

الملخص

منهاج تأهيلي مقترح لمفصل الركبة بعد الاستئصال الكامل للرباط الصليبي الامامي

وتأثيره في المتغيرات البدنية لدى لاعبي كرة القدم

المشرف

الباحثة

أ.م.د. لؤي كاظم محمد

سرى كاظم صالح

ان مجال تأهيل الاصابات الرياضية من المجالات التي تشترك فيها عدة علوم التي تعمل على عودة للاعب الي الملعب بكامل جاهزيته البدنية بعد تعرضه للأصابة وتعتمد سرعة عودة اللاعب على نوع الاصابة التي تعرض لها وفق النشاط البدني الممارس ، وبذلك تعتبر اصابة الرباط الصليبي الامامي من الاصابات الاكثر حدوثاً في رياضة كرة القدم وهي ايضاً من الاصابات التي تحتاج الى التدخل الجراحي في حالة التمزق الكلي للرباط ويدخل التأهيل بنسبة كبيرة في عودة الركبة الى حالتها الطبيعية بعد عملية اعادة بناء الرباط الصليبي الامامي.

وبناء على ذلك يجب ان يكون التأهيل يعتمد على الاسس العلمية في استخدام التمارين التأهيلية المناسبة وبطريقة متدرجة تناسب جميع مراحل تأهيل اصابة الرباط الصليبي الامامي وهذا لا يوجد بصورة تامة في المراكز العلاجية التي لا تخضع للأسس العلمية في اختيار التمارين والاجهزة والاختبارات من اجل معرفة مستوى التقدم في التأهيل ، ولهذا عمدت الباحثة الى استخدام منهاج تأهيلي مقترح يحتوي على جهاز التحفيز الكهربائي للعضلات وتمارين تأهيلية متنوعة لتأهيل مفصل الركبة بعد استئصال الرباط الصليبي الامامي، وتناول البحث دراسة عدد من المتغيرات البدنية الاكثر تأثيراً على مفصل الركبة من خلال اختيار تمارين تأهيلية تعمل على تلك المتغيرات.

وهدفنا الدراسة الى:

1- اعداد منهاج تأهيلي مقترح لتأهيل اصابة التمزق الكلي للرباط الصليبي الامامي لمفصل الركبة لدى لاعبي كرة القدم.

2- التعرف على تأثير المنهج التأهيلي في المتغيرات البدنية وهي (المدى الحركي، القوة المميزة بالسرعة، مطاولة القوة، محيط العضلة، التوازن).

3- التعرف على نسب التطور للمتغيرات البدنية قيد الدراسة للاعبين كرة القدم.

وتوصلت الباحثة الى الاستنتاجات الآتية:

1- اظهرت النتائج ان هنالك تطوراً في المدى الحركي الطبيعي لمفصل الركبة ومحيط العضلة الفخذية والقوة العضلية والتوازن بين الاختبارات القبلية والبعدية لعينة البحث ولصالح الاختبار البعدي.

2- اظهرت النتائج ان هنالك دوراً فعالاً لجهاز العلاج الطبيعي (التحفيز الكهربائي للعضلات) في تطوير القوة العضلية للمفصل المصاب.

3- اظهرت النتائج ان للتمارين التأهيلية تأثيراً ايجابياً في تأهيل اصابة الرباط الصليبي الامامي.