

□ KARA 공인대회 메디컬 검사 방법과 구비 용품 안내

대회주최자는 경기 참가 선수 대상으로 진행되는 메디컬 검사가 원활하게 진행될 수 있도록 아래의 내용을 참고하여 메디컬 검사 환경, 검사 장비, 약품을 준비하여야 한다.

구분	메디컬 검사 방법과 구비용품
1) 메디컬 검사 방법, 구비 용품	<p>① 메디컬 검사 진행 방법</p> <ul style="list-style-type: none"> - 경기 타임테이블에 메디컬 검사 시간을 표시한다. - 메디컬 검사 시간은 참가 인원을 고려하여 충분한 시간을 배정한다. - 참가자 인원 대비 시간이 부족할 경우 인력과 장비를 보충한다. (권고인원: 의료위원(CMO) 1인, 간호사 1인 또는 응급구조사 1인, 보조자 1인) - 메디컬 검사 장소에 대기선을 명시하고, 선수들은 사회적 거리두기를 감안, 최소 1m 간격을 지켜야 하며, 환기가 잘되는 장소에서 진행한다. - 메디컬 검사 순서는 다음과 같이 진행한다. <div style="text-align: center; margin: 10px 0;"> <pre> graph LR A[알코올 측정] --> B[혈압 측정] B --> C[약력 검사] C --> D[밸런스 검사] </pre> </div> <p>※ 메디컬 검사 항목 중 '음주 측정', '혈압 측정'은 의무 검사 항목이며, '약력 검사', '밸런스 검사'는 상황에 따라 선택적으로 실시 할 수 있다.</p>
	<p>② 알코올 측정</p> <ul style="list-style-type: none"> - 알코올 측정은 정성검사와 정량검사를 실시한다. - 정성검사에서 양성 반응이 나올 경우 정량검사를 실시한다. - 정량검사를 실시하여 알코올 농도가 0.02%(0.10mg/L) 이상 일 경우 대회참가 불가 대상자로 분류한다. (FIA Appendix C ANTI-ALCOHOL 규정, https://www.fia.com/anti-alcohol, 5페이지 참고) - 정량검사 기계 고장 시 정성검사로 대체되고, 추가 2회를 실시하여 최종 결정한다. (CMO 입회하에 측정시 양성 반응일 경우 → 30분후 최종 측정하여 양성 반응이 나타나면 경기 참가 불가 대상자로 분류) - 의료위원(CMO)은 양성 반응자 명단을 사무국에 공유하고 심사위원회에 보고한다. <p>□ 구비 용품</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 정성 검사기 2개, 정량 검사기 1개

- ※ 고장을 대비해서 1대 이상 스페어 준비
- 정량 검사용 플라스틱 빨대 20개
- 물티슈 2통(정성 검사기 청소 용도)
- 손 소독제

③ 혈압 측정

- 혈압 측정은 디지털 혈압 측정과 수동식 혈압 측정을 실시한다.
- 디지털 혈압 측정 결과가 '≥ 150/95mmHg' 일 경우 수동 혈압계로 재측정한다.
- 수동 혈압계 측정 결과가 '≥ 150/95mmHg' 일 경우 대회참가 불가 대상자로 분류한다.
(혈압 측정 방법과 혈압 수치 결과에 따른 가이드, 6페이지 참고)
- 의료위원은 해당 대회 참가 불가 대상자 명단을 사무국에 공유하고 심사위원회에 보고한다.

□ 구비 용품

- 디지털 혈압기 3대와 수동 혈압기 1대
 - ※ 고장을 대비해서 1대 이상 스페어 준비
 - ※ 단, 손목형 혈압계 사용은 금지한다.

④ 악력 검사

- 악력 측정은 왼손, 오른손 교대로 2회씩 실시한다.
- 팔을 곧게 펴고 몸통과 팔을 15도로 유지하고, 압력계가 손 이외 신체부위에 닿지 않도록 해야 한다.
- 악력 측정 결과가 '남자: 42kg 이상', '여자: 27kg 이상의 경우 정상.
- 측정 결과 정상 수치 미만일 경우 재측정하며, 검사 통과 여부는 의료위원(CMO)이 판단하여 결정한다.

⑤ 밸런스 검사

- 밸런스(균형) 검사는 눈을 감고, 양팔을 옆으로 벌려, 한 발을 들어 다리가 떨어지는 순간까지 시간을 측정한다.
- 밸런스 검사 결과 10초 ~ 30초 이상 자세 유지시 정상.
- 밸런스 검사 결과가 10초 미만일 경우 추가적으로 검사를 진행하며, 검사 통과 여부는 의료위원(CMO)이 판단하여 결정한다.

