



Silfrið í höfn og sendiherrann bauð til veislu. Frá vinstri: Gunnar Snorri Gunnarsson sendiherra, Brynjólfur Jónsson læknir, Pétur Þór Gunnarsson, sjúkraþjálfari, Ingibjörg Ragnarsdóttir, liðstjóri og sjúkranuddari og Guðjón Valur Sigurðsson.



Brynjólfur í Ólympíuhöllinni þar sem úrslitaleikurinn fór fram.

## Læknir strákanna okkar

„Starf mitt sem íþróttalæknir er meira og minna hobby sem ég hef búið mér til og byrjaði á í Svíþjóð fyrir 25 árum síðan,“ segir Brynjólfur Jónsson sérfræðingur í bæklunarskurðlækningum. Hann hefur um árabil verið læknir íslenska landsliðsins í handbolta og vakti sérstaka athygli þjóðarinnar þegar hann fékk gula spjaldið í Peking fyrir að hlaupa inn á völlinn áður en dómaraþingin þóknaði að gefa honum leyfi til þess.

„Þetta var misskilningur af minni hálfu. Einhver kallaði: Brynjólfur inná! Og ég hljóp af stað án þess bíða eftir merki frá dómaraþingunni. Svona eru bara reglurnar.“

Brynjólfur segist hafa byrjað að sinna íþróttamönnum þegar hann fyrir margt löngu var læknir á Akureyri. „Það var áður en ég fór til Svíþjóðar í sérnámi. Það hafði enginn sérstakan áhuga á að sinna þessu, íþróttamennirnir voru að leita til Reykjavíkur og ég reyndi að hjálpa þeim og lesa mér til. Þegar ég kom til Svíþjóðar varð ég strax læknir handboltaliðs bæjarins, eiginlega óvart, því ég þurfti að gera við fót á einum handboltaspilara, aðgerðin tókst vel og hann réði mig sem lækni félagsins, IFK Skövde. Þeir spiluðu í efstu deild og gekk bara vel.“

Brynjólfur segir að á þessum tíma hafi íþróttalækningar sem sérgrein varla verið til staðar. „Menn fóru bara út í þetta af áhuga og flestir voru þeir bæklunarlæknar sem höfðu sérstakan áhuga á þessu. Í dag er hægt að læra íþróttalækningar sem sérgrein innan lyflæknisfræði eða endurhæfing-

arfræði en það er annars konar nálgun en okkar sem gerum við meiðslin eftir að þau hafa átt sér stað.“

### Gríðarlega mikið í húfi

Eftir að þjóðin fylgdist andstutt með gengi handboltaliðsins á Ólympíuleikunum hefur athyglin beinst að því hversu gríðarlegt líkamlegt álag er á leikmönnum. „Það er eiginlega mesta furða að þeir skuli ekki meiðast meira en raun ber vitni og sýnir hvað þeir eru í gríðarlega góðri þjálfun. Meiðslin sem landsliðsmennirnir eru að glíma við eru þau sömu og allir handboltamenn þekkja. Krossbönd í hné, liðbönd í ökkla, bakmeiðslu og tognanir af ýmsu tagi. Mismunurinn liggur í því hversu miklu meira er í húfi fyrir þessa stráka. Meiðslu geta haft gríðarleg áhrif á frama þeirra og peningamál því margir þeirra eru vel launaðir og mikilvægir fyrir félögin sín. Þeir þurfa því góða þjónustu og fá hana hratt og vel. Félögin þeirra fylgjast líka vel með og passa upp á sína menn.“

Brynjólfur segir að leikmenn íslenska landsliðsins séu komnir á þann stað í alþjóðlegum handbolta að önnur viðmið gildi en þegar rætt er um handbolta almennt. „Þetta eru menn á heims-maelikvarða. Þeir eru í slíkri þjálfun og þekkja sinn líkama svo vel að þeir vita hvað hægt er að bjóða honum. Þeir eru ekki að fá eilíf álagsmeiðslu. Þeir sem eru þjakaðir af slíku eru bara dottirnir út áður en svona langt er komið.“

Fyrir liðslækninn er mikilvægast að þekkja

**Hávar  
Sigurjónsson**



„Myndina af mér tók Snorri Steinn Guðjónsson, rétt þar sem við komum niður af Múrum, en ég veit ekki fyrir hvað áletrunin stendur.“

mennina og vita hvað hverjum og einum hentar best. „Ég er búinn að vera læknir handboltalandsliðsins meira og minna í 18 ár og þekki þá bæði utan og innan ef svo má segja. Það skiptir leikmennina líka máli að þekkja lækinn og þetta er flókið og persónulegt samspil.“

*Ganga leikmenn of nærri sér í keppni sem þessari?*

„Nei, þeir gera það í rauninni ekki en að sjálf-sögðu leyfa menn sér meira í svona keppni. Þeir ætla ekki að missa af úrslitaleik útaf meiðslum. Þeir geta bitið á jaxlinn og vita að þeir fá nokkurra daga frí eftir mótið og geta þá jafnað sig.“

*Þú stendur í ekki þeim sporum að ráðleggja leikmönnum að hvíla sig en þeir bita á jaxlinn og segjast ætla að spila.*

