



SIGULDAS NOVADA PAŠVALDĪBA SIGULDAS SPORTA SKOLA

Reģ.Nr. 4371902244

Gāles iela 29, Sigulda, Siguldas novads, LV-2150, mob.tālr. 22022898, e-pasts: sportaskola@sigulda.lv
SEB Siguldas filiāle, kods UNLALV2X, konts LV15UNLA0027800130404

Siguldā

IEKŠĒJIE NOTEIKUMI

2021. gada 09.februārī

Nr.1-6/02/2021

“Siguldas Sporta skolas fizioterapeita pakalpojumu sniegšanas kārtība”

1. Kārtības vispārīgs skaidrojums.

Siguldas Sporta skolas fizioterapeita efektīvai, kvalitatīvai darbībai tiek izveidota kārtība, ar mērķi radīt sistemātisku, strukturizētu darba plānošanu un realizēšanu. Apzinot to, ka Siguldas Sporta skola nav neatliekamās medicīniskās palīdzības iestāde, kā arī viena fizioterapeita kapacitāte nespēj apkalpot visus Sporta skolas izglītojamos vienlīdz regulāri, bieži un individuāli, tiek izstrādāts plānveida pasākumu kopums jeb kārtība, lai nodrošinātu efektīvu un mērķtiecīgu pieeju fizioterapeita pakalpojuma sniegšanā sportistam, ar iespēju saņemt fizioterapeita pakalpojumu.

2. Uzdevumi:

- 2.1. Izveidot kārtību, pēc kuras vadīties, lai nodrošinātu efektīvu, strukturizētu darba plānošanu.
- 2.2. Plānot, organizēt, sniegt fizioterapeita pakalpojumu izglītojamajiem iestādes un fizioterapeita resursu iespēju robežās.
- 2.3. Vadoties pēc kritērijiem – nodrošināt fizioterapeita pakalpojuma pieejamību izglītojamajam pēc nepieciešamības.
- 2.4. Noteikt, kuri izglītojamie vai izglītojamo grupas ir prioritāras saņemt fizioterapeita pakalpojumu.

3. Darbības un kritēriji fizioterapeita darba plānošanai un apmeklētāju plūsmas veidošanai:

Darbības grupa	Kritēriji	Skaidrojums
A Grupa - Primāri nepieciešamā pakalpojuma sniegšana	Akūtie <ul style="list-style-type: none">○ Sāpes;○ Tūska locītavā, ekstremitātē, segmentā;○ Trauma (izņemot redzamus lūzumus, asiņošanu, atvērtu brūci un ko citu, kam skaidri zināms, ka ir nepieciešama tūlītēja ārsta klātbūtne vai neatliekama medicīniskā palīdzība);	Izvērtē fizioterapeits

	<ul style="list-style-type: none"> ○ Akūtas muskuļu un locītavu sāpes, kas būtiski ierobežo balsta ieņemšanu, funkcionēšanu, piemēram, ekstremitātes kustināšanu sportā nepieciešamo aktivitāšu veikšanai; ○ Operācijas 	
B grupa - Sekundāri nepieciešamā pakalpojuma sniegšana (tai skaitā rekomendētais atkārtotais apmeklējums)	Subakūtie/augstu sasniegumu sports <ul style="list-style-type: none"> • Sporta skolas fizioterapeita noteikta pakalpojuma nepieciešamība (gadījumos, ja to noteicis cits ar sporta skolu nesaistīts fizioterapeits, ārsts vai ārstniecības persona – izvērtē sporta skolas fizioterapeits); • Pēc traumas ar nepieciešamību turpināt saņemt fizioterapeita pakalpojumu; • Slodzes radītas muskuļu / locītavu sāpes, ja tās nepāriet nedēļas laikā; • Operācijas (izvērtē fizioterapeits); • Slodzes radītas muskuļu sāpes, kurām ir zināma izcelsme, raksturīga regularitāte, taču nedēļas laikā nepāriet; • Augstu sasniegumu sports - vienojoties ar sporta treneri – tiek ņemts vērā sacensību kalendārs, mācību-treniņu plāns 	Arī akūtos gadījumos, ja tas prasa atkārtotu apmeklējumu, vai pēctraumu / pēcoperāciju rehabilitācijas ietvaros regularitātes ziņā (pēc iestādes un fizioterapeita resursa iespējām) nozīmētām individuālajām nodarbībām
C grupa – Pēcpārbauzu pakalpojuma sniegšana	Darbs ar izglītojamajiem, Siguldas Sporta skolas fizioterapeita konsultācija.	
D grupa – Fizioterapeita iesaiste treniņu procesā	Iesaiste treniņu procesā pēc grafika un atvēlētā laika nedēļā pēc noteiktas secības: Badmintons, Basketbols, Dambrete, Distanču slēpošana, Kalnu slēpošana, Peldēšana, Orientēšanās sports, Vieglatlētika	

