



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة تكريت

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الاصابات الرياضية

محاضرة رقم (٣)

محاضرة في مادة الاصابات الرياضية وتأهيلها

لطلبة الدراسة الأولية / المرحلة الثالثة

اعداد التدريسي

أ.م.د. طه غافل عبدالله الطائي

اعراض وعلامات الاصابات الرياضية

نحمل هنا الأعراض والعلامات التي تنتج من مختلف الاصابات الرياضية العامة:

١- فقدان الوعي اي عدم القابلية للاستجابة للمؤثرات الحسية ولمدة ثوان فما فوق (ولى هذه الحالة يجب التأكد من السبب تأكداً قاطعاً قبل رجوع اللاعب الى اللعب مرة اخرى .

٢- التغيرات العصبية غير الطبيعية مثل الخدر غسل : الوخزات ، الشعور بالضعف وشلل الحركة.

٣- التورم الذي ينتج عادة من النزف الدموي.

٤-الألم بدون حركة الجزء المصاب أو في اثناء الذى الطبيعي للحركة.

٥- فقدان الحركة الطبيعية للجزء المصاب بدون وجود الألم.

٦-الحقيقة حيث قد يكون النزف من جرح بسيط في الجلد ولكن فى كل الاحوال يجب النزف الدموي وعادة تظهر الاصابات التي يرافقها نزف دموي اكبر مما هي عليه في التأكد من منطقة الترف أولاً قبل رجوع اللاعب الى الملعب.

٧ - التشوه ويمكن معرفته بموازنته بالجزء المناظر له في الجسم.

٨- عدم ثبات المفصل بالرغم من عدم وجود الألم.

٩- جماع عدد من الأصوات في اثناء الحركة ويمكن الاستفادة من اللاعب هنا لوصف ما يحدث بالضبط.

١٠ - تلون الجلد : احتقان الوجه ، التعرق الشديد ، اختلاف التنفس.

تحديد الإصابة واستمرارية اللاعب في المباراة

ان على المدرب ان يعرف جيداً الخطوط العريضة التي تحدد بوضوح ودقة أن امكانية عودة اللاعب للمشاركة بعد الإصابة حيث تقع المسؤولية كاملة على المدرب في حالة التقدير الخاطئ : وهذا يحتاج الى خلفية علمية جيدة . وتجب الاجابة بوضوح بعد الإصابة على الاسئلة الآتية وعلى ضوء الاجابة يكون القرار المبدئي لاشتراك اللاعب.

١ - ماذا حدث بالضبط ؟

٢- لو ان اللاعب استمر في الممارسة الرياضية بالرغم من اصابته ، هل ذلك يؤدي أنا مزيد من الألم ؟

٣- هل هذا الاستمرار نتيجة وهل من الممكن حدوث اصابات اخرى مصاحبة للآمية الرئيسة ؟

وفي الحقيقة بعد وجود الطبيب مهماً لإمكانية التشخيص الدقيق، لأن اصابات الرياضيين في كثير من الاحيان ترتبط بها عدة مشكلات لاختلاف الظروف الناتجة عمي تنوع الممارسة الرياضية .



الإصابات الرياضية في كرة القدم

الفحص السريري للإصابات الرياضية

تتضمن المبادئ الأساسية للفحص ما يلي:

١ - كيفية وقوع الإصابة History :

وتشمل وقت حدوث الإصابة ومكان حدوثها وعدد مرات حدوثها سابقا

٢ - معاينة الإصابة Inspection :

وهنا يجب نزع ملابس المصاب بصورة تضمن الرؤية الجيدة للمنطقة مع مراعاة مقارنة الجزء المصاب بالجزء المناظر له في الجسم . ومعاينة الإصابة تكون كما يلي:

- **العظام** : الملاحظة استقامة العظم ومكانه وعدم وجود قصر او نشوه..

- **الانسجة الرخوة** : ملاحظة تورم الجلد ((تمزقه ، اختلاف اللون حيث ان اللون الأزرق يعبر عن النزف تحت الجلد او الاختناق، واللون الاخضر عن قلة وصول الدم وانخفاض الضغط واللون الاحمر عن تمدد الأوعية الدموية كما في ارتفاع درجة حرارة المنطقة.

ومن الأمور الأخرى العامة التي يجب ملاحظتها هي سرعة التنفس وحجم حدقة العين حيث يعبر عن إصابة الرأس والجهاز العصبي.

٣- لمس أو جس الاصابة Palpation :

حيث يمكن معرفة درجة حرارة الجلد ومقارنته بالمناطق الأخرى الغير مصابة . ومعرفة استمرارية العظم وشكله والاحساس بوجود اصوات عند الحركة والالام عند التحريك أو الضغط عليه ، وكذلك المفاصل ومحدودية حركتها واذا وجد اي تورم فيها او الم عند تحريكها . اما العضلات فيمكن معرفة درجة تقلصها وانبساطها أو عدم استمراريته والالام عند الضغط عليها وقوتها

الفحوصات المختبرية في الاصابات الرياضية

اخذ الفحص المعملّي مكانا بارزا في السنوات الاخيرة من حيث تشخيص الاصابات الرياضية بدقة لغرف علاجها بسرعة ، والفحص بعد اساساً لتقرير استمرارية اللاعب في ممارسة الرياضة.

وهذه الفحوصات تشمل ما يلي:

١- الاشعة السينية X-Ray

٢- الاشعة الطبقيّة Tomography

حيث يصور الجزء بمقاطع مختلفة وبفحص مختلف مما يعطى صورة واضحة عن اصابة المنطقة ، وهذه الطريقة مفيدة جدا وخاصة في منطقة العمود الفقري والجمعية والدماغ.

٣ - الاشعة الملونة Contrast Radiogram

حيث تحقن المنطقة المصابة بسائل لا تستطيع الاشعة اختراقه مما يعطي شكل الجزء كما في تصوير الحبل الشوكي والمفاصل والاعوية الدموية.

٤ - الأمواج الصوتية Sonar

حيث يتعرض الجزء المصاب الى امواج فوق صوتية مما يعكس صورة تلفزيونية يتم تحليلها من قبل الطبيب المختص وتستخدم هذه الطريقة عادة لتصوير الاعضاء البطنية والحوضية.

هـ الفحوصات الكهربائية

أ- تخطيط القلب الكهربائي (ECG)

ب - تخطيط الدماغ الكهربائي (EEG)

ج - تخطيط العضلة الكهربائي (EMG)

د تخطيط توصيل الاعصاب.

٦- فحوصات الجهاز التنفسي المعرفة حجم الشهيق والزفير والحجم الحيوي والاحتياطي وغيرها. وباستخدام اجهزة متطورة مربوطة بكومبيوتر يحلل المعلومات بسرعة...

٧- فحوصات سوائل الجسم مثل معدل ترسب الدم (ESR) والهيموكلوبين وعدد كريات الدم الحمراء والبيضاء. وفحص الادرار وفحوصات أخرى خاصة.

٨- التنظير الداخلي Endoscopy : بواسطة جهاز الناظور كما في
مفصل الركبة والمعدة.