

Til: * Kontaktpersoner i klubb for utøvere på junior- og seniorlandslag i RG 2026

Kopi: * Fysioterapeuter
* President, genr.sekr. og ass. genr.sekr.
* Leder teknisk komité rytmisk gymnastikk
* Konkurranssekonsulent og kommunikasjonskonsulent
* Olympiatoppen v/Ellen Moen og Sunn Idrett v/Beate Anstensrud

6. mars 2026

Helseattest og legeundersøkelse, landslag rytmisk gymnastikk 2026

NB! Kontaktpersoner i klubb for utøvere på junior og seniorlandslaget i RG distribuerer dette videre til aktuelle utøvere.
PS! For utøvere under 16 år skal dette distribueres til deres foresatte.

Bakgrunn

Norsk idrett og Norges Gymnastikk- og Turnforbund (NGTF) ønsker å etterleve et prinsipp om å sette utøvernes helse foran prestasjon. Vi har i den forbindelse inngått et samarbeid med Stine Sandven-Thrane som lege for landslagene i rytmisk gymnastikk. Hun forestår arbeidet med en årlig legeundersøkelse og helseattest. NGTF dekker kostnadene i denne forbindelse.

Egenerklæring- og legeundersøkelse

Helseattesten består av to deler; egenerklæringsskjema fra utøver og skjema fra en undersøkelse utført av forbundslege. Dersom utøver er under 16 år, skal egenerklæringsskjema også signeres av en foresatt.

Hvordan opplysningene helseattesten behandles

Opplysningene i helseattesten blir lagret i tråd med rutiner for informasjonssikkerhet og behandling av personopplysninger. Ansvarlig for dette er forbundslege. Forbundslegen er underlagt reglene i helsepersonelloven og har taushetsplikt.

Overgang til digital ordning fra 2026

NB! Fra 2026 innfører vi digital registrering og utfylling av helseopplysninger som grunnlag for helseattest og lege-/helseundersøkelse via Helseboka. I tillegg til svarene som framkommer i den sammenhengen består prosessen med helseattest av en lege-/helseundersøkelse av Stine med en generell fysisk/medisinsk vurdering, hjerte-/lungeundersøkelse og måling av blodtrykk samt en videre samtale. For ytterligere informasjon: Se vedlegg 1.

Tidspunkt for lege-/helseundersøkelse

Stine kommer til å ta kontakt med alle aktuelle utøvere for å avtale dato, tidspunkt og sted for legeundersøkelsen.

Før lege-/helseundersøkelsen

NB! Utøverne må fylle ut Egenerklæringsskjemaet i Helseboka i god tid før legeundersøkelsen.

Utøverne må logge inn i Helseboka og fylle ut sine helseopplysninger i Helseboka i god tid før legeundersøkelsen, og senest innen onsdag 25.03.

Spørsmålene er utviklet av Olympiatoppen i samarbeid med Sunn Idrett. Dette er tilsvarende skjema som benyttes av andre forbund som bruker digital helseattest i dag. Ettersom dette er for unge utøvere og skjemaet inneholder spørsmål om tidligere sykdommer og kjente familiesykdommer, anbefales det at utfyllingen gjøres i samarbeid med foresatte.

Innlogging og utfylling

1. Den digitale Helseattestløsningen krever at utøver over 16 år har egen BankID.
For utøver under 16 år logger foresatte inn.
2. Utøver/foresatt går inn på link tilsendt i egen mail.
3. Logger seg på med BankID eller BankID på mobil.
4. Dersom man er logget inn som foresatt må du velge hvem du ønsker å registrere.
5. Svar på skjemaet ved å følge instruksjonen og avslutt med å trykke på *Send Egenerklæring*.
6. Man mottar SMS med bekreftelse på mottatt egenerklæring.

