



**Mind The
Concussion**
In Youth Football



Co-funded by
the European Union

PRIDRUŽITE SE AKCIJI ZA SIGURNIJI NOGOMET MLADIH

PREGLEDAJTE ALATNI KOMPLET ZA PRISTUP
RESURSIMA KOJE JE IZRADILA PROJEKTN
SKUPINA REFORM

REFORM ALATNI KOMPLET

PROTOKOL POTRESA MOZGA KLUBA

Osiguravanje sigurnosti kroz jasne uloge i procedure

UVOD

Ovaj klub prepoznaje da je potres mozga ozbiljna ozljeda koja zahtijeva trenutnu reakciju i strukturirani oporavak. Ovaj protokol opisuje kako reagiramo kada se sumnja na potres mozga i kako podržavamo siguran povratak igrača.

1. TRENUTNI ODGOVOR

Ako igrač pokazuje znakove sumnje na potres mozga:

- Igrač se mora odmah ukloniti iz igre
- Ne smije se vratiti u igru istog dana
- Hitne službe se moraju kontaktirati ako su prisutni crveni znakovi upozorenja
- Incident se mora dokumentirati

2. ULOGE I ODGOVORNOSTI

Uloga: Odgovornosti

Trener: Prepoznaje znakove, uklanja iz igre, obavještava roditelje, koordinira praćenje

Sudac: Zaustavlja igru, osigurava da igrač napusti teren, podržava odluke s prioritetom sigurnosti

Roditelji: Prate kod kuće, nadziru oporavak, komuniciraju sa školom i liječnikom opće prakse

Klupski liječnik (ako je prisutan): Voditelj SCAT6, nadzire, savjetuje o vremenskom okviru Povratka u Igru

3. UPUĆIVANJE I DOKUMENTACIJA

- Igrač se upućuje ovlaštenom zdravstvenom pružatelju usluga
- Svi potresi mozga dokumentiraju se u dnevniku ozljeda
- Roditelji/skrbnici moraju biti obaviješteni

4. POVRATAK U ŠKOLU I SPORT

- Povratak učenju prethodi povratku u igru
- Povratak u igru slijedi UEFA-in šestostupanjski protokol
- Za kontaktni sport potrebna je dozvola medicinskog stručnjaka

5. EDUKACIJA I PREVENCIJA

- Svo osoblje i volonteri prolaze godišnju edukaciju o potresu mozga
- Igrači i roditelji dobivaju informacije na početku sezone
- Plakati i podsjetnici vidljivi su u prostorijama kluba

ZAPAMTITE 4 „R“

R_{ECOGNISE}

PREPOZNAJTE

Zbunjen?
Nestabilan?
Nešto nije u redu?
Dosta je!



R_{EMOVE}

UKLONITE IZ IGRE

Ne čekajte.
Nikada nemojte dopustiti
povratak u igru isti dan.



R_{EFER}

UPUTITE NA PREGLED

Osigurajte da igrač bude
medicinski pregledan.
Ako se pojave znakovi
upozorenja – pozovite
hitnu pomoć.



R_{ETURN TO PLAY}

POVRATAK U IGRU

Dopustite povratak u igru
samo uz odobrenje
zdravstvenog stručnjaka.



POPIS SPREMNOSTI ZA POTRES MOZGA

Koristite ovaj popis prije svake sezone — ili prije svake utakmice.

SPREMNOST IGRAČA

- ☐ Igrači znaju što je potres mozga
- ☐ Igrači se osjećaju sigurno prijaviti simptome
- ☐ Igrači/roditelji su primili informacije o potresu mozga

KOORDINACIJA OSOBLJA

- ☐ Trener i sudac su usklađeni prema protokolu
- ☐ Odgovornosti su jasno razumljive
- ☐ Svi prisutni odrasli poznaju hitne procedure

ALATI I KONTAKTI

- ☐ Lista hitnih kontakata je ažurirana i vidljiva
- ☐ Prva pomoć je dostupna i provjerena
- ☐ Ako je medicinsko osoblje prisutno: SCAT6 ili AVPU alat je dostupan

PLAN NAKON INCIDENTA

- ☐ Jasan proces obavješćavanja roditelja
- ☐ Procedura upućivanja je dokumentirana
- ☐ Igrač se neće vratiti bez medicinske potvrde

Ispunio/la: _____

Datum: _____

KONTROLNI POPIS SIMPTOMA POTRESA MOZGA

Znakovi upozorenja ➔ HITNA POMOĆ

- ☐ Povraćanje nakon udara
- ☐ Napadaji ili trzajevi
- ☐ Bol u vratu ili utrnulost
- ☐ Pogoršanje zbunjenosti

Pri sumnji na potres mozga koristite kontrolnu listu.

- ☐ Glavobolja, vrtoglavica
- ☐ Mučnina, umor
- ☐ Osjećaj usporenosti
- ☐ Problemi s pamćenjem
- ☐ Poteškoće s koncentracijom

Oprez !

- Više od 90 % potresa mozga događa se bez gubitka svijesti
- Simptomi mogu biti odgođeni ili blagi ➔ uvijek promatrajte
- Udarac u tijelo također može uzrokovati ozljedu mozga
- Jedan udarac može imati ozbiljne posljedice – bolje spriječiti nego liječiti
- Igrači – posebno mladi – često skrivaju simptome