



## EPICKA PODRÓŻ PERSONELU MEDYCZNEGO DO ROSJI



*„Techniki masażu i regeneracji zyskały wielu amatorów wśród zawodników.”*

Ekskluzywny wywiad z **Franckiem Le Gall**, lekarzem francuskiej reprezentacji w piłce nożnej, **Christphem Geoffroyem** i **Denisem Morcelem**, dyplomowanymi masażystami i fizjoterapeutami zespołu: o tym, jak zostali terapeutami sportowymi, jak korzystają z urządzenia **Cellu M6 Alliance®** – historie z Mistrzostw Świata, o procesie regeneracji zawodników, fizjoterapii i wiele innych. **LPG®** z dumą przedstawia przeprowadzony wywiad.

**Zwracam się do Francka Le Gall, który jest lekarzem francuskiej reprezentacji w piłce nożnej i prowadzi zespół medyczny w Rosji. Czy możesz nam przybliżyć swoją historię, jak zostałeś lekarzem reprezentacji oraz jak to jest móc uczestniczyć w tej przygodzie?**

Po stażu w Rennes razem Pierrem Rochcongarem (Rehabilitacja Medyczna) w latach 1990-1993, już w 1993 r. zacząłem pracować w Centrum Technicznym w Clairefontaine (ośrodek francuskiej reprezentacji w piłce nożnej). Tam kierowałem ośrodkiem fizjoterapii, Krajowym Instytutem Piłki Nożnej, koordynowałem proces rekrutacji zawodników w kategorii U15 do francuskiej Kadry B, a także byłem lekarzem juniorów i potencjalnych przyszłych zawodników. W 2008 r. wyjechałem do Lille, aby rozpocząć współpracę z Rudim Garcią jako lekarz zawodowej drużyny klubu piłki nożnej w Lille (LOSC), a półtora roku temu zacząłem pracować dla klubu piłki nożnej w Marsylii (OM). Od 2012 r. współpracuję z francuską reprezentacją, razem z Didierem Deschamps i Guyem Stephanem.

**Wraz z czterema specjalistycznymi fizjoterapeutami w medycynie sportowej (Christophe Geoffroy, Denis Morcel, Alexandre Germain i Guillaume Vassout) oraz osteopatą (Jean-Yves Vandewalle), ile czasu z napiętego grafika zawodników poświęciliście na proces przygotowania i regeneracji, gdy zespół przebywał w Istrze?**

Zabiegi fizjoterapeutyczne wykonywaliśmy przez cały dzień. Zabiegi ukierunkowane na zmiany

patologiczne i liczne zabiegi regeneracyjne, masaże, zabiegi wykorzystujące urządzenie LPG®, zabiegi presoterapeutyczne, balneoterapeutyczne itp. W południe i ponownie wieczorem fizjoterapeuci robili obchód i decydowali, kiedy i którzy zawodnicy powinni zostać zapisani na jedno z czterech lub pięciu dostępnych 1- lub 2-godzinnych okienek terapeutycznych. Muszę powiedzieć, że techniki masażu i regeneracji zyskały wielu amatorów wśród zawodników.

### **Czy urządzenie Cellu M6 Alliance® było wykorzystywane do regeneracji / fizjoterapii zawodników, którzy byli pod dużym obciążeniem fizycznym lub nawet doznali urazów w czasie meczu?**

Często korzystaliśmy z urządzenia LPG®. U niektórych zawodników przeprowadzono pełnozakresowe zabiegi pod kierunkiem Denisa Morcela, a u innych – zabiegi z zakresu traumatologii lub regeneracyjne. Był także Olivier Giroud, u którego założyłem sześć szwów na ranie głowy. Denis, który zajmował się tym zawodnikiem, wykorzystywał urządzenie do zmiękczenia i drenażu jego blizn. Oczywiście z urządzenia korzystaliśmy również w przypadku krwiaków oraz do wykonywania ogólnych masażu regeneracyjnych, zwłaszcza w przypadku uczucia ciężkości nóg po meczu. Zawodnicy bardzo sobie cenią te zabiegi.

### **A co planujesz teraz po powrocie? Czy klub OM dostanie urządzenie LPG®?**

Tak sądzę. Po zapoznaniu się z nim w czasie Mistrzostw Świata zdecydowaliśmy, że chcemy mieć to urządzenie w naszym ośrodku. Teraz planujemy szkolenie dla jednego lub kilku klubowych fizjoterapeutów, aby mogli zapoznać się z tymi technikami oraz stwierdzić, jak bardzo są one pomocne w leczeniu zawodników.

### **Denis Morcel i Christophe Geoffroy to połowa zespołu fizjoterapeutów, którzy nadzorowali, wspierali i kierowali leczeniem francuskiej reprezentacji w czasie Mistrzostw Świata. Jakie było wasze doświadczenie zawodowe?**

**Christophe Geoffroy:** Od 1990 r. pracowałem z różnego rodzaju sportowcami, od kandydatów do zawodowych sportowców. Przez te wszystkie lata zawsze chciałem mieć możliwość zaoferowania zawodnikom dodatkowych możliwości terapeutycznych. W 2012 r. dostałem propozycję pracy jako fizjoterapeuta reprezentacji. Uważam, że w życiu nic nie dzieje się przypadkiem, a wszystko zależy od tego, jakich ludzi spotykasz.

