



CERTIFICAT MEDICAL POUR LA PRATIQUE DES ARTS MARTIAUX

Extraits du règlement médical

Conditions médicales a la pratique sportive

La première délivrance d'une licence sportive ainsi que son renouvellement sont subordonnés à la production d'un certificat médical attestant l'absence de contre indication à la pratique des activités physiques et sportives

Selon la législation en vigueur, on individualise **trois types de certificats médicaux différents**, fonction de la discipline pratiquée :

- discipline où la mise hors combat n'est pas autorisée en excluant toute participation aux compétitions fédérales (confère article 9)
- discipline où la mise hors combat n'est pas autorisée en incluant la participation aux compétitions fédérales (confère article 10)
- discipline où la mise hors combat est autorisée (telles Karaté-contact, Sanda, Kyokushinkai, Kempo) (confère article 11)

Article 9 : Certificat médical de non contre-indication à la pratique hors compétition des disciplines où la mise hors combat n'est pas autorisée.

Les affections qui constituent une contre-indication absolue ou relative à la pratique du Karaté et des arts martiaux affinitaires hors compétition sont précisées à l'annexe A du présent règlement.

Ce certificat peut être délivré par tout médecin titulaire du doctorat d'Etat.

Article 10 : Certificat médical de l'absence de contre-indication à la pratique en compétition des disciplines fédérales où la mise hors combat n'est pas autorisée

Conformément à l'article 3622 2 du code de la santé publique, pour participer aux compétitions sportives organisées ou autorisées par la F.F.Karaté., tout licencié doit fournir un certificat médical mentionnant l'absence de contre-indication à la pratique des disciplines fédérales en compétition

Les principales conditions de non contre-indication à la compétition ainsi que la liste des affections qui constituent une contre-indication absolue ou relative, permanente ou temporaire, à la pratique du Karaté et des arts martiaux affinitaires en compétition figure en



annexe B.

L'attestation de non contre indication peut être portée sur le passeport sportif du pratiquant, avec date d'établissement, signature et cachet du médecin.

Ce certificat peut être délivré par tout médecin titulaire du doctorat d'Etat.

Article 11 : Certificat médical permettant la pratique des disciplines fédérales où la mise hors combat est autorisée (telles Karaté-contact, Sanda, Kyokushinkai, Kempo).

Selon l'arrêté du 28 avril 2000, la pratique en compétition comme hors compétition des disciplines fédérales pour lesquelles la mise hors combat est autorisée est subordonnée à la délivrance d'un certificat établi par un médecin qualifié ou compétent en médecine du sport, après un examen médical approfondi et spécifique.

Une fiche type d'examen médical approfondi et adapté à ces disciplines est proposée en annexe C du présent règlement.

Article 12 : Conditions de délivrance et de validité des certificats médicaux précités

Le certificat peut être établi au plus tôt 60 jours avant le début de la saison en cours; il n'est valable que pour la saison en cours.

La commission médicale de la F.F.Karaté rappelle que :

- l'examen médical ne doit jamais être pratiqué à l'improviste, sur le terrain ou dans les vestiaires avant les compétitions.

- l'article L 3622-4 du Code de la Santé Publique relatif au dopage dispose que tout médecin amené à déceler des signes évoquant une pratique de dopage est tenu de refuser la délivrance de ces certificats médicaux.

Toute prise de licence implique l'acceptation de l'intégralité du présent règlement ainsi que du règlement de lutte contre le dopage adopté par l'assemblée générale de la F.F.Karaté en date du 12 janvier 2002.

Contre-indications relatives à la pratique du Karaté hors compétition

Contre-indications absolues et relatives à la pratique du Karaté et des arts martiaux affinitaires hors compétition

Un certain nombre d'affections contre-indiquent la pratique de notre discipline au sein de tout club affilié à la F.F.Karaté. sous quelque forme que ce soit.

a) Ce sont d'abord les contre-indications absolues à la pratique de tout sport, notamment les affections entraînant une inaptitude à l'effort :

- Insuffisance coronarienne, cardiaque et respiratoire, sauf si un spécialiste l'autorise (exemple patient ponté sur lésion unique avec ECG d'effort normal, HTA bien contrôlée sous



traitement, insuffisance cardiaque stabilisée, artérite stade 1).

