



Rutin skador Kropps ungdom 26/27

- Bakgrund:** Föreningen har inte haft någon uttalad rutin för att få skadade spelare tillbaka till full träning/match så snabbt som möjligt.
- Syfte:** Ha en tydlig rutin för hur vi agerar när spelare är i behov av behandling.
- Mål:** Det ska vara tydligt för spelare/ledare vilka insatser som vidtas för att spelare så snabbt som möjligt ska komma tillbaka från skada/överansträngning.

Skador på träning/match:

Vid skador som uppstår på träning/match ringer spelaren själv till Folksams tjänst "Råd och vård för Idrottsskador" på **020-44 11 11** (öppet vardagar 08:00-17:00).

Där får du prata med en Fysioterapeut som gör en första bedömning på telefon och därefter kan hjälpa till med bokning tid till en fysioterapeut eller läkare. Läkaren kan både undersöka samt vid behov boka in röntgen/MR.

OBS denna väg gäller enbart skador som orsakats direkt på träning/match, ej överbelastningsskador!

Akuta skador som kräver akut vård:

Ta dig till närmsta akutmottagning, kontakta därefter Folksam på **020-44 11 11** (öppet vardagar 08:00-17:00), för att anmäla skadan, samt söka ersättning för akutbesöket.

Överbelastningsskador:

Vid skador som inte direkt orsakats av en specifik händelse i samband med match/träning, tex överbelastningsskador eller andra skador där inte "Råd & Vård" kan hjälpa till rekommenderar föreningen att boka tid hos fysioterapeut Karin Olofsson på Stora Höga läkarhus. Karin har en god förståelse för idrottande individer och har de senaste åren med goda resultat behandlat ett flertal spelare från föreningen. Bokning av tider görs på telefon 0303-700 300, via 1177 eller direkt via hemsidan www.storahogalakarhus.se.

Besök för individer under 20 år är kostnadsfria enligt Västra Götalandsregionens patientavgifter.

Frågor:

Vid ev frågetecken kring sjukvård kontakta kansliet på 079-3413068 eller info@kroppskultur.com