

# Bakteriebomben på sidelinjen

Tekst: Simon Ydesen

*Det er godt at drikke vand, når der trænes og spilles kamp. Men man skal også være opmærksom på den smittefare, som beskidte drikkedunke udgør. Her kan du læse, hvad to jyske fodboldklubber har gjort.*

De fleste fodboldfolk kender sikkert situationen. Holdlederen kommer slæbende med de obligatoriske seks vandflasker, som inden hver kamp fylder op med vand. Dunkene stilles ved sidelinjen, og spillerne slukker grådigt tørsten...

Væske er som bekendt godt, når man bruger sin krop, men de fælles drikkedunke kan imidlertid være en potentiel bakteriebombe. Ordet kysssyge hænger i fodboldsammenhæng uløseligt sammen med brugen af de fælles drikkedunke, der stilles til rådighed af langt de fleste klubber.

Ingen ved helt præcist, hvor mange fodboldspillere, der smittes med kysssyge, eller andre former for virus, via brug af fælles drikkedunke. Men faktum er, at kysssyge er en uønsket modspiller, som man ved hjælp af enkle midler kan komme til livs.

Flere og flere klubber er inden for de seneste år blevet opmærksomme på den smittefare, som uhygiejniske drikkedunke medfører. Det er dog langt fra alle klubber, der tager de nødvendige forholdsregler på området.

Regelmæssig vask af drikkedunke er en falsk tryghed. Drikkedunkene kan være nok så rene. Det udelukker dog langt fra muligheden for, at der kan forekomme smitte spillerne imellem.

Kysssyge smitter igennem spyt, som typisk overføres ved fælles brug af en drikkedunk. Derfor er der set flere tilfælde, hvor et helt hold mere eller mindre er blevet nedlagt af sygdommen.

## DRIKKEDUNKE AFSKAFFET

Den himmerlandske fodboldklub, Haverslev IF, har ganske enkelt afskaffet de fælles drikkedunke. Således er det op til den enkelte spiller at sørge for vand under kampen. Der lægges op til, at hver enkelt spiller skal medbringe sin egen private dunk.

Joan Straarup, som er formand for klubbens ungdomsudvalg fortæller om baggrunden for det anderledes tiltag:

- Vi valgte i klubben at afskaffe de fælles drikkedunke, fordi vi fik kendskab til en sag fra Roskilde. I den pågældende sag var et helt håndboldhold blevet smittet med kysssyge efter brug af fælles drikkedunke.

Joan Straarup fortæller, at det har været svært for de ældste årgange i klubben at vænne sig til det nye system. Hvorimod, de yngre spillere har haft nemmere ved at implementere vandflasken som en fast del af fodboldudstyret.

- Det har vist sig, at vores nuværende lilleputter har væsentligt nemmere ved at huske drikkedunken, når de skal til kamp eller træning. De ved, at

de skal medbringe tre ting: Støvler, skinner og drikkedunk.

Joan Straarup kan kun anbefale andre klubber at lave lignende tiltag. Man skal i den pågældende klub blot være opmærksom på, at Rom ikke blev bygget på en dag. Det skal forstås sådan, at det er en længerevarende proces, som skal sættes i gang.

Den klare gevinst er en klar minimering af risikoen for at blive smittet med kysssyge. Det er derudover med til at sikre en god hygiejne for den enkelte spiller, hvilket bevirker, at man samtidig udrydder risikoen for andre smitsomme sygdomme såsom influenza.

## KLUBPOLITIK MED PROBLEMER

Der går typisk 30 til 50 dage før kysssyge går i udbrud. Derved er det altså tænkeligt, at en spiller kan spille indtil flere kampe inden han eller hun bliver opmærksom på, at man er smittet med kysssyge. Konsekvenserne kan være meget





Du kan redde liv

## AED PLUS

- Den eneste hjertestarter som både defibrillerer og forbedrer hjertemassagen

Når et menneske falder om med pludselig hjertestop kan defibrillering (elektrisk stød) indenfor fem minutter være livreddende. Men ambulancen kommer oftest for sent.

Med ZOLL AED Plus kan du redde liv. AED Plus er den eneste hjertestarter, der guider førstehjælpere igennem hele genoplivningen og samtidig hjælper dig med at give korrekt hjertemassage.

