

أستاذ المقياس: سويسي

المستوى: ماستر 1
التخصص: التحضير البدني
السادسي: الاول

امتحان في مقياس المراقبة الطبية

السنة الجامعية: 2024-2023

السؤال 1 : عرف المراقبة الطبية و تحدث عن مهامها في المجال الرياضي

السؤال 2 : ما هو ايسط مخطط مراقبة طبية سنوية يمكن اقتراحه للاعب؟

السؤال 3 : تحدث عن مختلف الاقسام التي تحتويها استمارة التقييم الطبي الفسيولوجي لكل لاعب كرة قدم

السؤال 4 : ما هي أنواع الطب الرياضي ؟

أستاذ المقياس: سويسي

المستوى: ماستر 1
التخصص: التحضير البدني
السادسي: الاول

الإجابة النموذجية لمقياس المراقبة الطبية

السنة الجامعية: 2024-2023

الإجابة 1 : (6 نقاط)

01_ مفهوم المراقبة الطبية

هي مجموعة من الإجراءات المتخذة من أجل اجتناب المخاطر ومنع الإصابات والحوادث (البصري، ص07).

هي عبارة عن العلاج النوعي لحالات المرض أو العجز للاعبين وتختلف من حالة لأخرى وتشتمل على المتابعة الدورية للحالة ورعايتها طوال فترة العلاج.(بهاء سلامة، 2002، ص203).

02_ مهام المراقبة الطبية:

الاختصاصي في الطب عليه أن يؤدي المهام التالية:

- التخطيط لكيفية علاج اللاعبين في المراحل التدريبية المختلفة.

:

- التخطيط لكيفية تنظيم الخدمات الصحية بالملاعب والأشراف عليها.
- الإشراف على البيئة في المركب الرياضي.
- القيام بعمل الفحص الطبي الدوري الشامل للاعبين وتحليل النتائج.
- اكتشاف الأمراض المعدية واتخاذ الإجراءات اللازمة نحو منعها.
- مراقبة وتقييد التغيرات الناتجة من خلال برنامج تدريبي.

الإجابة 2 : (4 نقاط)

أبسط مخطط مراقبة طبية سنوية يمكن اقتراحه للاعب :

يمكن تليخيص أبسط متابعة طبية في إجراء فحوصات سنويًا؛ الأول هو الفحص الطبي الأساسي، والآخر هو الفحص الذي يتم إجراؤه بعد 6 أشهر.

الأفضل هو 3 امتحانات سنويًا، يتم تحديد مواعيدها مع المدرب حسب الرياضة و هي التقويم الرياضي في البداية، يليه التقويم الرياضي في منتصف الموسم أو نهاية الموسم أو بداية التدريب أو قبل 15 يوما من المنافسة المهمة)

يمكن إضافة إلى هذه الفحوصات الثابتة فحوصات أخرى مبررة بمرض مزمن، أو هبوط المردودية أو كلما طلب الرياضي ذلك. الثقة المتبادلة بين الرياضي والطبيب والمدرب أمر أساسي للتمكن من اخذ قرارات مصيرية للرياضي في حالة اصابة او مرض كإيقاف كل التدريبات، او الانسحاب من المنافسة

الإجابة 3 : (6 نقاط)

مختلف الأقسام التي تحتويها استمارة التقييم الطبي الفسيولوجي لكل لاعب كرة قدم

- قسم خاص بالفحص الطبي العام.
- قسم خاص بالفحوص الطبية الفسيولوجية.
- قسم خاص الفحوص الطبية الخارجية "المرفولوجية".
- قسم خاص بالفحوص المعملية.
- بيانات خاصة بدرجة اللياقة الطبية والبدنية. (أسامة رياض، 1999، ص193).

1. قسم خاص بالفحص الطبي العام :

وتشمل على البيانات التالية:

- بيانات عامة: العمر، تاريخ الميلاد، الوظيفة، وزن اللاعب، رقم الهاتف، الشكوى المرضية الرئيسية وأخرى.
- التاريخ الطبي: التاريخ الطبي السابق من أمراض وعمليات جراحية وإصابات وحوادث، وحساسية لعقاقير طبية معينة وأمراض استمرت أكثر من أسبوع، وأمراض سابقة قد أثرت على المستوى الرياضي.
- التاريخ الطبي العائلي: ويشمل السؤال عن أمراض العائلة مثل: الروماتيزم، السكري، والصرع، والزهري..... الخ.
- التاريخ الطبي والتدريب: ويشمل معلومات عن تاريخ بدء ممارسة كرة القدم، والرياضات الأخرى التي يمارسها اللاعب وتاريخ بدء ممارستها درجة النجاح الرياضي "بطولات" إصابات رياضية، عدد سنوات التدريب، التدريب في العام الأخير كمية وحدة التدريب في الأسبوع، نوع التدريب، أي شكوى طبية أثناء التدريب أو بعد المباريات.
- العادات: وتشمل الأدوية التي يستخدمها اللاعب بانتظام، ساعات العمل، التدخين، ساعات النوم، المنبهات والمنشطات..... الخ.

