



Svenska Fallskärmsförbundet

Östhammarsgatan 70
Box 5435
114 84 Stockholm
www.sff.se

Tel: 08 660 73 71
Fax: 08 660 73 63
E-post: sff@sff.se,
forbundslakare@sff.se

Läkarundersökning för fallskärms hoppare

**Denna läkarundersökning har till syfte
att öka säkerheten vid fallskärms hoppning.**

(Av den anledningen ber vi dig underteckna medgivandet på sidan 2.)

- INNEHÅLL:
1. Personuppgifter. Ifylles av hopparen.
 2. Frågor om hälsotillstånd. Ifylles och undertecknas av hopparen.
 3. Undersökningsfynd (status). Ifylles och undertecknas av läkaren.
 4. Anvisningar till läkaren.

Hopparens personuppgifter (TEXTA)

Efternamn, förnamn		Personnummer	
Postadress	Postnummer	Postort	
E-postadress			
Telefonnr mobil	Telefonnr hem	Telefonnr arb	
Läkarundersökningen avser :	Blivande elev	<input type="checkbox"/>	Tandempilot
<input type="checkbox"/>			
Avser att gå fallskärmskurs vid			

Namn Personnummer

Undersökningsfynd (status)

LAB**A.** Blod: Hb **B.** Urin: Glukos Protein**FUNKTIONELLA TEST**

- C.** Benstyrka: kan stiga upp på stol med ett ben i taget (steptest).
Hö Vä Anm
- D.** Rörlighet höftled-knä-fotled: kan sitta på huk så fingrarna når golvet.
Hö Vä Anm
- E.** Rörlighet axlar uppåt: kan lyfta utsträckta armar, både framåt resp utåt, till rakt upp (180 °).
Hö Vä Anm
- F.** Rörlighet axlar inåtrotation: kan lägga handryggen på ryggens medellinje ovan midjan.
Hö Vä Anm

RÖRELSEAPPARATEN

- G.** AT: **J.** Extremiteter:
- H.** Muskulatur: **K.** Rygg/nacke:
- I.** Leder:

HJÄRTA/LUNGOR

- L.** Lungor:
- M.** Hjärta:
- N.** Blodtryck: Puls (vila):
- O.** EKG: (endast tandemiliter och elever som fyllt 40 år)

NEUROLOGI/PSYK

- P.** Neurologi (inkl Romberg, finger-näs):
- Q.** Psyk status:

ÖRON/ÖGON

- R.** Tubarpassage, trumhinnor:
- S.** Synfält (grovt provade):
- T.** Synskärpa:

	Utan korr	Med korr
Binokulärt		
Hö öga		
Vä öga		

U. Läser JAEGER:

	Utan korr	Med korr
3 (30-50 cm avstånd)		
10 (100 cm avstånd)		

KOMPLETTERANDE UNDERSÖKNINGAR:**ANMÄRKNING:**

.....

.....

.....

.....

GODKÄND **Icke godkänd** **Fall för SFF att granska**

Ort och datum Namnteckning Läkarens namnförtydligande (stämpel), adress, telefon och ev epostadress

Förbundsläkarens noteringar:

.....

Anvisningar till läkaren

Allmänna hälsokrav för fallskärmshoppare

Den som avser att hoppa fallskärm skall vara fri från sjukdom eller skada som kan utgöra risk.

Tillbud kan uppstå på grund av att sinnen inte fungerar tillfredställande, t ex dålig syn, problem i rörelseapparaten eller om medvetandet försämras.

Med anledning av de speciella fysiska och fysiologiska förhållanden som gäller vid fallskärmshoppning är kraven strängare än för andra sporter och läkarundersökningen är av stor vikt.

Fallskärmshoppning i korthet

Hoppet sker från flygplan med uthoppshöjd upp till 4000 meter, vilket inte medför problem med personer med normal syreupptagningsförmåga. Blod- och plasmagivare bör ej företa fallskärmshopp inom 24h efter blod- eller plasmagivning.

Under det fria fallet, 2-70 sekunder, kommer hopparen upp i hastigheter runt 200-300km/h. Hopparna är ofta i nära fysisk kontakt med varandra under det fria fallet.

När man utlöser fallskärmen, på lägst 800 meter, bromsas fallhastigheten från ca 200 km/h till ca 20 km/h (55 -> 5 m/sek) under loppet av några sekunder. Kroppen utsätts då för ett distinkt drag kring axlar och höfter, och ryggraden utsätts för en komprimerande kraft. Det förekommer att huvudet trycks framåt/nedåt vid uppbromsningen.

Den avslutande delen av hoppet sker under utvecklad fallskärm. Hoppare ska i detta skede kunna orientera sig, observera horisonten runt om för att upptäcka andra hoppare i fallet samt studera markförhållandena för att i god tid planera sin landning.

Vid landningen bromsar hopparen fallskärmens fart, dock kan vid landningsögonblicket framförallt fotleder, knän och rygg utsättas för belastning. Landningen sker ofta springande, ibland med avsevärd framåtfart. Avståndsbedömningen är därför mycket viktig för en säker landning.

Det förekommer också pga oförutsedda väderskiftningar enstaka landningar i vattendrag. Alla hoppare bör kunna simma 200m, eller uppmanas att snarast lära sig.

Nödsituationer kan uppstå. God uppfattningsförmåga och gott omdöme är av yttersta vikt för att kunna analysera situationen så att rätt nödåtgärd kan utföras med stor snabbhet.

Komplettera gärna denna läkarundersökning med andra prover, undersökningar eller annat om anamnes eller status lämnar oklarheter. Vi vill också uppmärksamma på möjligheten att kryssa i "Fall för SFF att granska" på sidan 3.

Vid frågor kan förbundsläkaren kontaktas via SFF, se framsidan.