„Nei, ég er mjög meðvirkur í þessu og reyni að lenda ekki í mótsögn við neinn í hópnum. Þetta er líka samvinna og samráð allra í hópnum. Við ráðum ráðum okkar, leikmaður, þjálfari, sjúkraþjálfari, sjúkranuddari og læknir. Það tengjast mjög margir svona ákvarðanatöku og það er nánast alltaf hægt að gera eitthvað. Þetta eru auðvitað allt aðrar aðstæður en áhugamenn í íþróttum þekkja. Þarna erum við allan sólarhringinn með leikmenn undir eftirliti og það er heilmikið hægt að gera á milli leikja, mikill tími sem hægt er að nýta til lækninga og þjálfunar sem aðrir hafa hreinlega ekki. Það var bara einn leikmaður sem missti einn leik og í móti af þessum styrk verður það að teljast nánast kraftaverk. Það varð enginn veikur sem er

líka mikils virði því magapest og hálsbólga situr í mönnum í marga daga og þeir verða slappir og þreyttir. Þetta gerðist ekki hjá okkur í þessu móti heldur voru menn frískir og hraustir allan tímann. Það skiptir gríðarlegu máli.“

### Unglingar þurfa sérstaka athygli

Í starfi sínu á Landspítalanum fær Brynjólfur marga til sín sem stundað hafa íþróttir og hafa sumir átt við þrálát meiðsli að stríða. „Það verður að segjast eins og er að í gegnum tíðina hafa margir íþróttamenn ekki fengið viðeigandi lækniþjónustu. Ástæðurnar geta verið ýmsar, þeir hafa kannski ekki sótt sér þjónustuna, ekki fengið hana eða hún hreinlega ekki verið fyrir hendi. Íslensku íþróttafélögin eru frekar illa sett hvað varðar lækniþjónustu. Það er erfitt fyrir unglunga að komast að hjá sérfræðingum nema eitthvað mikið liggi við. Það þarf líka að taka tillit til líkamlegs þroska unglunga í þjálfuninni. 15-16 ára strákar í handboltanum þurfa fjölbreytta líkamlega þjálfun með hæfilegu álagi til að byggja upp stoðkerfið. Það er ekki nóg að æfa þá í boltameðferð og leikkerfum. Strákar sem eru fljótir að taka út vöxt, orðnir stórir og sterkir, þurfa oft sérstaka þjálfun, bæði andlega og líkamlega. Þeir eru kannski klaufskir á þessum aldri og fá ekki að vera með af þeim sökum. Þeir gefast upp og hætta. Þetta er mjög slæmt því menn eru oft seinþroska í handboltanum og stóru strák-



Brynjólfur Jónsson sérfræðingur í bæklunar-skurðlækningum og lækni handboltalandsliðsins.

arnir eru oft þeir sem springa út síðast.“

*Finnst þér skorta á samstarf á milli lækna og þeirra sem hafa þjálfun barna og unglunga með höndum?*

„Ég þekki það bara ekki nægilega vel til að svara því en ég er sannfærður um að gott aðgengi að lækni og sjúkraþjálfara myndi bæta þjónustuna mjög mikið. Þá er ég að tala um öll aldursstig í íþróttunum, ekki bara efstu flokkana, því fyrir unglunga skiptir gríðarlegu máli að komast í gegnum það tímabil án mikilla meiðsla. Það kom í ljós í könnun sem gerð var á vegum Kennaraháskólans að ástæður brottfalls unglunga úr íþróttum voru meiðsli. Ekki önnur áhugamál eins og margir virðast halda.“

*Í hvaða greinum eru mestu meiðslin?*

„Af þeim meiðslum sem við fáum til meðhöndlunar eru flest og verst úr fótbolthanum. Ætli handboltinn sé ekki næstur í röðinni og síðan blak og körfubolti. Kvennafótbolti sker sig úr, án þess að ég hafi skýringar á því. Þar eru verstu meiðslin. Ein skýring sem ég hef séð frá Danmörku er sú að í kvennaliðum eru leikmenn færri þannig að álag á hvern og einn er miklu meira. Fleira kemur líka til eins og þjálfun og útbúnaður og svo hefur líkamlegt atgervi sitt að segja, þó ekki megi segja það upphátt.“

Fyrstu kynni Brynjólfs af íslenska landsliðinu í handbolta var árið 1990 þegar Þorbergur Aðalsteinsson fékk hann til liðs við sig. „Þorbergur

þekkti mig frá Svíþjóð, við höfðum báðir verið hjá Saab og hann hafði samband við mig þegar hann var tekinn við landsliðinu. Þá höfðu Stefán Carlsson og Gunnar Þór Jónsson verið með liðið. Ég er búinn að vera viðloðandi þetta síðan og Stefán hélt áfram í nokkur fyrstu árin mín. Ég hef farið með liðinu á 17 stórmót á þessum árum og geri þetta fyrst og fremst mér til ánægju. Það er sérstakur andi sem fylgir liðinu og gaman að vera þátttakandi í þessu.“

Þegar gengið er nánar á Brynjólf kemur á daginn að vinnan fyrir landsliðið er sjálfböðavinna sem lengst af var ólaunuð. „Auðvitað er ferða- og dvalarkostnaður greiddur en engin laun. Það á við um alla í hópnun. Fyrir 3-4 árum féllst sviðstjórn Landspítala á að greiða mér föstu launin í þessum ferðum. HSÍ hefur ætíð greitt okkur dagpeninga. Þetta er kannski ein ástæða þess að ég er búinn að vera svona lengi í þessu því það er erfitt að fá unga lækna til að taka þetta að sér. Þetta eru ólaunadár fjarvistir frá vinnu í nokkrar vikur á hverju ári. Sum árin hafa þetta verið nær tveir mánuðir. En vissulega hef ég fengið menn til að fara í minn stað því ég hef ekki alltaf haft möguleika á að fara. Örnólfur Valdimarsson er vonandi að koma inn í þetta og það er ánægjulegt. Þetta er mjög gefandi og skemmtilegt starf sem ég hef alltaf unnið af mikilli ánægju.“