Kun AED Plus kan måle trykdybde og -frekvens og give dig vejledning som sikrer effektiv udførelse af hjertemassagen.

Og hvert offer har brug for bedst mulig hjertemassage for at overleve.

### Andre fordele ved AED Plus

- Ekstremt robust (IP55)
- Automatisk daglig selvtest
- LCD skærm med EKG (valgfrit)
- Anvender pålidelige og billige håndkøbsbatterier
- Markedets mest sikre børneelektroder
- 5 års garanti

For yderligere information kontakt HJERTEVAGT ApS på telefon 35 25 12 48 eller besøg vores hjemmeside [www.hjertevagt.dk](http://www.hjertevagt.dk)

hjertevagt 

forskellige, alt efter hvor hårdt man rammes. Sygdomsperioden, hvor den smittede person skal forblive inaktiv, kan variere fra et par uger til over et halvt år.

Jens Peter Schytte, formand for amatør afdelingen i Århus Fremad, ser med stor alvor på emnet hygiejne i forbindelse med fodbold.

- I Århus Fremad stiller klubben ikke længere drikkedunke til rådighed, hverken i forbindelse med kamp eller træning.

Til trods for den klare politik på området har Jens Peter Schytte flere gange oplevet, at nogle af klubbens trænere har modarbejdet princippet om, at hver enkelt spiller selv skal sørge for væske under kampen.

- Det er sket indtil flere gange at en træner har forespurgt på muligheden for at købe et sæt drikkedunke til et hold. Hvorefter, jeg har gjort det meget klart, at vores politik på området ikke tillader indkøb af fælles

drikkedunke, på klubbens regning. I stedet for at følge de regler som klubbens bestyrelse har opstillet, vælger træneren at betale for et sæt drikkedunke af egen lomme, hvilket jeg finder meget frustrerende, fortæller Jens Peter Schytte.

### EN PERSONLIG LØSNING

For Jens Peter Schytte, som i det daglige er biolog, og derfor har en praktisk tilgang til emnet, er der ingen tvivl om, at der fra klubbens side kan og bør ydes en større indsats for at komme de uhygiejniske vandflasker til livs. Når Jens Peter Schytte skal komme med mulige løsningsmuligheder skeler han til DBU's fodboldskoler. På fodboldskolerne får hver spiller udleveret sin egen personlige dunk, som ikke benyttes af andre.

En anden mulig løsning på problemet er ifølge Jens Peter Schytte at gøre ligesom i den professionelle fodboldverden. Her ser man ofte, at hver enkelt spiller har en nummereret

dunk, der kun bruges af spilleren med det pågældende nummer.

- Med tanke på den påvirkning som stjernerne normalt har på børn og unge vil det være nærliggende at bruge det i dette tilfælde, hvor der for alvor kan vindes noget på det. Hvis børnene bliver fortalt at Ronaldinho, Rooney og alle de andre har hver deres drikkedunk, er jeg sikker på at børnene vil være meget modtagelige overfor ideen, fortæller Fremad-formanden.

Jens Peter Schytte fortæller, at hygiejnen efter hans opfattelse bør sidestilles med rygning og salg af junk food rundt om i de danske idrætsklubber.

- På flere punkter svigter klubberne deres funktion som en institution, hvor sundhed og god hygiejne er i højsædet, udtaler Jens Peter Schytte og forsikrer at Århus Fremad ønsker at være foregangsklub på dette område. ■

## Afskaf de fælles drikkedunke!

*Virussygdommen mononukleose er ikke den eneste potentielle fjende, som gemmer sig i en fælles drikkedunk.*

*I de tilfælde hvor vandflaskerne ikke bliver ordentlig rengjort, har andre særdeles gode chancer for at slå rødder og sprede diverse vira. Særligt med tut i låget er specielt gode smittebærere. Tutten er nemlig rigtig god til at opsamle bakterier.*

*Derfor lyder anbefalingen fra både Haverslev IF og Århus Fremad, at man som klub skal skære igennem og afskaffe de fælles drikkedunke. Hvis man principielt vil stille drikkedunke til rådighed for klubbens hold, skal hver spiller have sin egen personlige drikkedunk, som kun bruges af en og samme person. Det er dernæst vigtigt at drikkedunkene, samme ejer eller ej, rengøres grundigt efter brug. ■*



*bakterier også drikkedunke*