⑥ **메디컬 검사 필요 장비**

메디컬 검사 시 사용되는 구비 장비는 아래 표를 참고하여 준비하여야 한다.

검사 장비	검사 장비의 예시	
음주 측정기		
	[정성 음주 측정기]	[정량 음주 측정기]
혈압 측정기		
	[디지털 혈압계]	[수동 혈압계]
악력계		
	[디지털 악력계]	

구분	메디컬 백 필수 장비와 약품			
2) 닥터 카 메디컬 백 필수 장비 와 약품	⑦ 닥터 카 內 메디컬 백 필수 장비와 약품			
	- 경기 중 사고 발생시 닥터 카가 사고현장에 가장 먼저 도착하여 부상자를 응급 처치 하기 위한 필수 장비로서 아래 장비와 약품을 준비한다.			
	No	품목	사진	수량
	1	KED		1개
	2	목보호대		2개
	3	붕대		폭: 4인치(4개) 6인치(4개)
	4	멸균 거즈		4x4 인치(100장)
	5	베타딘 소독액		100cc
	6	식염수		1리터, 2개
7	혈압계 (수동, 디지털)		각 1개씩	
8	청진기		1개	

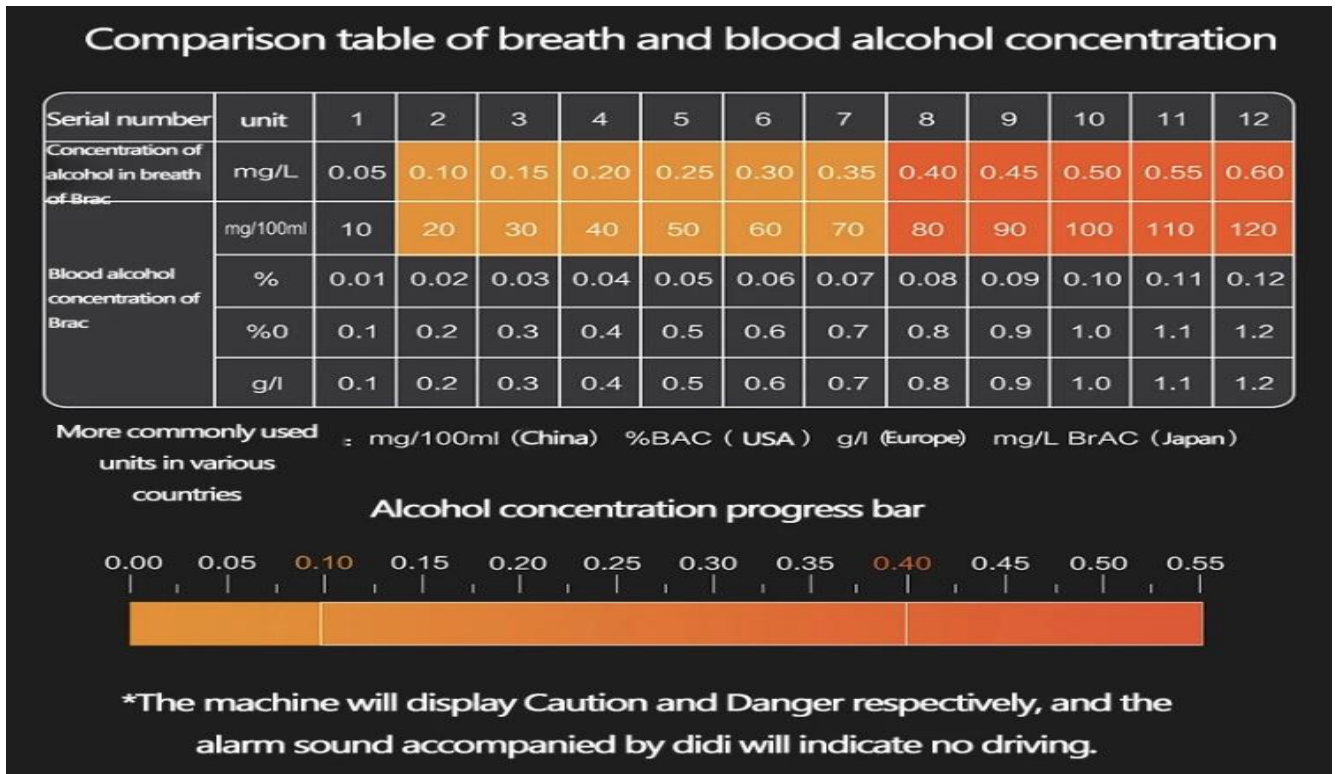
[참고 1]

