

COMMISSION MEDICALE

Guillaume LEVAVASSEUR

La commission médicale de ligue travaille sur 3 axes de développement.

- ◆ Le maillage territorial médical sur la Normandie avec la présence de médecins « agréés tennis » sur tout le territoire normand (17 au total).

Ce sont des médecins du sport disponibles pour des consultations de traumatologie et peuvent également être référent pour les programmes tennis santé.

Nous avons également une diététicienne référente de la ligue, Marie OLIVIERI basée sur Caen accompagnée d'un réseau de diététiciennes référentes Tennis par département.

Marie OLIVIERI a réalisé une réunion d'information sur l'alimentation et le tennis pour les jeunes du CRJS et leurs parents en septembre dernier.

- ◆ Le suivi médical des jeunes suivis par la ligue, les départements et les jeunes listés haut niveau encadrés par la fédération.

Il est réalisé le suivi médical réglementaire avec deux examens cliniques, un bilan nutritionnel et psychologique avec recherche de signes de surentraînement, un électrocardiogramme de repos par an, un bilan biologique une épreuve d'effort et une échographie cardiaque si besoin.

- ◆ La commission médicale travaille également avec la commission tennis santé pilotée par Philippe Leroux.

Cette année, nous n'avons pas réalisé de formation tennis santé car le nombre d'enseignants inscrits était trop faible. Nous relancerons une formation en 2025.

Au total, 50 clubs sont labellisés tennis santé dans la région et 66 enseignants ont été formés.

Nous continuons d'aider les clubs s'ils le souhaitent, dans leur développement de leur programme tennis santé en rencontrant notamment les responsables de services hospitaliers.

Cette année en juin, nous avons eu la chance d'accueillir le championnat de France tennis fauteuil au siège de la Ligue à Honfleur, la commission médicale a médicalisé cet événement. La commission médicale a également médicalisé le championnat de France Normandie jeunes en mai.

Cette année, le certificat médical pour la pratique du tennis n'est plus obligatoire pour les adultes. Les bénéfices sur la santé liée à la pratique sportive sont largement supérieurs aux risques.

La commission nationale fédérale médicale a publié des recommandations pour la protection de la santé des licenciés dont voici le document.

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE TENNIS

10 RECOMMANDATIONS POUR LA PROTECTION DE LA SANTÉ DES LICENCIÉ(E)S

Désormais pour être licencié(e) à la FFT, vous n'avez plus besoin de certificat médical. Les bénéfices sur la santé liés à la pratique sportive sont largement supérieurs aux risques.

- 1 QUESTIONNAIRE DE SANTÉ QS-SPORT** 

Avant de prendre votre licence, nous vous conseillons de remplir le traditionnel questionnaire de santé QS-SPORT. Vous trouverez ici le questionnaire pour les **personnes mineures** et les **personnes majeures**. Si vous répondez positivement à une question, une consultation médicale est vivement conseillée.
- 2 BILAN CARDIOLOGIQUE** 
 - Avant 20 ans : un électrocardiogramme tous les 3 ANS (détection des anomalies du muscle cardiaque).
 - De 20 à 35 ans : un électrocardiogramme tous les 5 ANS (détection identique).
 - Après 35 ans : fréquence des bilans cardiologiques en fonction des facteurs de risques cardiovasculaires (détection des lésions des artères du cœur). Parlez-en à votre médecin.
- 3 ÉCHAUFFEMENT ET RÉCUPÉRATION** 


Respectez un échauffement progressif avant l'activité physique et un temps de récupération après.
- 4 HYDRATATION ET ALIMENTATION** 

Buvez régulièrement, à chaque changement de côté et davantage en cas de forte chaleur. Adaptez vos apports alimentaires en fonction de l'horaire de votre pratique sportive et l'intensité de celle-ci.
- 5 BLESSURE** 

Pas de sport en cas de lésion musculaire, ligamentaire, tendineuse ou osseuse en cours (risque d'aggravation).
- 6 INFECTION** 

Pas de sport en cas de fièvre ou dans les 8 jours suivant un épisode infectieux.
- 7 TABAC** 

Ne fumez pas entre 1 heure avant et 2 heures après l'activité sportive (risque de spasme coronarien).
- 8 CONDITIONS DANGEUREUSES** 

Évitez les activités intenses par des températures extérieures inférieures à - 5°C ou supérieures à + 30°C et lors des pics de pollution.
- 9 SYMPTÔMES PENDANT OU APRÈS L'EFFORT** 

Consultez un médecin en cas de douleurs inhabituelles, d'essoufflement anormal, de palpitations, de malaise, de vertiges, de mal de tête récent ou inhabituel, de douleurs dans un muscle/articulation ou dans le dos.
- 10 DOPAGE** 

La prise de médicaments (attention à l'automédication !) ou d'autres produits dont les compléments alimentaires qui peuvent contenir des substances interdites. Vous êtes susceptible à tout moment (entraînement-compétition) d'être contrôlé(e) dans le cadre de la lutte contre le dopage.

Toutefois pour pratiquer nos disciplines en toute sécurité, vous devez être **acteur de votre santé** et avoir un **suivi médical régulier**.

Ces 10 recommandations vous sont proposées par la commission médicale de la Fédération Française de Tennis.

PRENEZ SOIN DE VOUS, VOTRE SANTÉ EST ENTRE VOS MAINS.