- الفحص الطبي العام: مساحة سطح الجسم، الوزن، الطول، النمو، نمط الجسم، السن البيولوجي بالإضافة إلى:
- **فحوصات العيون:** وتشمل قوة النظر، الملتحمة، جحوظ العينين، أخطاء الأبصار، "طويل أم قصير البصر"..... الخ
- **فحوصات الجلد:** وتشمل لون الجلد، بقع ملونة، جروح سطحية، بقع جلدية، أمراض جلدية.
- **فحوصات الفم والأسنان:** فحص تسوس الأسنان، النمو الغير طبيعي للأسنان، ألام الأسنان، (يجد الإشارة هنا لوجود دراسات أثبتت وجود علاقة بين أمراض الأسنان واللثة وبين الإصابات التي يتعرض لها اللاعبون).
- **فحوصات قياس ضغط الجسم الشرياني الانبساطي والانقباضي:** قياس ضغط الدم... الخ
- **فحوصات تخطيط القلب:**
وتشمل تخطيط القلب ونتائجه في الراحة، أثناء بدل جهد، وكذلك تفاصيل تخطيط قلب اللاعب مع راحة عشر دقائق بعد المجهود.
- **فحوصات الوظائف التنفسية:** وتشمل قياسات أقصى سعة تنفسية للاعب والسعة الحيوية المقاسة والمتوقعة ونسبتها لمساحة الجسم وقياس كمية أقصى زفير.
- **فحوصات خاصة بحجم القلب:** وتشمل حجم القلب ونسبته لمساحة الجسم ونسبته أيضا لأقصى نبض أكسجين.
- **فحوصات تخطيط العضلات:** وتشمل تخطيط للعضلات الخلفية للوح الكتف وهي هامة في اللاعبين الأعراض المبكرة الخاصة بتلك العضلة وكذا معرفة نوع العضلات التي يمتلكها اللاعب.

2. قسم الفحوصات الطبية الفسيولوجية :

وتتم فيه الفحوص التي ذكرناها سابقا لتقييم كفاءة الجهاز الدوري التنفسي للاعب هوائيا

ويتم تكرار الفحوص الطبية الفسيولوجية ل ثلاثة شهور للاعبين.

3. قسم الفحوصات البدنية الخارجية:(المرفق ودوجية)

وتشمل الطول والوزن وطول الأطراف السفلى والعليا، درجة تقوية المفاصل وكمية الحقون التي تحت الجلد و أي قياسات إضافية أخرى.

4. قسم الفحوصات المعملية : و تشمل الفحوص المخبرية العامة :

- فحوص الدم:
 - صورة عامة للدم "هيموجلوبين"
 - عدد كريات الدم البيضاء والحمراء والتفصيل الطبي والنوعي.
 - نسبة هيموجلوبين الدم.
 - ملاحظات اخرى.
- فحوص البول:
 - نسبة الزلال إذا ما وجد.
 - الفحص المجري للبول.
 - نسبة السكر إذا ما وجدت.
 - ملاحظات أخرى
- فحص البراز : لاستبعاد وجود طفيليات الجهاز الهضمي.
- فحوصات معملية طبية أخرى:

كقياس نسبة حامض البنيكخي الدم، قياس نسبة الحقون وكولسترول الدم.....الخ

5. بيانات لدرجة اللياقة البدنية للاعب كرة القدم :

بناء على ما تقدم من فحوصات إكلينيكية ومعلميه فان اللاعب:

_ لائق للممارسة رياضة كرة القدم.

_ لائق لممارسة أنواع أخرى من الرياضة.

_ تحفظ على اللياقة الطبية للاعب.

_ عدم اللياقة الطبية لممارسة كرة القدم "وقتيا، أو نهائيا" وتحدد بالضبط درجة لياقة اللاعب البدنية" جيدة، متوسطة، ضعيفة" بإمضاء الطبيب.

الاجابة 4 : أنواع الطب الرياضى هي: (4 نقاط)

1. **الطب الرياضي التوجيهي** : يختص بتوجيه الناشئين واللاعبين إلى الرياضة التي تناسب وإمكاناتهم ويكون هذا وفق اختبارات تشريحية ومرفولوجية وفسولوجية. **1ن**
2. **الطب الرياضي الوقائي**: والذي يعمل على حماية اللاعبين والحفاظ على سلامتهم من خلال البحث في التغيرات التشريحية والفسولوجية والنفسية ويعطي توجيهات بما يجب عمله للحفاظ على صحة اللاعبين وسلامتهم **1ن**
3. **الطب الرياضي العلاجي** : ويتم من خلاله علاج الرياضيين من مختلف الإصابات وهذا بالتنسيق مع جميع فروع الطب الرياضي التي لها علاقة بالإصابة (الجراحة بحسب نوع ومكان الإصابة ،الأعصاب والطب الطبيعي...)
1ن
4. **الطب الرياضي التأهيلي** : ويختص بتحديد برنامج تدريبي تأهيلي للمصابين (أثناء الإصابة وبعدها قصد تسريع عملية الاستشفاء والاسترجاع). **1ن**