□ FIA Appendix C ANTI-ALCOHOL Regulation / 드라이버 알코올 규정 위반 벌칙

Additionally to the automatic disqualification of the driver from the competition, the Stewards shall apply the following sanctions:

		1 st breach	2 nd breach	3 rd breach	4 th breach
Result of the Confirmation Test	Under 0.10 mg/L	No suspension	Suspension of two months	Suspension of three months	Suspension of four years
	0.10 mg/L to 0.25 mg/L	Suspension of one month	Suspension of two months Fine of €1,000	Suspension of six months Fine of €5,000	
	0.25 mg/L to 0.40 mg/L	Suspension of two months Fine of €1,000	Suspension of four months Fine of €2,000	Suspension of one year Fine of €10,000	
	Above 0.40 mg/L				
Refusal to submit to Testing		Suspension of three months Fine of €2,000	Suspension of six months Fine of €3,000	Suspension of two years Fine of €15,000	
Deliberate failure to follow the instructions of the Breath Alcohol Technician					

□ 호흡 혈중 알코올 농도 비교표

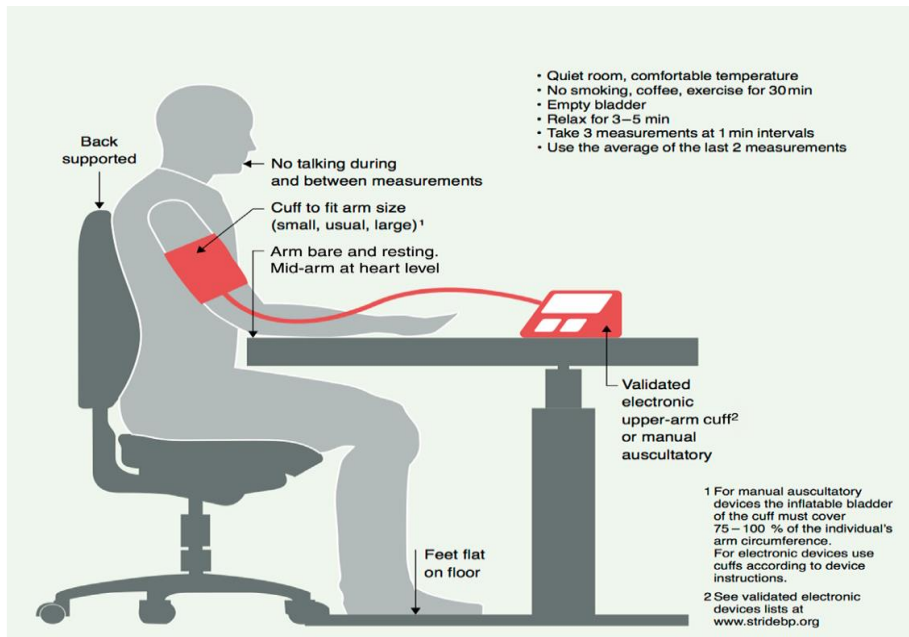


[참고 2]

□ 혈압 측정 방법과 혈압 수치 결과에 따른 가이드

혈압이 높거나 낮은 드라이버 분들은 메디컬 검사 30분전 흡연을 피하여 주시고, 카페인이 첨가된 음료(커피, 녹차 에너지 드링크)를 자제하여 주시기 바랍니다.

혈압 측정시 드라이버는 의자 등받이에 최대한 접촉하여 앉아야 한다. 측정 중 말하지 않으며, 발을 바닥에 닿도록 하여 편한 자세를 취해야 합니다.



○ 혈압 측정 결과에 따른 조치 사항

혈압 측정 결과	조치	비고
≥ 120/80mmHg	정상	
≥ 140/90mmHg + 유증상자	재검 대상자	증상: 흉통, 숨참, 두근거림, 절뚝 거림, 손발 부종, 두통, 흐린 시야, 어지러움
≥ 150/95mmHg	대회참가 불가 대상자	담당 의료위원(CMO)의 판단에 따라 재검사 또는 병원 후송 요청 가능
≥ 200/110mmHg	대회참가 불가, 즉시 병원 후송	

○ 재검사 전 취해야할 사항

- 조용하고 적절한 온도의 환경에서 3~5분간 휴식하고, 소변을 본다.
- 흡연, 커피, 운동 했을 경우 30분간 휴식한다.