المحاضرة الأولى

1. مدخل الى الطب الرياضي :

تمهيد : الطب الرياضي هو أحد اختصاصات الطب يهتم ببحث وعلاج التطورات و التغيرات الوظيفية و المرضية المختلفة في جسم الإنسان كنتائج لنشاطه الحركي في الظروف العادية و المختلفة ، كما أنه يبحث أيضا العلاقات التطبيقية الوثيقة لمختلف الفروع الطبية أثناء ممارسة النشاط العادي أو الرياضي للفرد. و تشتمل بيولوجيا الطب الرياضي على كافة العلوم الطبية و الفيزيولوجية والبيولوجية و المرضية والعلاجية و الوقائية الخاصة بطب الرياضة ، و يعتبر الطب الرياضي وسيلة لعلاج و تشخيص الإصابات الرياضية ، و خصوصا الالتواء و التشوهات التي تحدث في الأربطة أو العضلات و التي تحدث أثناء الحركات المختلفة للجسم. بينما الإسعافات الأولية فهي تهتم بالعناية الأولية و الفورية و المؤقتة ، وتقدم لإنسان أو حيوان مصاب أو مريض ، بغرض محاولة الوصول بالمريض أو المصاب إلى أفضل وضع صحي ، وذلك بواسطة أدوات أو مهارات علاجية بسيطة ، وهي في العادة عبارة عن مجموعة من الخطوات الطبية البسيطة ، ولكنها تؤدي إلى انقاض حياة المصاب.

2. تعريف الطب الرياضي:

يُعرفُ الطب الرياضي باللغ ة الإنجليزيّة ب مُصطلح (Sports Medicine)، وهو فرعٌ من علم الطب الذي يهتمُ بتقدي م العلاجات الطبيّة للاعبين الرياضيين، ويعتمدُ على تطبيق مجموع ة من طُر ق علاج الأمراض الرياضيّة، وتحديد نوعيّة الوسائل المناسبة للتعامل معها، وأيض ا يُعرفُ الطب الرياضي بأنه نوع من أنواع التأهيل الرياضي الذي يتمُ تقديمه للرياضيين، والأشخاص الذين يمارسون الألعاب الرياضيّة، ويساهمُ في توفي ر الوقاية اللازمة من الإصابات الرياضيّة. ومن التعريفات الأخرى للط ب الرياضي :هو أحدُ أقسام علم الطب العام، والذي يهتمُ بدراسة وظائف ومكونات أعضاء الجسم الداخليّة

والخارجيّة؛ ليساعد الأطباء على تقدي م العلاج الصحيح للأشخاص الذين يتعرضون لإصابة أثناء ممارسة إحدى الألعاب الرياضيّة.

3. أنواع الطب الرياضي:

لقد امتدت خدمات الطب الرياضي و تشعبت و تعددت فروعه التخصصية لخدمة المجال الرياضي حتى أصبحت فروع الطب الرياضي مجالا شائعا بذاته يقدم خدماته في الميدان للرياضيين ، و يمكن تحديد أنواع الطب الرياضي كالأتي:

1. الطب الرياضي التوجيهي:

انطلاقا من الاختبارات التشريحية و المرفولوجية و الفيزيولوجية ، وعن طريق الاختبارات السيكولوجية يتم توجيه الناشئين للألعاب و الرياضات التي تتناسب مع إمكانياتهم ، فيكون عمل المدرب وما يبذله من جهد منصب على اللاعبين ذوي الإمكانيات و المواهب الخاصة المتفقة مع متطلبات اللعب و الأنشطة ، مما يحقق الوصول إلى المستويات العالية.

2. الطب الرياضي الوقائي:

ويبحث في التغيرات الفيزيولوجية و التشريحية و النفسية ، السلبية منها و الايجابية ، التي تحدث في الأنسجة ، وحالات اللاعبين و سلامتهم البدنية و النفسية و كافة ظروف حياتهم في الملعب و خارجه ، و يعطي توجيهات بما يجب تجنبه ، و ما يجب عمله للحفاظ على صحة اللاعبين و سلامتهم البدنية و النفسية ، في ظل ممارسة النشاط و ما بعده عند سن التقاعد أو الاعتزال ، و لعل من أهم أهدافه اصدار تعليمات لمدربي الاختصاصات المختلفة ، التي تتضمن التمارين التعويضية الضرورية لكل تخصص ، وذلك على اختلاف درجاتها.

3. الطب الرياضي العلاجي:

يؤدي خدماته بالقيام بعملية علاج اللاعبين المصابين و ذلك بالتعاون مع كل فروع طب العظام و الجراحة ، و الأعصاب ، والطب الطبيعي ، وفقا لطبيعة الاصابة ومتطلباتها.

4. الطب الرياضي التأهيلي:

ويختص بتحديد برنامج تدريبي للمصابين أثناء الاصابة ، ومدة الشفاء منها ، وذلك للسماح للاعب بالعودة للمنافسة في أحسن الظروف.