4. Katrai darbībai atvēlētais laiks nedēļā/dienā:

4.1. Mēneša 1.un 3. nedēļa.

Pirmdiena	Otrdiena	Trešdiena	Ceturtdiena	Piektdiena
15.00 D	9.00 A	9.00 A	9.00 C	15.00 A
16.00 D	10.00 C	10.00 C	10.00 B	16.00 D
17.00 D	11.00 B	11.00 B	11.00 B	17.00 D
18.00 B	12.00 B	12.00 B	12.00 B	18.00.D
19.00 A	13.00 B	13.00 B	13.00 A	19.00 B

A = 5* ; B = 11* ; C = 3* ; D = 6*

4.2. Mēneša 2. un 4.nedēļa.

Pirmdiena	Otrdiena	Trešdiena	Ceturtdiena	Piektdiena
15.00 A	9.00 A	15.00 A	9.00 C	15.00 A
16.00 B	10.00 C	16.00B	10.00 B	16.00 D
17.00 D	11.00 B	17.00 B	11.00 B	17.00 D
18.00 D	12.00 B	18.00 D	12.00 B	18.00 D
19.00 D	13.00 B	19.00 D	13.00 A	19.00 D

A = 5* ; B = 9* ; C = 2* ; D = 9*

*Grupu stundu sadalījums ir mainīgs lielums, atkarībā no nepieciešamības un piepildījuma.

5. Vadoties pēc kritērijiem un fizioterapeita, iestādes resursiem – fizioterapeits nosaka nepieciešamību pēc fizioterapeita pakalpojuma un tā biežuma vai rekomendē papildus ārstniecībai nepieciešamās metodes, to kopumu un izpildi pie citiem speciālistiem, nepieciešamības gadījumā rekomendējot papildu darbības funkcionālā stāvokļa uzlabošanai arī citā ārstniecības iestādē.

5.1. Pakalpojuma pierakstu kārtības veidošana:

- 5.1.1. A grupai – treneris piesaka pakalpojumu izglītojamajam, rakstot e-pastu fizioterapeitam davis.paeglis@sigulda.lv, informējot vecākus un Sporta skolas administrāciju. Steidzamos gadījumos telefoniska saziņa treneris - fizioterapeits.
- 5.1.2. B grupai – treneris piesaka pakalpojumu izglītojamajam, rakstot e-pastu fizioterapeitam davis.paeglis@sigulda.lv, informējot vecākus un Sporta skolas administrāciju.
- 5.1.3. C grupai – vadoties pēc trenera Sporta skolas administrācijai iesniegta saraksta, administrācija veido apmeklētāju rindu. Fizioterapeits zvana izglītojamā vecākam, vienojoties par apmeklējuma laiku.
- 5.1.3.1. Secība, kādā tiek veidota rinda C grupai, proporcionāli izglītojamo skaitam nodaļās:
- 1 izglītojamais no Badmintona nodaļas,
 - 3 izglītojamie no Basketbola nodaļas,
 - 1 izglītojamais no Dambretes nodaļas,
 - 1 izglītojamais no Distanču slēpošanas nodaļas,
 - 2 izglītojamie no Kalnu slēpošanas nodaļas,
 - 2 izglītojamie no Peldēšanas nodaļas,
 - 1 izglītojamais no Orientēšanās sporta nodaļas,
 - 3 izglītojamie no Viegatlētikas nodaļas.
- 5.1.4. D grupai – vadoties pēc nodarbību grafika un mācību-treņu plāna pēc noteiktas secības: Badmintons, Basketbols, Dambrete, Distanču slēpošana, Kalnu slēpošana, Peldēšana, Orientēšanās sports, Viegatlētika.

6. Procedūru / metožu kopums un tam plānotais laiks (laiku plāno fizioterapeits):

- 6.1. Konsultācija 30-60 minūtes.
- 6.2. Vingrošana 30 minūtes / 45 minūtes / 60 minūtes
- 6.3. Pasīvas procedūras: muskuļu stiepšana / masāžas / mīksto audu tehnikas / kustību izstrāde locītavā (artikulējošo virsmu mobilitātes uzlabošanai): 15 minūtes / 30 minūtes / 45 minūtes / 60 minūtes. (segments pēc rekomendācijas).
- 6.4. Teipošana 10-20 minūtes.

7. Procedūrām nepieciešamo līdzekļu nodrošināšana sporta skola:

- 7.1. Pirmreizējā pakalpojuma saņemšanā.
- 7.2. Sporta skolas organizēto nodarbību un pasākumu pirmās nepieciešamības palīdzības ietvaros.