

# Az Országos Sportegészségügyi Intézet (OSEI) 2024. évi szolgáltatásai válogatott kerettagok részére



Az OSEI címe: **1113 Budapest, Karolina út 27.**

Összeállította:

Dr. Toman József, a VKESZ vezető keretorvosa

e-mail: [vkesz@osei.hu](mailto:vkesz@osei.hu)

Jóváhagyta:

Dr. Soós Ágnes, főigazgató főorvos

e-mail: [foig@osei.hu](mailto:foig@osei.hu)

Megyeriné Szabó Anitta, stratégiai igazgató

e-mail: [strateg@osei.hu](mailto:strateg@osei.hu)

# Tartalom

1	Válogatott Kereteket Ellátó Szolgálat (VKESZ), V24/SZ24.....	3
1.1	OSEI (Sportkórház) .....	3
1.2	Nemzeti Sportközpont.....	3
	Gerevich Aladár Nemzeti Sportcsarnok.....	3
	Dunavarsányi Olimpiai Központ.....	3
	Tatai Olimpiai Központ .....	4
2	Mozgásszervi ellátás .....	4
2.1	Új diagnosztikai lehetőség az OSEI-ben.....	4
2.2	Sportsérülések ellátása az OSEI-ben.....	4
2.3	Mozgásterápia .....	4
2.4	Elérhetőség.....	5
3	Teljesítménydiagnosztika.....	5
3.1	Szolgáltatások.....	5
3.2	Elérhetőség.....	6
4	Dietetika.....	6
4.1	Sporttáplálkozási szolgáltatás.....	6
	Fő tevékenységi terület.....	6
	Kiegészítő szolgáltatások.....	7
	Szakmai háttér .....	7
4.2	Dietetikai munkacsoport elérhetősége.....	7
5	Pszichológia.....	7
5.1	Tapasztalatok.....	7
5.2	Komplex mentális felkészítő program.....	7
	Pszichésen egészséges sportolók felkészítése.....	7
	Pszichopatológiai problémák által akadályozott sportolók felkészítése.....	8
	A sportpszichológus feladatai a mai követelmények szerint.....	8
5.3	Pszichológiai munkacsoport elérhetősége.....	8
6	Informatika .....	8
6.1	OSEI-OSH-VKESZ Regiszter (Sportorvosi Regiszter).....	8
	Fejlesztési irányok.....	8
6.2	Elérhetőség.....	9

# 1 VÁLOGATOTT KERETEKET ELLÁTÓ SZOLGÁLAT (VKESZ), V24/SZ24

Örömmel tájékoztatjuk Élsportolóinkat, hogy 2024. július 16-tól teljesen megújult környezetben várjuk a szűrővizsgálatokra és sportegészségügyi járóbeteg szakellátásra érkező sportolókat.

Az OSEI szervezeti egységeinek módosított elhelyezése következtében az alábbi bejáratokon közelíthetőek meg a különböző ellátásaink és szolgáltatásaink:

- a járóbeteg szakrendelők (a fizioterápiával, valamint a Humán Regenerátorral kiegészítve), az Olimpiai Rendelő és a sportorvosi rendelők: a 1113 Budapest, Karolina út 27.,
- a gyógytorna és a további mozgásterápiás egységeink, a teljesítménydiagnosztikai részlegünk, valamint a fekvőbeteg ellátást végző osztályaink pedig továbbra is a 1113 Budapest, Diószegi út 64. felől érhetőek el.

## 1.1 OSEI (SPORTKÓRHÁZ)

- **Olimpiai Rendelő:** bejelentkezés a C110-es rendelőben (földszint), egyéni betegút szervezése
- **Kiemelt szűrővizsgálat:**
  - klinikai szűrés (sportorvosi + szakrendelések +kardiológia)
  - dietetikai felmérés
  - testösszetétel mérése
  - pszichológiai szűrés
  - eredmények ismertetése, konzultáció
- **Versenyzési engedélyt a helyszínen bepecsételjük, hozza magával!**
- !!! Kivéve: 35 éves vagy idősebb versenyző, labor, rizikó faktor
- Későbbi bepecsételés esetén a szűrővizsgálati dátummal kapja meg a sportorvosi engedélyt.
- **Szűrővizsgálatra bejelentkezés: [olimpia@osei.hu](mailto:olimpia@osei.hu), 2 héttel korábban!**
- **Call Center:** soron kívüli ellátás biztosítása, **0-24h elérhető, ingyenes telefonszám (06-80-566-366)**, egyéni betegút szervezése, ellátás és rehabilitáció során a 11 kiemelt intézményben („országos lefedettség”). (kivéve: SZ24)

A válogatott kerettag (V24) sportolók számára a fentiek teljeskörűen, az utánpótlás válogatott kerettagok (SZ24) számára pedig a Call Center kivételével **téritésmentesen** biztosítottak az OSEI-ben.

