

Sokkal gyorsabb a felépülés

FAZEKAS DÉNES: „Elektro-, lökéshullám-terápia, lézer és rezgőpad segíti munkánkat”

Az élsportolók korábban egy-egy súlyosabb sérülés után fél évet, de olykor egy esztendő is kénytelenek voltak kihagyni, hiszen a műtéti eljárások sem voltak olyan profik, mint napjainkban és a rehabilitáció sem állt még a jelenlegi színvonalon.

A labdarúgó-világbajnokság alatt láthattuk, hogy például a cseh Jan Kollernek elszakadt egy izma, de a hírek arról szóltak, hogy a csoportmérkőzések után visszatérhetett volna, ha a csehek időközben nem esnek ki. A súlyos sérülés utáni látványos gyógyulásért nem is kell ilyen messzire tekintenünk, elég, ha Kovács Zoltán vagy Simek Péter példájára gondolunk. Az újpesti csatár három hónappal a térszalagszakadása után már elkezdhette a téli felkészülést, a romániai Poli Timisoara középpályása pedig április végén járt ugyanúgy, mint a lila-fehérek támadója, és már ő is szinte teljesen egészséges. A két futballistát új műtéti eljárással operálták, de nemcsak ez kellett a gyors felépülésükhöz, hanem a professzionista rehabilitáció is. A két labdarúgó utókezelését Fazekas Dénes irányította, természetesen az operációt elvégző dr. Abkarovits Gézával közösen.

„A sportolók általában edzésen vagy meccsen összeszedett sérülés

után jelentkeznek nálam – mondta Fazekas Dénes. – A szerencsétlen események után természetesen először az operáció következik, majd ezt követően elkezdődik a rehabilitáció. Természetesen a sérüléstől és a műtéttől függően mindvégig konzultálva az operációt végrehajtó orvossal.”

A rehabilitáció sikerességéhez, a gyors és tökéletes felépüléshez sok minden kell. Nemcsak a modern technika, hanem a játékosok mentalitása is fontos.

„Természetesen nem hanyagolható el a lelki tényezők sem az ilyen ügyekben – folytatta Fazekas Dénes. – Nagyon elszántság kell lennie az érintetteknek és pszichésen is erősnek. Persze a modern műtéti eljárások ebben a tekintetben is sokat segítenek, hiszen könnyebben dolgozza fel a sérült sportoló, ha azt mondom neki, hogy bárom hónap múlva egészséges lesz, mintha fél évről beszélünk. A rehabilitáció ideje alatt délelőtt és délután is jönnek kezelésre a műtéten átesett sportolók. Ez mindennap körülbelül négy és fél órányi elfoglaltságot jelent.”

A sportolók kezeléséhez Fazekas Dénes különböző gépeket is segítségül hív, de természetesen nem maradhat el a masszázs és a gyógytorna sem.

„A rehabilitációs eszközök és eljárások segítenek a vérkeringés és az anyagcsere javításában, ezekre azért van szükség, mert a vegetatív idegrendszer természetesen vé-

dekezik az intenzív mozgás ellen – magyarázta a szakember. – Persze ezt nagy körültekintéssel és türelemmel kell végezni. Ugyanakkor a masszázs és a sérült ízület feszítése az első időkben még fáj, de ez tulajdonképpen elkerülhetetlen. Van ultrahangos készülékünk, alkalmazunk elektroterápiát, a lézert, az izomerősítő rezgőpadot. A súlyos sérülés utáni rehabilitáció négy-öt hétig tart, ennyi idő alatt nagyon nagy terhelést kapnak a betegek. Természetesen ezt követően is járnak még kontrollra.”

Fazekas Dénes elmondta, hogy a sérülések után különös figyelmet kell fordítani a táplálkozásra is. A rehabilitáció alatt speciális táplálékkiegészítőket kapnak a játékosok, ebben van porcképző, izomerősítő és lazító adalék is. Mindez szükséges a gyors és sikeres felépüléshez.



FOTÓ: CZAGANY BALÁZS

A műtét utáni rehabilitáció napi kétszer két-két és fél órás foglalkozásban, négy-öt héten át tart