- Les troubles du rythme cardiaque survenant ou majorés à l'effort ou encore, survenant lors de la récupération, la simple notion d'accès récidivants de palpitation doit en faire évoquer l'éventualité. Il en est de même pour certains troubles de la conduction intra-cardiaque. L'avis du spécialiste est souvent nécessaire.

b) Les arts martiaux sont des sports de contact et ce contact intervient pratiquement lors de chaque séance d'entraînement en club, a fortiori lors d'une compétition ; il en résulte qu'un certain nombre d'affections constituent des contre-indications absolues spécifiques à pratique. Sans prétendre à l'exhaustivité, nous avons listé les plus évidentes ci-après.

- Affection ou traitement perturbant l'hémostase en induisant un état d'hypocoagulabilité avec un fort risque d'hémarthrose,
- Maladies inflammatoires en poussée évolutive ou avec d'importantes déformations articulaires.
- Affection réduisant la solidité osseuse (exemple métastases ostéolytiques, ostéopénie),
- Affections morphologiques statiques et/ou dynamiques sévères, en particulier de la hanche, du genou, et du rachis dorsolombaire (coxarthrose d'évolution rapide, canal vertébral étroit symptomatique etc.),
- Antécédents personnels signant une insuffisance circulatoire au niveau des troncs supra aortiques (antécédents d'accidents cérébraux ischémiques transitoires, insuffisance vertébro-basilaire etc.),
- Malformations artérielles (tels les anévrysmes de l'aorte ou des artères cérébrales) ou artério-veineuses, s'en approche l'existence de prothèse vasculaire,
- Affection rendant dangereux le traumatisme abdominal direct soit du fait d'une fragilité de la paroi (hernie, éventration...), soit du fait d'une pathologie d'organe abdomino-pelvien (rate hypertrophiée, volumineux kystes rénaux, ovariens...),
- Diabétique ayant des antécédents de maux perforants plantaires ou patients hémodialysés porteurs d'une fistule,

c) La pratique des arts mariaux requiert un bon état musculo-ligamentaire et ostéo-articulaire ainsi qu'un bon contrôle de l'équilibre et des gestes. Un certain nombre d'affections rhumatologiques, orthopédiques ou neurologiques constituent des contre-indications relatives à cette pratique.

Tout d'abord celles qui affectent le rachis lombosacré et les articulations des membres et il convient donc de déconseiller de débiter une pratique des arts martiaux aux personnes présentant :



- Une myopathie congénitale.
- Une instabilité du genou, de l'épaule ou du poignet, une coxarthrose.
- Des implants articulaires au genou, à cheville, à l'épaule, ou à la hanche.

Les positions du bassin et les techniques de jambes sollicitent fortement le rachis lombosacré. Amateurs ou de haut-niveau, les pratiquants sont exposés au risque de lyse isthmique qui peut évoluer vers un spondylolisthésis. Ce déplacement d'une vertèbre par rapport à la vertèbre sous-jacente doit être particulièrement surveillé, notamment chez l'enfant et l'adolescent, surtout si s'y associe une dysplasie vertébrale ou sacrée.

