

الفصل الأول

١- الاطار العام للبحث

مقدمة	١/١
مشكلة البحث وأهميته	٢/١
أهداف البحث	٣/١
فروض البحث	٤/١

١ - الإطار العام للبحث

١/١ المقدمة

تعد الاصابة الرياضية أحد فروع الطب الرياضى الذى لم يكن مألوفاً فى مجال التربية الرياضية قديماً.

وها نحن الان نرى أهمية الطب الرياضى لدى الرياضيين . وذلك بحكم تطور الحركة الرياضية ومحاولة الوصول باللاعب الى المستويات الرياضية العالية، التى قاربت بما يسمى "بالاعجاز البشرى".

ولقد استطاع الطب الرياضى الحديث خلق آفاق واسعة للرياضيين وذلك من خلال ممارسة النشاط الرياضى التخصصى متبعا أحدث الاساليب العلمية الحديثة فى امكانية الاستفادة من الطاقة الكامنه داخل اللاعب.

وقد يظهر ذلك بوضوح فى عدم ثبات المستويات الرياضية عند حد معين وكذلك الارقام القياسية المختلفة لفترة زمنية طويلة كما كان ذلك من قبل.

وترتبط الاصابات الرياضية بكثير من العلوم الاخرى مثل التدريب الرياضى والاختبارات والمقاييس وعلم النفس والمكانىكا والتمرينات وعلم التشريح والفسىولوجى وغير ذلك من العلوم المرتبطة.

وفى القرن الحالى تطور علم الاصابات الرياضية وأصبح من العلوم الاساسية المواكبة للحركة الرياضية واساسا لتطوير قابلية اللاعب ووقايته من الاصابات المختلفة ولعلاجه بأحدث الاساليب العلمية الحديثة التى تضمن له الشفاء التام وعودته لساحة المنافسة بكامل لياقته البدنيه التى كان عليها قبل حدوث الاصابة وفى أسرع وقت ممكن.

ومن أكثر الاصابات الرياضية شيوعا هى اصابات مفصل الركبة حيث يعد من أكثر أجزاء جسم الانسان تعرضا للاصابة وربما تكون للناحية التشريحية لهذا المفصل دخل كبير فى ذلك، بالرغم من أنه يظهر فى ما من حيث قوة الأربطة

والعضلات المحيطة به تجعله من أقوى المفاصل فى الجسم - عمار عبد الرحمن
قبع ١٩٨٩ (٦ : ٢٦٦) .

٢/١ أهمية البحث

من أكثر الاصابات الرياضية شيوعا فى مفصل الركبة خاصة فى العشر
سنوات الاخيرة اصابة الرباط الصليبي الامامى. كامبل Campell ١٩٩١ .
(١٣ : ١٥٦٥)

وتعد اصابة الرباط الصليبي الامامى من أخطر الاصابات التى تهدد المستقبل
الرياضى ككل للملاعب . ويرجع ذلك لأهمية الرباط الصليبي الامامى فى الحفاظ
على الثبات الامامى للمفصل بمعنى انه يمنع الأنزلاق الامامى لعظم القصبه على
عظم الفخذ (Prevent the anterior displacement of the Tibia on the Femur)
وكذلك يمنع زيادة البسط للمفصل الركبة

(Prevent hyper Extension of the Knee Joint)

حيث ينشأ الرباط الصليبي الامامى من المنطقة الامامية للقمة الداخلية لعظم القصبه
خلف القرن الامامى للغضروف الداخلى ويتجه لاعلى وللخلف ثم للخارج الى
الجزء الخلفى من السطح الداخلى للقمة الخارجية لعظم الفخذ .

It comes from the Anterior intercondylar area of the Tibia. behind the Anterior Horn of the Medial Meniscus. it passes up wards, Backwards and Laterally to the Posterior part of the medial surface of the lateral condyle of femur.

الرخاوى El Rakhawy ١٩٩٠ (١٨ : ١٧٤)

ويظهر الرباط الصليبي الامامى اثناء وضع الثنى (Flexion) فى حالة ارتخاء (Slack) ويظهر اثناء وضع البسط (Extension) فى حالة شد (Taut).