Voici ci-dessous la liste des médecins :

Responsable :
Dr Guillaume LEVAVASSEUR
1 avenue Jacques Chastellain
76100 ROUEN
02.35.70.58.58
06.22.09.82.03
levavasseur.g@wanadoo.fr

CALVADOS :

Référent :
Dr Franck POISSON
10 rue de Courtine
14000 CAEN
02.31.57.19.60
06.23.13.00.27
docteurpoisson@gmail.com

Dr Thais HERVIEU
28 Bis rue Maltot
14000 CAEN
06.35.17.72.68
thais.hervieu@gmail.com

Dr Emmanuel REBOURSIERE
Médecine du Sport
CHU Caen
02.31.06.45.33
06.16.60.34.12
reboursiere-em@chu-caen.fr

EURE :

Référent :
Dr Hervé PRUVOT
Centre de Santé Hôpital La Musse
Allée Louis Martin Pavillon 1
27180 SAINT SEBASTIEN DE MORSENT
Secrétariat : 02.32.29.30.02 /Ligne directe :02.32.29.30.46
Portable : 06.82.20.41.91
h.pruvot@hls-lamusse.net
hpruvot001@wanadoo.fr

MANCHE :

Référent :
Dr Thais HERVIEU
2 avenue Qui Quai en Grogne
50500 CARENTAN LES MARAIS
02.33.42.33.21
06.35.17.72.68
thais.hervieu@gmail.com

Dr Thibault AUBERT

Centre Aquasanté
31 rue Ampère
50380 SAINT PAIR SUR MER
06.30.60.27.20
thibault.aubert@hotmail.fr

Dr Lucian BALASA

14 rue Pasteur
50120 EQUEURDREVILLE-HAINNEVILLE
02.33.53.27.70
07.89.48.20.63
dr.balasalucian@yahoo.com

ORNE :

Référent :

Dr Philippe MEURISSE

111 Avenue de Courteille
61000 ALENCON
02.33.28.09.10
06.88.76.59.24
philippemeurisse@yahoo.fr

Dr Yves HERVOUET DES FORGES

88 Rue Jullien
61000 ALENCON
02.33.26.37.90
06.62.59.13.08
yhdf@sportsantealencon.fr

SEINE MARITIME :

Référent :

Dr Fabrice DUVAL

77, avenue Jean Jaures
76140 PETIT QUEVILLY
02.35.72.37.46
06.62.06.39.96
dr.fabriceduval@gmail.com

Dr Ferdinand AZNAR

(Retraite) 06.80.62.25.78
aznarfred@yahoo.fr

Dr Alexis BELHACHE

44 rue de Verdun
76600 LE HAVRE
02.35.51.94.38
06.80.88.14.29
alexis.belhache@wanadoo.fr

Dr David DEBEAUMONT

Service Physiologie Respiratoire
CHU
1 rue de Germant
76000 ROUEN
02.32.88.80.39
06.68.02.80.43
daviddebeaumont@hotmail.fr

Dr Victor DECRETTE

Maison Médicale du Sport
28 rue Méridienne
76100 ROUEN
02.32.18.88.08
06.87.21.98.16
decrette.v@gmail.com

Dr Pierre HURTEBIZE

10 rue Jacques Anquetil
76190 ALLOUVILLE BELLEFOSSE
02.35.96.07.71
phurtebize001@orange.fr

Dr François Xavier LAPORTE

24 rue Pierre d'Incarville
76620 LE HAVRE
02.35.46.25.05
06.72.79.70.46
fx.laporte@orange.fr

Dr Guillaume LEVAVASSEUR

1 avenue Jacques Chastellain
76100 ROUEN
02.35.70.58.58
06.22.09.82.03
levavasseur.g@wanadoo.fr

Dr Juan METEL

Clinique Megival
1350 avenue de la Maison Blanche
76550 SAINT AUBIN SUR SCIE
02.76.20.31.76
06.78.64.29.53
juan_metel@hotmail.com

Voici ci-dessous la liste des diététiciennes :

Responsable :

Marie OLIVIERI

5 Impasse des Vosges
14123 IFS

Portable : 06.73.43.15.64

olivierimarie@hotmail.fr

CALVADOS :

Marie OLIVIERI

5 Impasse des Vosges
14123 IFS

Portable : 06.73.43.15.64

olivierimarie@hotmail.fr

Yoann ROBERT

102 Av. Henry Chéron
14000 CAEN

Portable : 06.66.17.18.52

contact@yoannrobert.fr

EURE :

Marion CHAKA

1 rue du Bec
27120 PACY SUR EURE

Portable : 06.58.00.45.15

marion.lanoe@laposte.net

MANCHE :

Louise GOUBERT

28 Quai Alexandre III
50100 CHERBOURG EN CONTENTIN

Portable : 07.83.67.97.19

Louise.goubert@laposte.net

ORNE :

Alice HALLEY

Cabinet Astraldi
59 Bis rue Jullien
61000 ALENCON

Portable : 06.33.34.17.22

alice.halley@cabinetastraldi.com

SEINE MARITIME :

Elise MOLINA

Pôle Sport Santé
1 Avenue Jacques de Chastellain
76000 ROUEN

Portable : 06.61.23.44.46

elisemolina76@gmail.com

Guillaume LEVAVASSEUR

Responsable de la Commission Médicale