

Sport w czasach pandemii

Pamiętam jeszcze, jak w połowie lutego podczas wyścigu kolarskiego w Zjednoczonych Emiratach Arabskich przekonywałem generalnego menedżera ekipy o konieczności ograniczenia podróży zawodników na zgrupowania w lutym i marcu jako daleko idący środek ostrożności, a już dzień później zamknięto nas w hotelu w Abu Dhabi i poddano kwarantannie ze względu na podejrzenie COVID-19 u dwóch osób biorących udział w wyścigu. W następnych tygodniach lawinowo odwoływano już większość eventów sportowych, a odroczenie Igrzysk Olimpijskich (pierwszy raz w historii z powodu innego niż Wojna Światowa) było największym i najbardziej wymownym ciosem dla wszystkich osób związanych ze sportem.

Zdaje się, że nie ma takiego aspektu życia publicznego, którego nie zaburzyłaby pandemia COVID-19. I chociaż sport zawodowy z pewnością nie jest najważniejszym z nich, coraz częściej zaczyna się o nim mówić w kontekście powrotu do względnej normalności.

Kiedy wrócą sportowe emocje?

Jednym z podstawowych warunków reaktywacji sportu powinno być bezpieczeństwo zdrowotne społeczeństwa, nie tylko samych zawodników. Dlatego też wznowienie rywalizacji będzie możliwe, ale dopiero w nowych, zmodyfikowanych warunkach, uwzględniających znacznie wzmożony reżim sanitarny i daleko idące środki ostrożności, jak dystans fizyczny tam, gdzie to możliwe, badania przesiewowe, możliwość szybkiego testowania, śledzenia kontaktów – minimalizujące ryzyko transmisji i zarażenia wirusem.

Większość uwagi związanej z COVID-19 skierowana jest na wpływ wirusa na układ oddechowy. Jednak coraz więcej dowodów wskazuje na to, że wirus SARS-CoV-2 może powodować szereg patologii także w wielu innych układach. Co gorsza, brak jest wystarczających danych, aby dokładnie ocenić odległe skutki infekcji, nawet bezobjawowej. Wskazuje się na potencjalne zagrożenie układu sercowo-naczyniowego (zwłaszcza w kontekście zapalenia mięśnia sercowego i arytmii), włóknienie płuc, niewydolność nerek, wątroby, objawy neurologiczne czy inne powikłania związane z zakrzepicą małych naczyń. Spośród wymienionych, głównie to pierwsze dotyczyć może sportowców i osób aktywnie uprawiających sport.

Zanim trening - diagnostyka

W związku z powyższym powrót do sportu zawodowego, ale też amatorskiego o wysokiej

intensywności, powinien być poprzedzony odpowiednią diagnostyką i konsultacją medyczną. Diagnostyka powinna rozpocząć się od identyfikacji osób, które miały styczność z wirusem SARS-CoV-2. U osób bezobjawowych, u których w przebiegu postępowania epidemicznego nie wykonano wymazów do badań RT-PCR lub wymazy te były ujemne, zastosowanie znajdują testy met. ELISA na obecność przeciwciał. Dalsze postępowanie powinno być uzależnione od tych wyników. O ile sportowcy, którzy nie mieli kontaktu z wirusem, nie wymagają dodatkowej diagnostyki, to ci, którzy przeszli chorobę i wykazywali jej objawy, powinni zostać skierowani co najmniej na 12-odprowadzeniowe EKG, echo serca oraz oznaczenie wysokoczułej troponiny. Jakiegokolwiek odchylenia w tych badaniach powinny warunkować dalsze postępowanie, jak w zapaleniu mięśnia sercowego. Problematiczni wydają się ci, którzy przeszli COVID-19 bezobjawowo. Tu zdania są podzielone, osobiście skłaniałbym się jednak do podobnej diagnostyki. W kontekście swoich podopiecznych idę nawet krok dalej wykonując kompleksowe badania krwi, ergospirometrię, DLCO, a w uzasadnionych przypadkach HRCT płuc. Dla podkreślenia: u osób po kontakcie z wirusem (IgG+ lub dodatni RT-PCR wcześniej) podjęcie treningu o wysokiej intensywności tylko po badaniach i konsultacji!

Wznowienie rywalizacji międzynarodowej będzie trudne również ze względu na różne strategie walki z wirusem, brak spójnych schematów i wytycznych postępowania. Poszczególne federacje sportowe już od ponad miesiąca przygotowują plany wznowienia i zabezpieczenia swoich rozgrywek, niektóre startują już teraz. Najbliższe tygodnie pokażą, które z rozwiązań mają szansę się sprawdzić. Piłka nożna stawia na puste trybuny. F1 tworzy „bańkę”, do której wejdą tylko zdrowi i pozostaną do końca wyścigu, podobnie NBA, która chce zamknąć się cała w Disneylandzie i dokończyć sezon. W szczególnie bliskim mi zawodowo kolarstwie stawiamy głównie na wyścigi jednodniowe, skrócenie Grand Tour'ów, mniej zmian hoteli podczas wyścigów etapowych i możliwość szybkiej diagnostyki.

Miejmy nadzieję, że powrót sportu w nowej rzeczywistości będzie przede wszystkim wydarzeniem bezpiecznym i odpowiedzialnym społecznie.

Ze sportowym pozdrowieniem

Piotr Kosielski