



9.3 FORSIKRINGER

- Alle aktive spillere registreres i NFF sitt spillerregister FIKS. Følges opp av administrasjonen.
- Alle spillere dekkes av lagforsikring fra NFF.
- Aktive spillere på A-lag og rekrutt -lag blir forsikret gjennom fotballforbundet sin lagforsikring og ikke via lisens som tidligere. Summen for forsikringen – kr 500,- (SR A) og kr200,- (SR B) er tillagt treningsavgiften for denne gruppen og skal betales i januar.
- JR spillere/guttespillere som benyttes på A-lag og rekruttlag vil automatisk bli forsikret av lagforsikringen og trenger ikke å tegne tilleggforsikring.
- Oppmann for A-lag og rekruttlag må samarbeide med administrasjon om ajourføring av spillerregisteret.
- Lagledere for aldersbestemte lag må gi beskjed til administrasjon om nye aktive spillere slik at de blir registrert og dekkes av forsikring.
- Alle spillere må ha minimum innbetalt kontingent for å være forsikret og spilleklar for sitt lag. Skulle skade oppstå og man ikke kan vise til kvittering for innbetaling av kontingent er ikke forsikring gyldig.

9.4 Grunnforsikring

	Ytelse	Grunnforsikring	Utvidet
		Pålagt	Frivillig
A	Idrettens Skadetelefon Callsenter som gir råd og skaffer behandling	Ja	Ja
B	Undersøkelse og behandling av akutte skader Undersøkelse og behandling belastningsskader Undersøkelse og behandling av spiseforstyrrelse Sammensatte symptomer*	6.000 6.000 50.000 10.000	10.000 10.000 100.000 10.000
C	Operasjon (Spesialist i kirurgi) Dekker ikke operasjon av belastningslidelser i grunnforsikring	15.000	100.000
D	Billediagnostikk (MR, CT, Ultralyd og røntgen)	3.000	3.000
E	Tannlege	35.000	50.000
F	Reiseutgifter	4.000	6.000
G	Ulykkesdødsfall: ved død utbetales til ektefelle /samboer samt barn der avdøde var eneforsørger til barn under 20 år	50.000,- 150.000,- 50.000,-	50.000,- 150.000,- 50.000,-
H	Progressiv invaliditet: 10 % til 50 % 50 % til 100 %	15.000-150.000,- 150.000-600.000,-	15.000- 150.000,- 150.000- 600.000,-
	Egenandel		
	Gruppe B, C, D og E (Det betales kun en egenandel pr skade/ulykke/lidelse)	1.000,-	1.000,-
	Behandlingsgaranti		
	Frist for oppstart undersøkelse/behandling	3 mnd.	3 virkedager



Utvidet forsikring

Det finnes muligheter for utvidet forsikring – bestilling gjøres på www.fotball.no.
Se <http://www.fotball.no/nff/fotballforsikring/> for mer informasjon om forsikring.

9.5 SKADEBEHANDLING

Som leder må du forberede deg - tenke igjennom og planlegge hva du kan og bør gjøre.

- be om / krev info. fra foresatte om aktuelle sykdommer hos barna (f.eks. epilepsi, diabetes, astma, allergi, hjertelidelser mm..) Hva kan du vente deg og hva gjør du?
- lær/øv hjerterlungeredning (munn til munn og hjertekompresjon)
- lær førstehjelp (stoppe blødning, hindre sirkulasjonssvikt, forsiktig med nakke-/ hodeskader)
- lær skadebehandling -RICE (RestIceCompressionElevation = norsk: hvile, kjøling kompresjon, heve-høyt).

Alltid nødvendig ved trening / kamper:

- førstehjelpsutstyr: saks, sterile kompresser, plaster, isposer, tape/elastisk bandasje
- en bil
- en mobiltelefon
- ajourført deltagerliste m/ navn, fødselsdato, adresse og tlf. til foresatte
- minst to voksne til stede

Småskader behandles / lindres ved hjelp av førstehjelpsutstyret.

- Ved mistanke om større skader kjøres barnet straks til legevakt (tlf.69121920) eller om nødvendig tilkalles ambulanse på nødnummeret. 113. Barnets fødselsdato og navn må du kunne oppgi til lege/sykehus.

Leder skal alltid følge et skadet barn helt til foresatte er varslet og har overtatt.

Foresatte skal alltid varsles ved skader (utover de helt små skrubbsår) også når besøk på legevakt ikke ble vurdert som nødvendig.

To eller flere voksne må alltid være til stede både med tanke på alvorlige skader, men også ved mindre skader slik at fortsatt tilsyn (og aktivitet) for de uskadde skal være mulig.

Sørg for dokumentasjon (mht barneidrettsforsikring):

- hendelsen - hvordan og når skaden oppstod, skriftlig bekreftet av trener/dommer
- medisinsk - sørg for at lege vet om og dokumenterer at det er en idrettsskade
- økonomisk - kvitteringer på utgifter, be foresatte om å ta vare på alt og alle

Detaljert info om forsikringsordningen kan gjerne vente noen dager hvis foresatte ikke straks vil sette seg inn i dette. Kontakt alltid foresatte og sjekk i etterkant av en skade som krevde legebesøk.



Til slutt minner vi om at:

- barn som har vondt skal ikke «tapes opp», spille eller trene
- is spray har ingen dokumentert effekt
- isposer er fine når de brukes riktig - men de er dyre og må ikke bli mote, og de skal IKKE Brukes direkte mot hodet.

9.6 Linker:

Idrettens skadetelefon:

Gjennom Idrettens Skadetelefon har alle spillere direkte tilgang til fotballmedisinsk kompetanse.

Idrettens Helsesenter er eid av Norges Fotballforbund, og gjennom fotballforsikringen kan alle fotballspillere a ringe Idrettens Skadetelefon for blant annet å få et kvalitetssikret og godt behandlingstilbud i nærmiljøet som dekkes av fotballforsikringen.

Idrettens Skadetelefon, som er en del av Idrettens Helsesenter, er nå inne i sitt fjerde driftsår, og daglig leder Espen Rooth i Idrettens Helsesenter konstaterer flere og flere benytter seg av tilbudet.

- Vår erfaring så langt, er at vi opplever en fin økning i antall spillere vi har hjulpet, og vi gir gode råd om skadeforebygging og hva man bør gjøre ved akutte skader. Ikke minst sørger vi for at spillerne får den behandlingen de trenger, eksempelvis ved å tilby en MR-undersøkelse i løpet av 24 timer, sier Espen Rooth til [fotball.no](http://www.fotball.no).

- Idrettens Skadetelefon gir raskere og riktigere utredning og behandling, og tilbakemeldingene vi har fått så langt er gode, fortsetter Rooth.

Ring Idrettens Skadetelefon på 02033, og Norges Fotballforbund gir deg samme tilbud som til landslagsspillerne:

- Spesialister på fotballskader
- Helsepersonell med spesialkompetanse på fotball- og idrettsmedisin
- Bestilling av utredning og behandling
- Tilgjengelighet og oppfølging
- Utredning innen 24 timer (MR-undersøkelse)

Åpen alle dager mellom kl.09.00 og 21.00. Medisinsk ansvarlig: Landslagslege Thor Einar Andersen

Komplett oppvarmingsprogram for unge fotballspillere; <http://www.klokavskade.no/no/Skedefri/Fotball/SPILLEKLAR/>