



**Mind The
Concussion**
In Youth Football



Co-funded by
the European Union

DAHA GÜVENLİ BİR FUTBOL İÇİN HAREKETE GEÇ

REFORM PROJE GRUBU TARAFINDAN
HAZIRLANAN KAYNAKLARA ERİŞMEK İÇİN
REHBERİ İNCELEYİN

REFORM REHBERİ

KULÜPLER İÇİN BEYİN SARSINTISI PROTOKOLÜ

Net görev ve prosedürler aracılığıyla futbol güvenliğini sağlamak temel önceliğimizdir

GİRİŞ

İlgili kulüp, beyin sarsıntısının acil müdahale ve planlı bir iyileşme süreci gerektiren ciddi bir yaralanma olduğunun farkındadır. Bu protokol, beyin sarsıntısı şüphesi durumunda nasıl müdahale edeceğimizi ve oyuncunun güvenli bir şekilde sahalara dönmelerini nasıl destekleyeceğimizi özetlemektedir.

1. ANINDA YANIT

Bir oyuncu beyin sarsıntısı belirtileri gösteriyorsa:

- Hemen oyundan çıkarılmalıdır
- Aynı gün oyuna geri dönmemelidir.
- Acil durum belirtileri varsa acil servisle iletişime geçilmelidir
- Olay belgelenmelidir

2. GÖREVLER & SORUMLULUKLAR

Görev: Sorumluluklar

Koç: Belirtileri fark ediniz, oyundan çıkarınız, ebeveynleri bilgilendiriniz, takip sürecini koordine ediniz

Hakem: Oyunu durdunuz, oyuncunun sahayı terk etmesini sağlayınız, oyuncu güvenliğini ön planda tutan kararları destekleyiniz

Ebeveynler: Evde gözlemleyiniz, iyileşmeyi takip ediniz, okul ve aile hekimi ile iletişime geçiniz

Kulüp sağlık görevlisi (varsa): SCAT6'yı yönetiniz, durumu takip ediniz, oyuna dönüş zaman çizelgesi hakkında öneride bulununuz

3. SEVK VE BELGELENDİRME

- Oyuncu, lisanslı bir sağlık uzmanına yönlendirilmelidir.
- Tüm beyin sarsıntıları, yaralanma kayıt defterine kayıt edilmelidir.
- Ebeveynler/veliler mutlaka bilgilendirilmelidir.

4. OKULA VE SPORA DÖNÜŞ

- Okula dönüş, sahaya dönüş'ten önce gelmelidir.
- Sahaya Dönüş, UEFA'nın 6 adımlı protokolüne göre yapılmalıdır.
- İkili mücadele içeren antrenman ve maçlara dönüş için sağlık profesyoneli onayı alınmalıdır.

5. EĞİTİM VE ÖNLEMLER

- Tüm personel ve gönüllüler beyin sarsıntısı eğitimi alır
- Oyuncular ve ebeveynler, sezon başında bilgilendirilir
- Afişler ve hatırlatmalar, kulüp alanlarında görünür şekilde bulundurulur

4 “R” KURALINI UNUTMAYIN

R_{ECOGNISE}

FARK EDİN (Recognise)

Kafası karışık mı ? Sorulara geç cevap veriyor mu? Dengesiz mi? Bir şeyler yolunda değil mi? Fark etmek için bu kadarı yeterli!



R_{EMOVE}

OYUNDAN ÇIKARIN (Remove)

Beklemeyin.
Aynı gün oyuna dönmesine asla izin vermeyin.



R_{EFER}

YÖNLENDİRİN (Refer)

Oyuncunun tıbbi değerlendirmeden geçmesini sağlayın. Kırmızı bayrak belirtileri görülürse acil sağlık hizmetleriyle iletişime geçin.



R_{ETURN TO PLAY}

OYUNA DÖNÜŞ (Return to Play)

Yalnızca bir sağlık profesyonelinin onayıyla oyuna dönüşe izin verin.



BEYİN SARSINTISI VAKASINA HAZIRLIK - KONTROL LİSTESİ

Bu kontrol listesini her sezon başında ve/veya her maç öncesinde kullanın.

OYUNCU HAZIRLIĞI

- ☐ Oyuncular beyin sarsıntısının ne olduğunu biliyor.
- ☐ Oyuncular, belirtileri bildirmek konusunda kendilerini güvende hissediyor.
- ☐ Oyuncular/ebeveynler beyin sarsıntısı bilgisi almış.

EKİP KOORDİNASYONU

- ☐ Antrenör ve hakem protokol konusunda uyum içindedir.
- ☐ Sorumluluklar net bir şekilde anlaşılmıştır.
- ☐ Acil durum prosedürleri, tüm yetişkinler tarafından bilinmektedir.

KAYNAKLAR VE İLETİŞİM BİLGİLERİ

- ☐ Acil iletişim listesi güncel ve görünür durumdadır.
- ☐ İlk Yardım Çantası mevcut ve kontrol edilmiştir.
- ☐ Tıbbi personel varsa: SCAT6 veya AVPU aracı hazır bulundurulmaktadır.

OYUN SONRASI PLAN

- ☐ Ebeveynleri bilgilendirmek için net bir süreç bulunmaktadır.
- ☐ Tıbbi yönlendirme prosedürü belgelenmiştir.
- ☐ Oyuncunun, tıbbi onay olmadan geri dönmeyeceği kabul edilmiştir.

Ad Soyad: _____ Tarih: _____

BEYİN SARSINTISI BELİRTİLERİ - KONTROL LİSTESİ

Kırmızı Bayrak → ACİL DURUM

- ☐ Darbe sonrası kusma
- ☐ Nöbet veya istemsiz kasılmalar
- ☐ Boyun ağrısı veya uyuşma
- ☐ Artan bilinç bulanıklığı

Beyin sarsıntısından şüphelenildiğinde kontrol listesini kullanın.

- ☐ Baş ağrısı, baş dönmesi
- ☐ Bulantı, yorgunluk
- ☐ Yavaşlamış hissetme
- ☐ Hafıza problemi
- ☐ Konsantrasyon güçlüğü

Dikkat !

- Beyin sarsıntılarının %90'ından fazlası bilinç kaybı olmadan gerçekleşir
- Belirtiler gecikmeli veya hafif olabilir → her zaman gözlemleyin
- Vücuda alınan bir darbe de beyin hasarına yol açabilir
- Tek bir darbe ciddi sonuçlar doğurabilir – tedbiri elden bırakmayın
- Oyuncular, özellikle gençler, belirtileri sıklıkla gizler