



فدراسیون پزشکی ورزشی جمهوری اسلامی ایران
SPORTS MEDICINE FEDERATION
ISLAMIC REPUBLIC OF IRAN

پنجمین کنگره پزشکی ورزشی کشور

فدراسیون پزشکی ورزشی جمهوری اسلامی ایران

تهران ۳-۲ خرداد ۱۳۸۶

خلاصه مقالات

با همکاری

دفتر سلامت خانواده و جمعیت وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی

مرکز تحقیقات علوم پزشکی ورزشی دانشگاه علوم پزشکی تهران

آکادمی ملی المپیک

بررسی میزان شیوع و علل آسیب های ورزشی در بین معلولین ورزشکار رشته دو و میدانی

احمد ابراهیمی عطری ، سید علی اکبر هاشمی جواهری ، اکبر معرفتی ، افسانه تقی زاده نادری

هدف: این پژوهش با هدف تعیین میزان شیوع و علل انواع آسیب های ورزشی رایج در بین معلولین ورزشکار در رشته دو و میدانی می باشد.

روش شناسی تحقیق: روش تحقیق از نوع توصیفی - میدانی بود. جامعه آماری معلولین مرد شرکت کننده در مسابقات قهرمان کشوری معلولین در رشته دو و میدانی در شهر مقدس مشهد سال ۱۳۸۴ بود که تعداد ۱۵۰ نفر از معلولین به عنوان نمونه آماری در این تحقیق شرکت کردند. روش جمع آوری اطلاعات از طریق مصاحبه و معاینه توسط گروه تحقیق بود که اطلاعات هر آسیب در پرسشنامه مخصوص آسیب های ورزشی ثبت می شد.

نتایج: بر اساس نتایج تحقیق حاضر میزان شیوع آسیب های ورزشی در اندام فوقانی ۴۵ درصد ، اندام تحتانی ۳۵ درصد ، تنه ۱۹/۷ درصد می باشد.

در بین آسیب های ورزشی ، میزان شیوع آسیب های پوستی ۱۵ درصد ، آسیب های عضلانی ۴۳ درصد ، آسیب های مفصلی ۹ درصد ، آسیبهای استخوانی ۱ درصد و میزان درد ۳۲ درصد می باشد. مهمترین علل بروز آسیبهای ورزشی در بین معلولین ورزشکار در رشته دو و میدانی به ترتیب اولویت عبارتند از کمبود آمادگی جسمانی ، پر تمرینی و خستگی ، وسایل ورزشی نامناسب ، خصوصیات فردی ، عوامل روانی ، کمبود تجهیزات ورزشی ، انگیزه درونی میل به پیروزی ، آشنایی کم با اصول علمی آموزش تکنیک ها ، رعایت نکردن مسائل ایمنی می باشد.

بحث و نتیجه گیری: حرکت و فعالیت نیاز اساسی انسان می باشد و معلولین بطور ویژه نیاز بیشتری به تحرک برای رسیدن به سلامتی و شادابی دارند ، زیرا آنها با محدودیت های حرکتی بیشتری نسبت به افراد غیر معلول مواجه می باشند. افزایش روز افزون تمایل معلولین کشورمان به شرکت در تمرینات و مسابقات ورزشی و کسب عناوین بین المللی در سطح جهان باعث شده که ورزشکاران با آسیبهای متعددی در هنگام فعالیتهای ورزشی مواجه شوند که در بعضی مواقع ، ورزشکار را از ادامه فعالیت باز داشته یا باعث ایجاد اثرات سوء روانی در ورزشکار شده است. با توجه به نتایج تحقیق حاضر و تحقیقات دیگر که تاکنون انجام شده است ، معلولین شرکت کننده در رشته دو و میدانی با آسیب های متعددی در بخش های مختلف بدن مواجه می شوند لذا توصیه می شود با توجه به اصول علمی از بروز آسیبهای ورزشی پیشگیری کرده تا کمک با ارزشی به جامعه ورزشی معلولین کشورمان بنمائیم و با ارائه نکات ایمنی در ورزش بر میزان کارایی معلولین بیافزائیم.

واژه های کلیدی: آسیبهای ورزشی دو و میدانی ، معلولین ورزشکار