha ve laboratuvar testleri ile değerlendirilmesine, sporcuların dinlenme ve beslenme düzenlerinin planlanmasından sakatlıklara acil ve ilk müdahalenin yerinde ve zamanında yapılmasına dek pek çok husus kurala bağlanmıştır (6).

Spor hekimliği ülkemizde ve dünyada halen gelişimini sürdüren multi-disipliner bir uzmanlık alanıdır. Spor sektörü geliştikçe bu uzmanlık alanının da buna paralel gelişmesi ve toplumda spor hekimliği uzmanlarına ihtiyacın artması kaçınılmazdır. Ülkemizde halen yeterli sayıda olmayan spor hekimliği uzmanlarının dolduramadığı boşluk, diğer branş hekimleri için düzenlenen kurs, seminer vb eğitimler ile kapatılmaya çalışılmaktadır. Halen sporu ve sporcuyla seven tüm hekimler için bu yönde gelişim ve spora hizmet imkânı bulunmakta olup ülkemiz için bu durumun daha en az birkaç dekat süreceği öngörülmektedir.

Kaynaklar

- 1) Scanlon T., *Contesting Ancient Mediterranean Sport, The International Journal of the History of Sport, Vol. 26, No. 2, February 2009, 149-160.*
- 2) Sipahi, 'New Evidence from Anatolia Regarding Bull-Leaping Scenes in the Art of the Aegean and the Near East'; and Scanlon, *Greek and Roman Athletics: A Bibliography with Introduction and Commentary.*
- 3) Coleman, *Biology in the Nineteenth Century.*
- 4) Ergen E., *From medicine and science to sports medicine and sport sciences : Relations, Definitions, Historical Roots, 10th.ECSS Congress 14-17 July 2005, Belgrade, Serbia & Montenegro*

Spor hekimliği ülkemizde ve dünyada halen gelişimini sürdüren multi-disipliner bir uzmanlık alanıdır.

Ülkemizde halen yeterli sayıda olmayan spor hekimliği uzmanlarının dolduramadığı boşluk, diğer branş hekimleri için düzenlenen kurs, seminer vb eğitimler ile kapatılmaya çalışılmaktadır. Halen sporu ve sporcuyla seven tüm hekimler için bu yönde gelişim ve spora hizmet imkânı bulunmakta olup ülkemiz için bu durumun daha en az birkaç dekat süreceği öngörülmektedir.

5) Ergen E., *Dünya'da ve Türkiye'de Spor Hekimliği, Ankara Üniversitesi Spor Hekimliği ders notları.*

6) TFF Sağlık Ekiplerinin Yapılanmaları ve İşleyişleri Talimatı.