

## الطب الرياضي:

هو أحد التخصصات الطبية الحديثة، وتستخدم فروعها المختلفة ومجالاته الطبية على نطاق واسع في الأنشطة الرياضية، وخاصة التمارين الرياضية. يشمل الطب الرياضي تعافي الرياضيين من المرض أو الإصابة إلى نفس المستوى من الصحة البدنية والفنية كما كان قبل المرض. كطب الحديث، الطب الرياضي مكرس للبحث وعلاج مختلف التطورات المرضية والتشريحية وتغيرات جسم الإنسان الناجمة عن حركته في الظروف العادية والمختلفة، كما يجب أن يقيم روابط وثيقة مع مختلف الفروع الطبية لأداء وممارسة الأنشطة الفردية والرياضية العادية.

بالإضافة إلى ذلك، فإن الغرض من الطب الرياضي هو اختيار وتوجيه ومراقبة ومعالجة الرياضيين، واستخدام المعدات الحديثة مثل معدات اللياقة البدنية لرصد تأثير الرياضة على الرياضيين.

وتحلل معدات التصوير، التي يمكن من خلالها تصوير أفلام اللاعب أثناء التمرين، تحليل تحركاته بسرعة وببطء وعرضها عليه، وتعليقات المدربين والأطباء على ذلك من أجل أداء حركات إيجابية وتجنب العمل السلبي والعتور على العمل المتعلق باللعبة.

ويمكننا تقسيم الطب الرياضي الحديث إلى قسمين رئيسيين:

### أ- علم أحياء الطب الرياضي:

ويشمل جميع علم وظائف الأعضاء الطبية والبيولوجيا والأمراض والعلاج والطب الوقائي.

### ب- الإصابات الرياضية والعلاج الطبيعي:

بما في ذلك الوقاية والتشخيص والعلاج (ما عدا إجراء التدخلات الجراحية) وجميع جوانب الشفاء بعد الإصابة ، استعدادًا للعودة للاعب إلى نفس مستوى البطل (بدلاً من الأشخاص العاديين)

### **أنواع الطب الرياضي:**

تم توسيع خدمات الطب الرياضي ، وأضيفت فروع خاصة لخدمة الساحة الرياضية حتى يصبح فرع الطب الرياضي نفسه المجال المشترك نفسه الذي يقدم الخدمات للرياضيين وحقوق الرياضيين. أنواع الطب الرياضي يمكن تعريفه على النحو التالي:

### **الطب الرياضي التوجيهي:**

من اختبارات التشريح والتشكيل وعلم وظائف الأعضاء واجتياز -الاختبارات النفسية ، يتم توجيه الشباب إلى الألعاب والرياضات المناسبة لقدراتهم.

سيركز عمل وجهود المدرب على اللاعبين ذوي المواهب والمواهب الخاصة ، ويجب على هؤلاء اللاعبين تلبية متطلبات اللعبة والأنشطة والحصول على مستوى عال من الأصول.

### **الطب الرياضي الوقائي:**

يدرس التغيرات الفسيولوجية والتشريحية والنفسية والتغيرات الحياتية التي تحدث في المؤسسة سواء كانت إيجابية أو سلبية ، وكذلك الظروف الجسدية والنفسية للاعبين في مختلف الظروف في حياتهم ، ويقدم التوجيهات التي يجب تجنبها ، ومن أهم الأهداف في ممارسة الأنشطة والتدابير التي يجب اتخاذها عند التقاعد والتقاعد للحفاظ

على صحة الرياضيين وصحتهم البدنية والعقلية إصدار إرشادات للمدربين من مختلف التخصصات.

### **الطب الرياضي العلاجي:**

يقدم خدماته من خلال التعاون مع جميع فروع جراحة العظام والجراحة والأعصاب والطب الطبيعي لعلاج الرياضيين المصابين حسب طبيعة الإصابة ومتطلباتها.

### **الطب الرياضي التأهيلي:**

يقوم على وجه التحديد بوضع خطط تدريب للمصابين خلال فترة الإصابة وفترة النقاهة بعد الإصابة، حتى يتمكن الرياضيون من العودة إلى المنافسة في أفضل الظروف.

### **بعض الجوانب الطبية التطبيقية للطب الرياضي الحديث:**

- الخدمات الطبية في المجال الرياضي (في الملعب).
- الاختبارات الفسيولوجية والطبية للرياضيين وكذلك قياسات جسم الانسان والقياسات النفسية.
- الوقاية والعلاج من الإصابات البرية.
- تقديم التوجيه الغذائي اللازم بناء على نوع التمرين ومستوى الجهد الرياضي (التدريب-المنافسة-البطولة).
- إجراء العلاج الطبيعي اللازم لاستعادة اللاعب المصاب.

-يحظر على الرياضيين استخدام المنشطات ، وهذا يتطلب فهم نوع المنشطات وطرق الكشف وتاريخ ونوع المقاومة.

-طرق الإسعافات الأولية للإصابات وأمراض العين والأنف والأذن والحنجرة، والفرق بين أمراض القلب الرياضية وأمراض القلب المختلفة، وحلول المشاكل الطبية لبعض أمراض الجلد والصدر، وتوجيه قائد الفريق الرياضي قبل السفر إلى الخارج طريقة التطعيم وتاريخه.

-المشاكل الطبية المتعلقة بالتحضير للمسابقات على الأسطح العالية أو في درجات الحرارة غير المناسبة (شديدة البرودة أو عالية جدًا أو رطبة جدًا).

**مهمة الطب الرياضي:** المهام الرئيسية التي يؤديها الطب الرياضي هي:

-اختبار وتوجيه والإشراف والعلاج الرياضيين في إطار منظم.

-تحديد الحالة الصحية والتطور البدني والحالة الوظيفية للأعضاء الممارسين.

-رصد وتقييم التغييرات الناتجة عن التدريب.

-تقييم الجمل الجسدية في اللعبة وملاحظة الرياضيين الذين يحتاجون إلى تنسيق المدربين والمتخصصين، وذلك لأداء المهام الموكلة والحصول على النتائج ، ومن ثم المراقبة وفق النماذج التالية:

الفحص الشامل: يتجسد بعد الحصول على المعلومات الطبية الحيوية والفسولوجية.

الفحص الديناميكي: يتكون من ثلاثة أنواع من الفحوصات الطبية وهي:

أ- الفحص الطبي المتعمق:

يجب تكرار كل موسم ثلاث مرات على الأقل ، ويتم هذا الفحص في مرحلة التحضير قبل بداية الموسم، ويجب أن يتكرر خلال المباراة..

الحالة الصحية..

التطوير الجسدي..

حالة العمل والتكيف مع القوة البدنية.

ب- الفحص الطبي المرحلي:

يتم إجراء الاختبار أثناء ممارسة الرياضيين ، ومن الضروري تنظيم وتأکید عدد عمليات التفتيش أثناء عملية التدريب للتكيف مع نهاية وقت التدريب وإجراء فحص نهائي. وذلك لتقييم الجهود المبذولة خلال عملية التدريب والرياضيين. واجه الوضع أثناء التدريب.

ج- الفحص الطبي المستمر:

يتم استكماله خلال مرحلة التدريب ، ومهمته تقييم الجهود الآنية وطويلة الأمد، ويمكنه أيضًا مراقبة الحمولات وتصحيح مخطط تحميل التدريب.