## 1.2 NEMZETI SPORTKÖZPONTOK

### Gerevich Aladár Nemzeti Sportcsarnok

H:	-	-
K:	7:00-15:00	fizikoterápia
Sz:	7:00-15:00	fizikoterápia
Cs:	7:00-15:00	fizikoterápia
P:	-	-

### Dunavarsányi Olimpiai Központ

sportorvosi rendelés: változó munkarend  
fizioterápiás kezelés: 8:00-16:00

### Tatai Olimpiai Központ

Dr. Varga Nóra sportorvosi rendelése: H-Sz-P: 8:00-15:20

Versenyzési engedély is!

Fizioterápiás kezelések: H-P, 8:00-19:00

➤ Cryofos hidegterápiás készülék: bőrt nem fagyasztja

➤ Hivamat 200 mélyoszillációs készülék: sérülést követően azonnal használható, nem kell napokat várni

## 2 MOZGÁSSZERV ELLÁTÁS

---

### 2.1 ÚJ DIAGNOSZTIKAI LEHETŐSÉG AZ OSEI-BEN

- 2022. június 01-től (térítésmentesen) **CT és MR kapacitással** is rendelkezünk, melyet:
  - a válogatott kerettagok számára a Call Centeren keresztül soron kívül már aznapra, vagy másnapra biztosítunk
  - az utánpótlás válogatott kerettagok számára is rövid, néhány napos határidővel rendelkezünk CT és MR vizsgálatok elvégzésére biztosított szabad kapacitással.
- 2024. évtől (térítésmentesen) **álló, nyitott MRI berendezés** is üzemel az OSEI központi telephelyén, mely lehetőséget biztosít a sérült sportolók számára, hogy speciális, terhelés alatti diagnosztikát végezzünk.

### 2.2 SPORTSÉRÜLÉSEK ELLÁTÁSA AZ OSEI-BEN

- ún. **minimális invazivitású** és csökkentett invazivitású műtétek alkalmazása
- **artroszkópos sebészet**, az ízületek megnyitása nélkül végzett, ún. fedett műtétek közismerten a legjobb eredményeket adják
- **speciális sportsebészeti beavatkozások**
- **ízületi instabilitások** ellátása
- mindezek lehetőséget nyújtanak betegeinknek a sportba való minél korábbi, de biztonságos visszatéréséhez

A válogatott kerettagok számára a Call Center soron kívüli, térítésmentes ellátást szervez, de az utánpótlás válogatott kerettagok részére is **elsőbbséget** és **megkülönböztetett figyelmet** biztosítunk (a társadalombiztosítási finanszírozással vagy térítéses formában).

### 2.3 MOZGÁSTERÁPIA

- **edzésekhez kapcsolódva bemelegítés, levezetés megtartása az edzés helyszínén (csoportos torna) (térítésmentes)**
- **egyéni prevenció és rehabilitációs tréning az edzés helyszínén / az OSEI-ben (térítésmentes)**
- **telemedicina program**
- **speciális eszközök (Vibroplate, lökeshullám) (szűrővizsgálatra jogosult sportolók esetében térítésmentes)**

