



## LETTRE SANTE NUMERO 10

### POURQUOI LA VISITE MEDICALE D AVANT SAISON EST ELLE IMPORTANTE ?

Si pour certains sportifs, cette étape ne se résume qu'à une signature en bas d'un papier, elle revêt pourtant un intérêt primordial pour vous sportifs : l'objectif principal est de dépister une incapacité, avec des objectifs sous-jacents qui sont **prévenir, informer, éduquer, orienter et, voire même, effectuer des actes curatifs si besoin.**

Elle permet de réduire la morbidité due au sport (le risque de problèmes), d'évaluer les chances de réussite et d'épanouissement.

Le médecin va devoir évaluer le risque de blessures, et évaluer le risque cardiovasculaire inhérent au sport que vous vous préparez à pratiquer. Ce pourquoi, un interrogatoire précis, un examen médical complet orienté, voir des examens complémentaires, doivent être bien conduits.

Ainsi, tout ceci doit se faire au sein d'une **consultation spécifique**. Ne demandez votre certificat à la fin d'une consultation pour une angine. Votre médecin devra tout reprendre depuis le début, et ceci lui coûte du temps... L'interrogatoire précisera si le patient a des antécédents familiaux ou personnels, des antécédents sportifs (blessures), quels sont les sports pratiqués, quelle est l'hygiène de vie du patient, et où en sont ses vaccinations.

#### **L'examen du patient va comporter différents aspects :**

- La prise du poids et de la taille.
- Un examen dentaire et ORL
- Un test de la vision et surtout du champ visuel
- Un examen pulmonaire avec pour les asthmatiques une mesure du Débit de pointe expiratoire
- Un examen de tout l'appareil locomoteur : vérifier les articulations, les tendons, le rachis
- Un examen podologique et postural, debout sur un podoscope



# US BIOT

- Un examen neurologique pour certain sport peut être intéressant (sports de contacts)
- Un examen cardiologique, avec une auscultation du cœur, la prise de la tension, la palpation de pouls.

A la suite de ce bilan clinique, le médecin pourra vous faire un électrocardiogramme, voire vous proposer de réaliser une épreuve d'effort ou une échographie cardiaque en fonction de votre niveau, de votre âge ou de vos antécédents.

Votre médecin traitant peut faire des ECG, mais son interprétation est parfois difficile. Il faut donc consulter un Médecin du Sport ou un Cardiologue, exercés à lire des résultats parfois compliqués. Enfin, l'ECG est un examen obligatoire pour tous les doubles surclassés.

Voilà donc tous les enseignements que peuvent vous apporter une visite médicale. Plus que l'obtention d'un coup de tampon, elle doit vous permettre de mieux connaître votre état de forme, vos capacités, vos limites, de pouvoir poser les questions à votre médecin, pour une reprise sans inconnue, plus sûre et sereine.