Bekledning i lege-/helseundersøkelsen

Jenter/kvinner kommer ikledd eller medbrakt en kortbukse og sports-bh man kan føle seg vel i under den fysikalsk-/ medisinske undersøkelsen. Etter undersøkelsen hos legen får utøverne en henvisning til å ta en blodprøve hos Først-laboratorier, tilpasset de medisinske opplysninger som er kommet frem.

Vurdering og godkjenning

Både utøverens besvarelser i egenerklæringsskjemaet og legeerklæringen lagres i Helseboka-løsningen til NGTF. Her kan landslagslegen foreta en samlet vurdering av svarene som framkommer.

Tilbakemelding til utøveren

Utøveren får tilsendt et svar fra landslagslegen.

Helseattest gjennomføres etter retningslinjer og spørsmål utarbeidet av [Olympiatoppen](#) og [Sunn Idrett](#).

Ta kontakt ved eventuelle spørsmål.

Norges Gymnastikk- og Turnforbund

Stela Sultanova
Landslagssjef rytmisk gymn.
(sign.)

Stine Sandven-Thrane
Lege rytmisk gymnastikk
(sign.)

Marianne Halberg
Konkurranssekonsulent
(sign.)

Hermud Buttedahl
Avdelingsleder konkurranse
(sign.)
Mobil: 951 89 211

Vedlegg: 1. Informasjon fra Olympiatoppen og Sunn Idrett.
2. Legeundersøkelsesskjema (fylles ut av landslaglege).

1. Informasjon fra Olympiatoppen og Sunn Idrett:

Bakgrunn

Norsk idrett ønsker å etterleve et prinsipp om å sette utøvernes helse foran prestasjon. Helseattesten er ett av flere tiltak i idretten for å understøtte dette prinsippet. Hensikten med helseattesten er å avdekke om en utøver har spesielle utfordringer når det gjelder ernæring, vekt, trening, forstyrret spiseatferd eller andre forhold som er relevant for vurderingen av om utøver er helsemessig skikket til å representere. Opplysningene som etterspørres i attesten er basert på hva særforbundenes helseteam, spiseforstyrrelsesteamet på Olympiatoppen og Sunn idrett har identifisert som relevante og nødvendige for å kunne vurdere om utøver er helsemessig skikket til å representere særforbundet. Alle utøvere som skal vurderes for representasjonsoppgaver for et særforbund tilsluttet helseattestordningen, må derfor avgi helseopplysninger til helseteamet i det aktuelle forbundet. Helseteamet vil vurdere informasjonen og om utøver er helsemessig skikket til å delta i representasjonsoppgaver for særforbundet. Det vil bli foretatt en konkret vurdering på bakgrunn av den informasjonen som kommer frem av helseattesten og eventuelle etterfølgende tilleggsundersøkelser og samtaler med utøver. Dersom en utøver ikke får godkjent helseattest og dermed ikke får representere sitt forbund, betyr det at all konkurransedeltakelse, også nasjonalt, frarådes. Utøver oppfordres til å informere sin klubbtrener/idrettslag om utfallet for å sikre best mulig tilrettelegging og oppfølging i samråd med helsepersonell.

Hvem får tilgang til opplysningene i helseattesten?

Dine opplysninger blir vurdert av lege i forbundets helseteam og/eller klinisk ernæringsfysiolog tilknyttet forbundet. Relevant helsepersonell kan få tilgang på opplysningene ved behov for ytterligere utredning av din helsestatus etter utøvers samtykke. Tilgang til helseopplysningene er begrenset til det som er nødvendig for formålet med helseattesten.

Dersom utøver blir tatt ut til representasjon, og denne delegasjonen har en lege, vil denne legen også kunne få tilgang til helseopplysningene for å sikre en bedre helsemessig oppfølging under representasjonen. Dersom en utøver ikke blir klarert for å kunne representere, vil kun selve avgjørelsen og ingen opplysninger som fremgår av helseattesten bli meddelt uttaksansvarlig i forbundet.

Er utøver aktuell for representasjon for flere forbund som er tilknyttet helseattestordningen kan utøver benytte en kopi av helseattesten til de øvrige forbundene, såfremt den er gyldig og utstedt innenfor tidsfristen til det aktuelle forbund.