- **Humán Regenerátor:** Az Országos Sportegészségügyi Intézet elkötelezett az innovatív sportorvoslás érdekében és mindent megteszünk, hogy a hatékony regeneráció elősegítésével gyorsítsuk a sportba való biztonságos visszatérést (RTP). A Humán Regenerátor készülék a regeneratív medicina csúcsgyere. Alapelvei az ECR pulzáló mágneses mező és a HIP ionizátor sejtek mitokondriális energiaellátásának támogatása, mikrokeringés optimalizálása, energetizálás és a szervezet öngyógyító folyamatainak serkentése. A pozitív hatások molekuláris és sejtszinten jelentkeznek, az ionizátor hatás, a mágneses mező változásai támogatják a regeneratív folyamatokat.
- **RedCord:** 3D függesztés, Neurac-rendszer, koaktiváció, diagnosztika és terápia, core-izmok, posture optimizing, postcovid visszatérés neuromuszkuláris támogatása
- **Humac Norm dinamométer:** izomerő standardizált mérése nagyízületekre, csúcs-erő, erőállóképesség, fáradékonyság, aszimmetria, dysbalance, rehabilitáció monitoring, objektivitás, mérés és tréning
- **Qalysis 3D Mozgáselemző kamerarendszer:** Normál és a normáltól eltérő mozgásminták, valamint speciális sportág specifikus mozgások elemzése 3D kamerarendszer segítségével.
- **Fizioterápiás funkcionális vizsgálat (a szűrővizsgálati csomagba építve)**
  - **mozgásminták vizsgálata (AMPA), FMS-re épített vizsgálat** (edzőkkel való együttműködést segíti) (de: fizioterápiás funkcionális vizsgálat ≠ FMS)
  - **prevenció:** panaszok, sérülések kialakulásának megelőzése / csökkentése
  - **rehabilitáció:** egyénre szabott terápia alkalmazása (még a panaszok kialakulása előtt)

## 2.4 ELÉRHETŐSÉG

- Jákné Bacskai Katalin: vezető gyógytornász, okleveles fizioterapeuta (Msc)

→ e-mail: [bacskai.katalin@osei.hu](mailto:bacskai.katalin@osei.hu)

## 3 TELJESÍTMÉNYDIAGNOSZTIKA

Az újkori olimpiák időszámítása szerint az ötvenes években létrejött Sportkórház első spiroergometriás, majd teljesítmény-élettani laboratóriuma a **magyarországi teljesítménydiagnosztika bölcsőjeként és úttörőjeként** szolgálja a magyar sportot.

### 3.1 SZOLGÁLTATÁSOK

Mit tud jelenleg nyújtani a Sportkórház?

- **Hitelességet**, hiszen több mint 70 éve szolgálja a magyar sport és biztosítja a szövetségek részére a sportegészségügyi háttérrel.

**Mit tud nyújtani a több mint 60 éves Teljesítmény-diagnosztikai Kutató Osztály?**

- **Garanciát** az Önök által küldött sportolók szakértelemmel történő ellátására.
- Ennek részeként személy szerint **20 év szakmai tapasztalat és közel 150 ezer munka és sportélettani vizsgálat**, összesen **több mint 40 sportágban**.

A fejlődés kulcsterülete a teljesítménydiagnosztika, hiszen objektív kontrollt jelent, és az edzés módszertani fejlődéshez nélkülözhetetlen.

## Szakmai kínálat

### Saját fejlesztésű Periodikus Funkcionális Teljesítménydiagnosztikai Rendszer

Hazai szinten úttörő és egyedülálló rendszer. Nemzetközileg is kuriózumnak számít, összetettsége - méretei - képességei és kapacitása alapján. Offenzív preventív stratégia. A funkcionális szervrendszerek edzettségi állapotának objektív jellemzése digitalizált folyamat menedzseléssel.

A különleges vizsgálati rendszer antropometria, szív-keringés, légzés, anyagcsere, statika, állóképesség, ideg-izomrendszer, kognitív és mentális képesség területeken ad objektív, sportág és egyén specifikus visszacsatolást az edzésadaptációról a sportoló és edzői stábjára részére.

A szűrővizsgálaton átesett és érvényes sportorvosi engedéllyel rendelkező sportolók részére. Bázis, kontroll és pályavizsgálatok. Laboratóriumi és pályakörülmények között. Folyamat elven éves, havi és heti periodizációban, amelynek legmagasabb szintjeként opcionális szolgáltatásként napi nyomon követés.

## 3.2 ELÉRHETŐSÉG

- Dr. Kovács Péter PhD

→ e-mail: [kovacspeter@osei.hu](mailto:kovacspeter@osei.hu)

