

”Helseattestordningen” i langrenn og skiskyting

På vegne av prosjektgruppen :

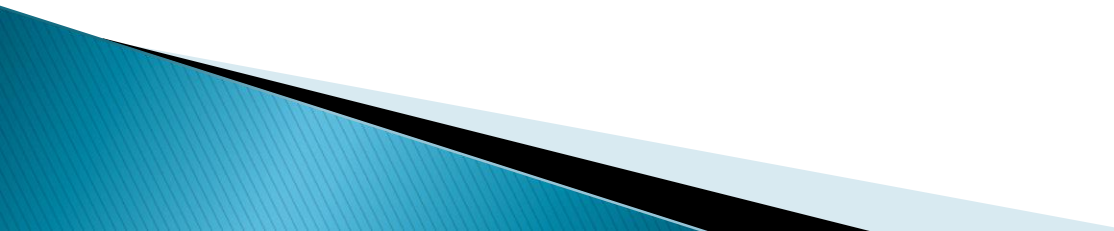
Torger Hansen – NSF

Baard I. Freberg – NSSF

Egenerklæringen

- ▶ Har noen i nær familie hjertesykdom(foreldre, søsken)?
- ▶ Har du hatt noen sykdommer siste 3 måneder?
- ▶ Har du hatt noen andre vesentlige sykdommer tidligere?
- ▶ **Har du noen alvorlige allergier?**
- ▶ **Har du hatt skader siste 3 måneder?**
- ▶ Har du hatt skader siste 3 år?
- ▶ Bruker du medisiner og/ eller p-piller?
- ▶ **Bruker du kosttilskudd?**
- ▶ **Har du regelmessig menstruasjon? Hvor mange ganger pr år har du menstruasjon:**
- ▶ **Dato for siste menstruasjon:**
- ▶ **Har du/har hatt angst, depresjon eller andre psykiske problemer?**
- ▶ **Har du hatt spiseforstyrrelse?**
- ▶ **Brekker du deg fordi du føler deg ubehagelig full i magen?**
- ▶ Er du bekymret fordi du mister kontroll over hvor mye du spiser?
- ▶ **Har du nylig gått ned mer enn 6 kilo i vekt over en tremånedersperiode?**
- ▶ Synes du at du er tykk selv om andre sier at du er for tynn?
- ▶ Vil du si at mat har en dominerende plass i livet ditt?
- ▶ Andre forhold? Spesifiser

Legeundersøkelsen

- ▶ Hjerter:
 - ▶ Lunger:
 - ▶ Puls:
 - ▶ Blodtrykk:
 - ▶ Høyde (måles hos lege):
 - ▶ Vekt (måles hos lege):
 - ▶ Hemoglobin:
 - ▶ Generelt inntrykk/eventuelle bemerkninger:
- 

Antall attester sesongen 2015/2016

- ▶ NSF/langrenn: 160
 - ▶ Orientering: 134
 - ▶ Skiskyting: 45
- 