Enfin la pratique des arts mariaux exige le contrôle de l'équilibre et des gestes. Il convient donc de déconseiller de débiter une pratique des arts martiaux

- aux personnes présentant : une affection neurologique entraînant un trouble de l'équilibre, de la coordination des mouvements (syndrome cérébelleux, ataxie proprioceptive) ,
- à l'enfant ayant un syndrome pyramidal séquelle d'une hémiplégie surtout si l'importance de l'atteinte fait craindre qu'avec la croissance ne survienne une inégalité importante de la longueur des membres inférieurs. En effet, aux difficultés liées à la spasticité s'ajouteront celles de l'inégalité de longueur des membres et l'enfant devra abandonner « son sport », ce qui ne se fera pas sans souffrance.

d) Par contre, certain nombre d'affections stabilisées avec ou sans traitement ne constituent pas une contre-indication : antécédents d'épilepsie essentielle ou de diabète.

e) En cas de traumatisme crânien récent avec perte de connaissance, il est fortement conseillé de prendre l'avis d'un médecin avant d'envisager la reprise de la compétition. Cet avis est indispensable si le traumatisme a occasionné des lésions osseuses ou cérébro-vasculaire.

Quoi qu'il en soit, il appartient au médecin établissant le certificat médical de décider si une affection constitue une contre-indication absolue ou relative selon la sévérité de l'affection

Contre-indications relatives à la pratique du Karaté en compétition

Contre-indications absolues et relatives à la pratique du Karaté et des arts martiaux affinitaires en compétition

La compétition revêt deux aspects, le combat et la technique ; certaines contre-indications sont spécifiques à la compétition combat.

1) Les principales conditions de non contre-indication à la compétition sont :

- Un bon fonctionnement cardio-respiratoire,



F.F. KARATÉ et disciplines associées Saison 2007 - 2008

- Une parfaite intégrité des systèmes régulant l'équilibre et la coordination et notamment l'absence d'affection évolutive affectant motricité et sensibilité superficielle ou profonde, tonus musculaire,
- Aucun trouble grave du jugement ou du comportement,
- Une croissance harmonieuse,
- Un bon état musculo-ligamentaire et ostéo-articulaire.

2) Toutes les contre-indications au sport ou à la pratique des arts martiaux énumérées en annexe A s'appliquent à la pratique en compétition. Il faut y ajouter les amputations sauf si elles sont limitées aux orteils ou aux doigts, et dans ce dernier cas, le sportif ne peut combattre qu'équipé de protections de poings.

3) Constituent une contre-indication spécifique à la compétition combat, les affections ophtalmologiques suivantes :

- Antécédents de chirurgie intraoculaire et réfractive : Kératotomie radiaire, anneaux intra-cornéens, lasik.
- Monophtalmie
- Amblyopie fonctionnelle ou organique (acuité inférieure à trois dixièmes avec correction) ;
- Myopie supérieure à 3,5 dioptries correspondant à moins de 1/10ème sans correction ;
soulignons que seul le port de lentilles souples autorisé.

Pour certaines lésions de la périphérie rétinienne, l'avis du spécialiste est requis.

4) Il faut informer le sportif voulant pratiquer la compétition combat :

- Des règles d'hygiène qu'il doit adopter notamment en cas de blessure ouverte, s'il est porteur du virus de l'hépatite B ou C ou de l'immunodéficiência.
- Des risques encourus s'il est déjà affecté de la perte d'un organe pair (rein, testicule) en cas de traumatisme de l'organe unique.

5) Il est des contre-indications temporaires à la compétition combat :

- Si un sportif subit un K.O. au cours d'une compétition, son retrait de la compétition est immédiat, absolu pour toute la durée de la compétition. Il lui est fortement conseillé de solliciter l'avis d'un médecin sur son aptitude à participer à une nouvelle compétition.
- La grossesse, à partir de la 10ème semaine, sauf sur présentation de l'attestation d'un spécialiste autorisant la participation à la compétition.

6) Restrictions liées à l'âge et au poids

Au-delà de 50 ans, l'inscription à une compétition n'est possible qu'au vu d'une attestation



médicale établie par un médecin qualifié ou compétent en médecine du sport.

Le poids minimum pour participer à une compétition est prévu par le règlement fédéral, fonction de la catégorie d'âge et de la discipline considérée. En cas de poids inférieur, l'autorisation de participer à une compétition combat est soumise à l'autorisation du médecin fédéral.

Aucun surclassement d'âge ou de poids ne pourra survenir jusqu'à la catégorie cadet incluse.