Forholdet til dopingregelverket

Behandling av helseopplysningene innebærer ikke at helsepersonellet har vurdert opplysningene opp mot idrettens dopingregelverk.

Henvising ved behov for utredning/ oppfølging

Ingen utøver risikerer på bakgrunn av opplysninger som kommer frem i helseattesten automatisk å bli diskvalifisert fra å kunne representere. Dersom lege eller klinisk ernæringsfysiolog som vurderer helseattesten mener det må innhentes ytterligere helseinformasjon for å avgjøre om en utøver er helsemessig skikket til å representere, skal utøver bli kontaktet og henvist videre. Utfallet av supplerende undersøkelser og informasjon skal snarest mulig behandles av forbundets lege med påfølgende revurdering av opplysningene fra den innsendte helseattesten. Helseproblemer som avdekkes ved legeundersøkelsen skal følges opp av fastlege, hvis ikke spesifikt avtalt med forbundslege.

Rett til innsyn

Utøver har til enhver tid rett til innsyn i de helseopplysningene som omhandler utøveren selv.

Sletting av helseopplysninger

Overskuddsinformasjon og/eller opplysninger som ikke lenger er nødvendige vil bli slettet. Helseattesten vil oppbevares inntil 10 år etter at den er hentet inn. Dersom representasjon ikke lenger er aktuelt, vil opplysningene oppbevares i tre år fra avsluttet representasjon. Du kan når som helst be om at opplysningene dine slettes. Dataene som er innhentet anonymiseres og opplysningene kan brukes til forbundsinterne oversikter og eventuelt forskning.

Frivillig samtykke

For å kunne innhente helseopplysninger om deg, er det behov for et samtykke. Det er frivillig å gi fra seg helseopplysningene. Ved signering av helseattesten legges det til grunn at utøver har gitt helseopplysningene basert på et frivillig, uttrykkelig og informert samtykke. Samtykket kan til enhver tid trekkes tilbake. Helseopplysningene vil da bli makulert. Er utøver under 16 år, skal foresatte med-signere.

Helseattest og legeundersøkelse

landslag rytmisk gymnastikk

2. LEGEUNDERSØKELSESKJEMA

Fylles ut av lege digitalt inne i Helseboka.

Opplysningene fra utøverens egenerklæringsskjema danner et grunnlag for en god klinisk samtale og vurdering av utøverens helsetilstand. Formålet med legeundersøkelsen er å avdekke forhold som kan begrense utøverens skikkethet til å tåle de fysiske og psykiske belastningene som trening og konkurranser medfører. Attesten godkjennes av utøverens særforbund. Ved behov gis utøveren informasjon om hvordan helseforholdene kan bedres. Sykdom som avdekkes ved undersøkelsen skal følges opp av fastlege, hvis ikke spesifikt avtalt med forbundslege.

Navn på utøver	
Hjerte: Vestentlige opplysninger og objektive funn	
Lunger: Vestentlige opplysninger og objektive funn	
Puls: Blodtrykk:	
Høyde (måles hos lege): Vekt (måles hos lege): Høyde og vekt tas på legekantor med lett bekleddning, for eks. bukse og t-skjorte.	
Hemoglobin:	
Generelt inntrykk og eventuelle bemerkninger til utøverens helse i forhold til trening og konkurranser	

NB! Eventuelle helseproblemer som avdekkes ved undersøkelsen må følges opp hos fastlege.

- ☐ Jeg har lest og vurdert utøverens egenerklæring, og kjenner ikke til relevante medisinske forhold utover det utøver har avgitt i denne.
- ☐ Jeg bekrefter at jeg ikke har et habilitetsproblem i relasjon til utøveren.
- ☐ Samtykker til at legeerklæringen deles med utøverens særforbund (digitalt via Helseboka).

Sted/dato: _____

Sign./stempel lege: _____