## 4 DIETETIKA

---

### 4.1 SPORTTÁPLÁLKOZÁSI SZOLGÁLTATÁS

#### Fő tevékenységi terület

- **Személyre szabott sporttáplálkozási tanácsadás** → cél: a lehető legmagasabb színvonalú szolgáltatás
  - Testösszetétel mérés
    - InBody 770-es testösszetétel mérő készülék → a bioelektromos impedancia elven működő készülékek közül a legjobb
    - Első találkozás + kontroll mérések (változások monitorozása)
    - Mérést megelőző protokoll → a sportoló a lehető legjobb állapotban érkezik a mérésre → pontos, jól használható, összehasonlítható eredmények
  - Részletes táplálkozási anamnézis felvétele
  - Táplálkozási napló kiértékelése
  - Laboreredmények figyelembe vétele (lehetőség a vizsgálatok helybeni elvégzésére)
  - Rövid-, közép- és hosszú távú célok kitűzése
  - Energia- és tápanyagbeviteli javaslat készítése folyadékpótlási stratégiával
  - A megvalósításhoz részletes instrukciók + mintaétrend biztosítása
  - Folyamatos konzultáció, rendszeres kontroll mérések, tapasztalatok megbeszélése → információk értékelése → étrend finomhangolása és az éppen aktuális igényekhez és célokhoz igazítva (teljesítmény és testösszetétel optimalizálás)

- **Oktatások, előadások** → sporttáplálkozással kapcsolatos ismeretek növelése (sportoló, edző, szülő), edzőkkel történő együttműködés

#### Kiegészítő szolgáltatások

- Utazások, versenyek, edzőtáborok alatti **étrend megtervezése**
- **Helyszíni segítség** a táplálkozási terv összeállításához szükséges adatok begyűjtéséhez (pl. verejtékezés ráta meghatározása → folyadékpótlási stratégia kidolgozása)
- Szakértői tevékenység sporttáplálkozással kapcsolatos kérdésekben (pl. **sportesemények élelmezési feladatainak** támogatása, **szakmai állásfoglalások** készítése)

#### Szakmai háttér

- **Dietetikusok és sport-specifikus dietetikai szakemberek**
- **Nemzetközileg elfogadott oklevéllel rendelkező sporttáplálkozási szakember**
- **Szakmai munka a nemzetközi standardoknak és irányelveknek megfelelően (pl. étrend-kiegészítőkkel kapcsolatos kérdések)**

## 4.2 DIETETIKAI MUNKACSOPORT ELÉRHETŐSÉGE

- **Dr. Téglásy György:** belgyógyász, sportorvos  
→ e-mail: [teglagy@osei.hu](mailto:teglagy@osei.hu)
- **Dr. Boros Szilvia PhD:** sportorvos (PhD: sporttudomány), ELTE oktató  
→ e-mail: [boros.szilvia@osei.hu](mailto:boros.szilvia@osei.hu)
- **Kovács Réka Erika:** dietetikus, sport-specifikus dietetikai szakember, ELTE-PPK doktornadusz  
→ e-mail: [dietetikus@osei.hu](mailto:dietetikus@osei.hu)

## 5 PSZICHOLÓGIA

---

### 5.1 TAPASZTALATOK

Felkészítés:

- jól felkészített sportolók
- ijesztő összeomlások (szakmai okok a háttérben: felkészítés jelentős/teljes hiánya, fel nem tárt/nem kezelt pszichopathológiai problémák)

### 5.2 KOMPLEX MENTÁLIS FELKÉSZÍTŐ PROGRAM

#### Pszichésen egészséges sportolók felkészítése

- Visszajelzések, konzultációk sportolóval edzővel egyaránt
- Felkészítési terv összeállítása (egyénnre/csapatra szabott!) a sportoló hatékonyságának érdekében

- Módszerek kiválasztása: pszichoterápiás módszerek kombinációi alapján

#### Pszichopatológiai problémák által akadályozott sportolók felkészítése

- Felkészítő munka előtt/alatt  **folyamatos pszichoterápia javasolt!**

#### A sportpszichológus feladatai a mai követelmények szerint

- Szűrő és-sportpszichológiai vizsgálatok
- Konzultációk
- Személyiségfejlesztő programok a sportolók teljesítmény-növelésének érdekében
- Mentális felkészítés a téthelyzetekre
- Pszichopatológiai problémák kezelése
- Egyéni/csapat sportokban elősegíti a kapcsolati viszonyok és kommunikáció fejlesztését
- Utánpótláskorú sportolók esetében segíti az edzőket a tehetségek kiválasztásában és a szülőkkel, esetenként az iskolával kapcsolatos problémák megoldásában
- Segíti az élsporttól visszavonuló sportolót új életterének kialakításában

### 5.3 PSZICHOLÓGIAI MUNKACSOPORT ELÉRHETŐSÉGE

- **Dr. Kalamár Hajnalka:** klinikai gyermek szakpszichológus, sportolókkal több, mint 20 éves tapasztalat  
→ e-mail: [kalamar.hajnalka@osei.hu](mailto:kalamar.hajnalka@osei.hu)
- **Dr. Erdélyi Kálmán:** főorvos, pszichiáter, pszichoterapeuta, pszichiátriai rehabilitációs szakorvos, sportolókkal tapasztalat  
→ e-mail: [erdelyi.kalman@osei.hu](mailto:erdelyi.kalman@osei.hu)

