

S.P.O.R.T.S. in een notendop

S.P.O.R.T.S. is een multidisciplinair expertisecentrum binnen het UZA. Binnen de ziekenhuismuren werkt S.P.O.R.T.S. nauw samen met specialisten uit verschillende domeinen. Zo kunnen sporters snel bij de juiste specialist terecht voor bijkomend onderzoek.



- › **Cardiologie:** dr. H. Miljoen
- › **Fysische Geneeskunde:** prof. dr. G. Stassijns
- › **Inspanningsfysiologie:** R. Frankinouille, J. Roeykens
- › **Medische beeldvorming** (met o.a. echo, RX, NMR, CT-scan): prof. dr. J. Gielen
- › **Orthopedie:** dr. L. Dossche, dr. S. Van Bouwel
- › **Pneumologie:** dr. A. Vints
- › **Podologie:** T. Geens
- › **Sportgeneeskunde:** dr. S. Moustie, dr. J. Verstuyft
- › **Sportpsychologie-mentale begeleiding:** J. Meganck
- › **Voedingsleer:** L. Bartholomeeussen

Triatleet Alexander, liet zich testen bij S.P.O.R.T.S. alvorens intensiever te gaan sporten.

“ De testen bij S.P.O.R.T.S. toonden aan dat ik lijd aan het Brugada-syndroom, een gevaarlijke hartkwaal. Ik werd onmiddellijk doorverwezen naar de dienst cardiologie, waar ik drie weken later geopereerd werd. Zonder de sportscreening was het misschien fataal afgelopen voor mij. ”

Praktisch

- › **Een afspraak maken**
Elke werkdag van 08.30 tot 17.00 op T 03 821 42 02
- › **Raadpleging**
Elke werkdag van 08.30 tot 17.00.
Dinsdag en donderdag van 08.30 tot 19.00.
Geen verwijsbrief nodig.
Wil je enkel een inspanningstest afleggen? Dat kan als je recent sportmedisch geëvalueerd werd. Breng dan jouw evaluatieformulier, licentie of keuringsattest mee naar S.P.O.R.T.S.
- › **Nog vragen?**
T 03 821 42 02
sports@uza.be
www.uza.be/sports
- › **Medische urgenties**
T 03 821 38 06 (spoedgevallen, UZA)
Voor medische urgenties en dringend telefonisch contact buiten de werkuren.
- › **Bereikbaarheid**
Vanuit de centrale inkomhal volg je route 40.

UZA / Wilrijkstraat 10 / 2650 Edegem
Tel +32 3 821 30 00 / www.uza.be
Volg ons op facebook  en twitter 



Het UZA draagt het JCI-label voor veilige en kwaliteitsvolle zorg.

UZA

Kennis / Ervaring / Zorg

UZA

S.P.O.R.T.S.

SPORT GEZOND,
LAAT JE TESTEN.

Sportmedische begeleiding voor iedereen

Screening, Preventie, Onderzoek en Onderwijs,
Revalidatie, Training en Sportgeneeskunde

www.uza.be/sports

Erkend Topsportkeuringscentrum van de Vlaamse Gemeenschap

Sporten is gezond

Sporten is gezond voor lichaam en geest. Wil je beginnen met sport? Of sport je al en wil je intensiever gaan trainen? Dan is het belangrijk om geen gezondheidsrisico's te nemen en te ontdekken wat je lichaam aankan. Laat je begeleiden en kom naar S.P.O.R.T.S. S.P.O.R.T.S. is de ideale start van een gezond en actief leven. Ook sporters met blessures kunnen hier terecht.

Waarom S.P.O.R.T.S.?

S.P.O.R.T.S. biedt medische begeleiding en praktisch advies aan sporters van elk niveau, zowel starters als recreanten en topsporters. Elke sporter wordt met dezelfde hoge kwaliteitsnormen begeleid.

“ Wie graag sport, raad ik aan om zich te laten screenen bij S.P.O.R.T.S. Je krijgt persoonlijk advies waar je meteen mee aan de slag kunt. ”



Lopen is de ideale uitlaatklep voor Kaat, mama van vier kinderen. Na haar laatste zwangerschap stapte zij naar S.P.O.R.T.S. om de draad van het lopen weer op te pikken. Dankzij de analyses boekte zij meer vooruitgang en kon zij bekken- en rugproblemen voorkomen.

Medische begeleiding op topniveau

> Sportmedische evaluatie

Als starter of recreant is gezond sporten belangrijker dan topprestaties leveren. S.P.O.R.T.S. brengt de mogelijke zwakke schakels van je lichaam in kaart om letsels te voorkomen. Tijdens de sportmedische evaluatie gebeuren eerst alle basismetingen zoals de lengte, het gewicht, een hartonderzoek in rust en een longfunctietest. De sportarts interpreteert deze waarden en voert een grondige biomechanische en medische screening uit. Zo ontdek je jouw fysieke mogelijkheden.

> Maximale inspanningstest

Wil je ook een fysiek profiel laten opstellen? Kies dan voor een inspanningstest. Tijdens deze test bekijkt S.P.O.R.T.S. jouw huidige fysieke toestand en jouw sportieve mogelijkheden. Aan de hand van de testresultaten krijg je persoonlijk advies om je training te optimaliseren.

> Trainingsadvies

Het grote voordeel van S.P.O.R.T.S.? Je krijgt onmiddellijk na de sportmedische evaluatie aangepast trainingsadvies. Je kan hier meteen mee aan de slag om je fysieke conditie te verbeteren. De sportartsen en sportfysiologen hebben een uitgebreide expertise op vlak van trainingsleer en jarenlange praktijkervaring in het begeleiden van sporters.

> Gekwetst?

Ook dan biedt S.P.O.R.T.S. hulp! Als het sporten niet perfect verloopt en je gekwetst geraakt, dan zorgt het S.P.O.R.T.S.-team voor verder onderzoek. Na een loop- en ganganalyse, een RunningSmart-analyse en/of een krachttest krijg je specifieke oefeningen en advies om blessures te voorkomen en verhelpen.

Wat biedt S.P.O.R.T.S.?

Bij S.P.O.R.T.S. kan je terecht voor een sportonderzoek op maat. Inspanningstests op de loopband of op de (eigen) fiets, isokinetische krachttests en zelfs veldtests zijn mogelijk. Bovendien kan je bovenop het trainingsadvies nog aangepast voedingsadvies en mentale begeleiding krijgen.

1. Sportmedische evaluatie

- Uitgebreid klinisch onderzoek
- Elektrocardiogram bij rust en inspanning
- Longfunctieonderzoek (diagnose inspanningsastma...)

2. Evaluatie van de fysieke conditie

- Meting van de maximale zuurstofopname (VO_2 max)
 - Melkzuuranalyse tijdens de inspanning
 - Test op loopband, ergometerfiets (Lode Excalibur) of eigen fiets mogelijk (Cyclus II)
- Deze tests worden uitgevoerd in functie van noodzaak
- Meting van de maximale kracht (Biodex®)
 - Meting van de lichaamssamenstelling (Dexa)
 - Lengtepredictiemeting

3. Advies en begeleiding

- Trainingsadvies
- Voedingsadvies
- Mentale begeleiding

4. Diagnose, behandeling en preventie van sportletsels

- Loop- en ganganalyse met podologische raadpleging
- Screening van kracht, lenigheid, lichaamscontrole, stabiliteit en loophouding met RunningSmart
- Voortijdige opsporing van peesletsels (echografie)