

(Top)Sport & gynaecologie

drs. F. Sijbrandij gynaecoloog i.o., Meander Medisch Centrum, Amersfoort
 drs. E. Paternotte gynaecoloog i.o., ElisabethTweesteden Ziekenhuis, Tilburg

Een 23-jarige hardlooperster menstrueert sinds zes maanden niet meer. Haar sportarts vraagt zich af of haar amenorroe een probleem is op zowel korte als lange termijn en zo ja, welke behandeling het beste bij haar past. Een professionele wielrenster van 30 jaar wil graag zwanger worden en na haar zwangerschap zo snel mogelijk terugkeren op het hoogste niveau. Haar vraag is hoe ze dit het beste kan aanpakken. Welke invloed heeft het trainen en racen op haar fertiliteit? Hoe vaak en intensief mag ze trainen tijdens de zwangerschap? Hoe bouwt ze haar trainingsintensiteit postpartum het beste op, rekening houdend met het beloop van de partus (sectio, fluxus, totaalruptuur?) en lactatie. Twee vraagstukken die (top)sporters en sportartsen bezig kunnen houden.

Wat weten we al?

Slechts 4-13% van de publicaties bij de sportgeneeskunde gaat over vrouwen-sport. Dit is opvallend, omdat bij de Olympische spelen in Tokyo in 2020 meer dan 50% van de sporters vrouw was. We weten dat RED-s (Relatieve Energie Deficiëntie in sport) grote invloed kan hebben op de prestaties van de sporter. Denk hierbij aan een minder snel herstel, een verminderde prestatie door lage glycogeen voorraad en verhoogde kans op blessures zoals stressfracturen. Daarnaast is het belangrijk om aandacht te besteden aan de langetermijengevolgen van RED-s, zoals het ontwikkelen van osteoporose of een grotere kans op cardiovasculaire klachten, en proberen deze te voorkomen. Amenorroe is een van de laatste stadia van RED-s. Daarnaast weten we dat sporten het risico op zwangerschapscomplicaties zoals diabetes gravidarum en hypertensieve aandoeningen kan verkleinen.

Vraagbaak

Met sport gerelateerde vragen kunnen sporters en sportartsen, en wellicht ook u, terecht bij het Netwerk Sport&Gyn. Dit netwerk moet een vraagbaak worden voor de sportwereld met vragen van gynaecologische aard. Je kunt hierbij denken aan vragen over cyclusproblemen bij sporters, sporten tijdens de zwangerschap, de invloed van sport op zwangerschapsziekten, hoe het beste terug te keren naar het hoogste/oude niveau na een zwangerschap, maar ook aan sport gerelateerde vulva en/of perineumproblemen. Ook willen we een bijdrage leveren aan de preventie van mogelijke negatieve gevolgen van topsport. Denk hierbij bijvoorbeeld aan gevolgen voor de korte- en langere termijn van het hebben van een cyclusstoornis (een veel voorkomend probleem bij topsporters), zoals fertiliteitsproblemen, lagere botdichtheid en cardiovasculaire complicaties.

Ambities

De ambitie van het netwerk in drie punten:

1. Directe hulp. Het netwerk ontvangt en registreert vragen en verwijst sporters en sportartsen naar een dedicated (sport)gynaecoloog in hun regio (zie www.sportengyn.nl, kopje contact per regio). Deze gynaecologen zien de (top)sporter indien nodig op korte termijn, op een moment dat past binnen haar trainings- en wedstrijdprogramma.
2. Faciliteren van onderzoek. Binnen het netwerk wordt wetenschappelijk onderzoek verricht op basis van de input die (top)sporters, sportartsen en gynaecologen leveren.
3. Geven van onderwijs. Tijdens refereravonden en mediaoptredens zal het netwerk zich presenteren als kenniscentrum, aandacht besteden aan wetenschappelijk onderzoek en bestaande kennis delen.

Het Netwerk Sport&Gyn valt onder de pijler Benigne Gynaecologie. Hopelijk zien we u op een van onderwijsmomenten van het Netwerk Sport&Gyn. Voor vragen of contactgegevens kunt u zich wenden tot www.sportengyn.nl