**Denis Morcel:** Zanim zacząłem działać we Francji, pracowałem z zespołami z Caen, Senegal, Maroka i Japonii. Każda nowa szansa wynikała z moich dotychczasowych kontaktów, rekomendacji i ustnie przekazywanych informacji wśród zainteresowanych osób. Tym razem był to lekarz zespołu, który patrzy na umiejętności posiadane przez kandydatów w procesie tworzenia zespołu, oraz Didier Deschamps, który zatwierdza wybrane osoby. Nie mówił nam, w jaki sposób wykonywać masaże, ale mógł się nie zgodzić, jeśli osoba nie spełniała wymagań.

### **Technologia Cellu M6® stanowi integralną część waszej pracy. Kiedy po raz pierwszy zetknęliście się z urządzeniem LPG®?**

**Denis Morcel:** Korzystałem z tej techniki przez ostatnie 15 lub 20 lat. Dlaczego? Ponieważ zapewnia oczywiste korzyści w porównaniu do tradycyjnych technik. Na przestrzeni lat w naszym gabinecie były 3 lub 4 urządzenia tego typu. Prawdziwą rewolucją było wprowadzenie klapki (Cellu M6 Alliance®), ponieważ jest ona niemal jak dłoń, z tym że nie uciska mięśni równie mocno. Przy zabiegu endermologie® ucisk jest dużo mniejszy niż w trakcie masażu ręcznego, ale dzięki temu mniejsze jest też obciążenie ciała.

**Urządzenie Cellu M6 Alliance® jest już wykorzystywane w Clairefontaine i pojechało razem z**

## **zespołem do Rosji. Jaką rolę odegrało w kształtowaniu waszego podejścia medycznego?**

**Christophe Geoffroy:** Z urządzenia korzystamy przeważnie w przypadku fizjoterapii, chociaż coraz częściej również w zabiegach regeneracyjnych, ale dopiero w ostatnim czasie. Podczas zabiegów terapeutycznych nie dajemy zawodnikom żadnego wyboru, ale w przypadku zabiegów regeneracyjnych mogą wybierać między masażem ręcznym lub urządzeniem. Niektórzy z nich nie lubią masaży. Dzięki urządzeniu możemy im zaoferować alternatywne rozwiązanie. Przy takim poziomie współzawodnictwa urządzenie jest wykorzystywane praktycznie codziennie oraz w przypadku niemal wszystkich zawodników.

## **Co zawodnicy sądzą o tej technice?**

**Denis Morcel:** Przekonali się do niej od razu po naszych wyjaśnieniach i decyzji, że zastosowanie tej techniki było konieczne. Tak działo się w przypadku urazów, które były zbyt bolesne do ręcznie wykonywanych zabiegów, np. w przypadku dużych krwiaków, które wymagają działania na odległość, blizn, zwłóknień itp. Kiedy zawodnicy zdali sobie sprawę, że urządzenie im pomaga, stało się ono podstawowym komponentem sprzętu niezbędnego dla zapewnienia skutecznej fizjoterapii. Technika ta była już znana niektórym zawodnikom, na przykład z Olympique Lyonnais, klubu piłki nożnej w Lyonie, ponieważ to miasto znajduje się w pobliżu miejsca narodzin technologii LPG®, ale zawodnicy z Monako i Anglii również korzystali już z takich zabiegów.

## **Jaki sprzęt polecilibyś dla fizjoterapeutów sportowych, którzy chcą zainwestować w swoją działalność, ale muszą wybrać spośród wielu dostępnych opcji?**

**Denis Morcel:** Przede wszystkim własne dłonie, które muszą być dobrze wyćwiczone, aby umożliwić rozpoznanie spiętych obszarów, zwłóknień lub obrzęków. Niekiedy występują jednak obszary hiperalgezyjne, obszary wcześniejszych krwawień, w których obrzęk jest tak duży, że nie można go usunąć za pomocą masażu ręcznego. Technika LPG® pełni rolę pośrednika między dłońmi terapeuty i ciałem sportowca, dzięki któremu możemy swobodnie pracować bez blokowania tkanek. W pracy ze sportowcami urządzenie Cellu M6® to jedna z pierwszych inwestycji niezbędnych w praktyce fizjoterapeuty.

Zimne kąpiele są oczywiście również skuteczne w procesie regeneracji, w połączeniu z zabiegami presoterapeutycznymi, podobnie jak medyczna endermologia, która dodatkowo umożliwia drenaż. Trzeba samemu wybrać odpowiednią metodę. Należy jednak pamiętać, że **dłonie fizjoterapeuty są najważniejsze**, ponieważ sterują urządzeniem, aby leczenie było skuteczne. Istnieje nieskończenie wiele planów terapeutycznych: 100% terapia mechaniczna, czasami 70% masaż ręczny plus 30% terapia mechaniczna lub na odwrót. Wszystko jest możliwe. Najważniejsze to wybór odpowiedniej metody terapeutycznej.

## **Na koniec, jakich rad moglibyście udzielić innym fizjoterapeutom, którzy chcą zdobyć uprawnienia, aby współpracować ze znanymi sportowcami?**

**Christophe Geoffroy:** Prowadzę kurs „Jak zostać terapeutą sportowym”. Wyjaśniam w nim, co trzeba wiedzieć i jakich błędów unikać. Można wskazać trzy podstawowe rzeczy: pasja w pracy, umiejętności, a przede wszystkim zdolność współpracy z ludźmi. Trzeba przyzwycząć się do funkcjonowania w dużej grupie ludzi oraz mieć wsparcie ze strony przyjaciół i rodziny, ponieważ ta praca wymaga częstych wyjazdów. Sądzę, że francuski zespół zaprezentował wspomniane wartości w czasie Mistrzostw Świata.

„Pragniemy podziękować LPG® za umożliwienie nam wdrożenia dodatkowych opcji terapeutycznych wymienionych w powyższym wywiadzie.”