

## الدرس الثالث: المراقبة الطبية

### - مفهوم المراقبة الطبية:

هي مجموعة من الإجراءات المتخذة من أجل اجتناب المخاطر ومنع الإصابات والحوادث. وهي أيضا عبارة عن العلاج النوعي لحالات المرض أو العجز للاعبين وتختلف من حالة لأخرى وتشتمل على المتابعة الدورية لحالة الرياضي ورعايتها طوال فترة العلاج.

### - مهام المراقبة الطبية والصحية:

- التخطيط لكيفية علاج اللاعبين في المراحل التدريبية المختلفة.
- التخطيط لكيفية تنظيم الخدمات الصحية في الملاعب والإشراف عليها.
- الإشراف على البيئة في المركب الرياضي.
- القيام بعمل الفحص الطبي الدوري الشامل للاعبين وتحليل النتائج.
- اكتشاف الأمراض المعدية واتخاذ الإجراءات اللازمة للحد منها أو منعها.
- مراقبة وتقييم التغيرات الناتجة عن البرنامج التدريبي.

### - مفهوم الفحص الطبي الدوري:

نعني به مراقبة وتقييم التغيرات الناجمة عن القيام بالنشاط الرياضي ويجرى للاعبين أثناء المراحل التدريبية ويشمل جوانب متعددة.

ويقوم بالفحص الطبيب ويتناول الفحص الجوانب التالية:

- التاريخ الصحي للاعبين ويقصد به دراسة الحالة الصحية الماضية فيما يتعلق بأي أمراض سابقة أو تطعيم أو حوادث سابقة.

- الكشف عن جميع أجهزة الجسم وأجزائه.

- السجلات الصحية: وهي تلك السجلات التي يدون الطبيب فيها كل ما يتعلق بالحالة الصحية للاعبين.

-الاختبارات النفسية، مثلا قياس مستوى ذكاء اللاعبين وسلوكهم.

### - أهمية الفحص الطبي الدوري:

الفحص الطبي الدوري له أهمية بالغة لاسيا عند الناشئين لأن غالبيتهم لم تتح لهم فرصة الفحص الطبي من قبل.

ومن فوائد هذا الفحص أنه يؤدي إلى اكتشاف الكثير من الأمراض والمعوقات التي توجد عند الناشئين دون أن يثعروا بها.

وكذلك من فوائد الكشف الطبي أن يشترك المدرب اشتراكا ايجابيا في تسجيل المعلومات الصحية عن اللاعبين، وتتاح فرصة التعرف على الإمكانيات الصحية والاجتماعية والفروق الفردية بينهم.

### - الكشف الطبي لتقويم الحالة الصحية:

إن الكشف الطبي لتقويم الحالة الصحية هام وذلك للأسباب التالية:

1-معرفة الوضع الصحي للرياضي يساهم في تعزيز الثقة بالنفس والتقليل من نسبة الإصابة.

2-الكشف الطبي يساعد على تحديد الحالة الصحية الراهنة للأفراد.

3-البيانات والمعلومات الطبية الناتجة عن الفحص الطبي تستخدم في تحديد نوع التمرينات الرياضية الملائمة.

4-الأطفال والمراهقون في أشد الحاجة لإجراء تلك الفحوص وذلك بسبب ازدياد معدلات النمو والنضج في هذه المرحلة من العمر.

5-كبار السن أيضا في أشد الحاجة إلى تكرار هذه الفحوص وذلك للاكتشاف المبكر لبعض الأمراض الخطيرة مثل أمراض القلب وغيرها.