## 6 INFORMATIKA

---

### 6.1 OSEI-OSH-VKESZ REGISZTER (SPORTORVOSI REGISZTER)

- 2011: az informatikai fejlesztés kezdete
- 2013. július 1.: tesztidőszak
- 2014. július 1.: éles üzem

#### Fejlesztési irányok

- 2014: Magyar Labdarúgó Szövetség interfész
- 2015: Válogatott Kereteket Ellátó Szolgálat ellátási adatainak rögzítése
- 2016: online sportolói lekérdezési lehetőség: <https://online.osei.hu/engedely-ellenorzes/>



Tisztelt Sportoló!

Az alábbi űrlap kitöltésével lehetősége nyílik arra, hogy az Országos Sportegészségügyi Hálózat on-line sportorvosi engedélyeket nyilvántartó rendszerében leellenőrizze az Ön számára kiadott Sportorvosi Engedély érvényességi adatait.

**Kérjük, hogy minden esetben a személyi okmányai (személyi igazolvány, lakcímkártya, TAJ kártya, sportolói kiskönyv) alapján töltsse ki az alábbiakat, mert a rendszer csak pontos adategyezés esetén tudja visszaigazolni az érvényességi adatokat.**

**FIGYELEM! A személyes adatok védelme és az adatbiztonság szempontjából kötelező valamennyi adat kitöltése!**

Tájékoztatom, hogy a nyilvántartásunkban szereplő személyi adatok egyeztetését folyamatosan végezzük, így jelenleg még előfordulhat, hogy a sportkönyvében szereplő bejegyzés szerinti Ön érvényes versenyzési engedéllyel rendelkezik, de adminisztrációs vagy technikai hiba miatt az a rendszerünkben nem szerepel, vagy a beazonosítás sikertelen. **Ebben az esetben kérjük, hogy mindenképpen kezdemenyezze Intézetünkkel az adategyezést!**

A számítógépéről naponta 10 lekérdezésre van lehetőség! Önnek ez a 0. lekérdezése

<p><b>Név</b></p> <input type="text" value="Név"/>	<p><b>Anya leánykori neve</b></p> <input type="text" value="Anya neve"/>
<p><b>Születési dátum - formátum: ÉÉÉÉ.HH.NN</b></p> <input type="text" value="1900.01.01"/>	<p><b>TAJ szám</b></p> <input type="text" value="Tajszám"/>
<p><b>Születési hely</b></p> <input type="text" value="Születési hely"/>	<p><b>Sportolói azonosító</b></p> <input type="text" value=""/>
<p><b>E-mail cím</b></p> <input type="text" value="E-mail cím"/>	<p>több sportág esetén elég egy számot megadni, ha nincs szám akkor legyen egy kötőjel</p> <p>5+9= <input type="text" value=""/></p> <p> Biztonsági kód <input type="text" value=""/></p>

Kérjük, valós e-mail címet adjon meg, hogy munkatársaink felvehessék Önnel a kapcsolatot, ha adategyezésre van szükség!

E-mail címét bizalmasan kezeljük, harmadik félnek nem adjuk át!

- 2017-2018: sportági szövetségek interfészalkalítás; informatikai eszközfelújítás; sportegészségügyi szabályzat; sportsérülés és sportegészségügyi nyilvántartás
- 2020: sportági szövetségek részére egyéni sportorvosi engedély érvényességi adatok lekérdezésének biztosítása szövetségi hozzáféréssel; megújult előjegyzési rendszer:  
<https://online.osei.hu/bejelentkezes>

A Sportorvosi Regiszter sportorvosi engedélyeinek nyilvántartásához együttműködési szerződés keretében interfészt biztosítunk a sportági szövetségeknek.

- 2024. október 1-től megújulva, országos lefedettséggel indítjuk el az online sportorvosi előjegyzési rendszert először a vármegyei rendelőkben, majd 2025. január 1-ét követően a területi sportorvosi rendelőkben is.

## 6.2 ELÉRHETŐSÉG

Megyeriné Szabó Anita, stratégiai igazgató

→ e-mail: e-mail: [stratig@osei.hu](mailto:stratig@osei.hu)