كامبل Campell ١٩٩١ (١٣: ١٥٦٥)

فعند اصابة الرباط الصليبي الامامى بمفصل الركبة ينصح بعض الاطباء باجراء جراحة لهذه الاصابة ولكن، هل يعود اللاعب الى ساحة المنافسة بنفس الكفاءة الوظيفية لمفصل الركبة التى كانت عليها قبل حدوث الاصابة؟

وللاجابة على هذا التساؤل يتضح فى الدراسة التتبعية لعينة قوامها ٦٤ مريض من الاكاديمية العسكرية بنيويورك حيث كانت النتائج كالتالى:

٧١٪ من المصابين يشعرون بألم مستمر فى الركبة (Constant Pain)

٦٦٪ من المصابين لديهم ورم فى مفصل الركبة (Knee Effusion)

٧١٪ من المصابين يعانون من تيبس فى مفصل الركبة (Knee Stiffness).

٩٤٪ من المصابين يعانون من عدم ثبات مفصل الركبة (Instability of the Knee) وكان تعليق السادة الاطباء القائمين بهذه الدراسة التتبعية بأن جميع افراد العينة يعانون من خلل وانهايار متقدم فى مفصل الركبة (Progressive Deterioration.) جون وآخرون John et-al ١٩٩٠ (٢٤: ٢٣٢).

وليس هذا فحسب بل أن هناك الكثير من المال والجهد والوقت منذ اليوم الاول من اجراء العملية الجراحية وحتى عودة اللاعب الى ساحة المنافسة والتي قد تصل الى عام كامل او اكثر من ذلك . بالاضافة الى العديد من المشاكل النفسية، التى يصاب بها اللاعب كنتيجة لطول فترة العلاج، والتأهيل الرياضى.

ومن خلال العرض السابق لمشكلة البحث تظهر الاهمية والحاجة الى تطبيق برنامج تمرينات تأهيلية مقترح لعلاج الرباط الصليبي الامامى بدون جراحة، مسترشدا بالدراسات السابقة والمشابهة لهذا الاتجاه فى مختلف بلدان العالم، حيث هناك العديد من الاطباء الذين ينصحون بعدم اجراء عملية جراحية للرباط الصليبي

الامامى، حيث يوجد من يقوم بعملية التعويض الوظيفى للرباط الصليبي الامامى
وهى العضلات المحيطة بمفصل الركبة وبخاصة العضلات الخلفية (Hamstring
(Museles) • جونسون Johnson ١٩٧٨ (٢٧: ٢٥)، كامبل Campell
١٩٩١ (١٣: ١٥٦٩) •

وقد يتضح ذلك بأن كثير من الاطباء عند قيامهم بعمل منظار للركبة من أجل
شكوى معينة خاصة بأحد الغضاريف الداخلى او الخارجى، وجدوا قطع فى الرباط
الصليبي الامامى وربما تصل درجته الى القطع الكامل ومع ذلك لا يوجد أى شكوى
خاصة بفقدان اتزان وثبات المفصل مثلاً. وليس هذا فحسب بل ان هناك العديد
من الناس من يولد منهم بدون رباط صليبي امامى فى الاصل ومع ذلك لايشكو من
اى مضاعفات خاصة بوظيفة الرباط الصليبي الامامى •

ومن ثم وجد الباحث أهمية فى محاولة تطبيق هذا البرنامج التأهيلي لتخفيف
كثير من المال والجهد والوقت والعديد من المشاكل النفسية والمضاعفات التى قد
يتعرض لها اللاعب بعد اجراء جراحة الرباط الصليبي الامامى والتي قد تؤدى
الى الاعتزال المبكر للاعب •

٣/١ هدف البحث

التعرف على تأثير برنامج تمارينات تأهيلية مقترح لعلاج الرباط الصليبي الامامي وبدون جراحة.

٤/١ فروض البحث

يضع الباحث فروض البحث في صورة التساؤل التالي:

هل يحقق برنامج التمارينات التأهيلية المقترح عودة الوظائف الطبيعية لمفصل الركبة المصابة (بدون جراحة) وذلك في أسرع وقت ممكن؟