

# ARABIC SUMMARY

## الملخص العربي

تعد آلام الظهر من المشاكل الشائعة التي تصيب الرياضيين (خاصة بعض الألعاب) وغير الرياضيين في المجتمع وهي تحدث كثيراً في الرياضيين نتيجة للمجهود المفاجئ والإصابات البسيطة . ويجب على أطباء الطب الرياضي أن يكونوا على دراية كبيرة لتشخيص وعلاج آلام الظهر عند هؤلاء الرياضيين المعرضين لها مع معرفة الأسباب الخاصة بها.

وأهداف هذه الدراسة هي :-

- ١- تحديد نسبة حدوث آلام الظهر في الرياضيات المختلفة .
  - ٢- معرفة الأسباب والعوامل التي تؤدي إلى آلام الظهر عند الرياضيين .
  - ٣- تقييم التغيرات التي تظهر في الأشعة العادية عند هؤلاء الرياضيين .
- وقد اشتملت هذه الدراسة على ١٠٠ رياضي من الجنسين من رياضيات مختلفة هي:-

- ١- ٣٠ من لاعبي كرة القدم .
- ٢- ٢٥ من حاملي الأثقال .
- ٣- ٢٠ من لاعبي التنس .
- ٤- ٢٥ من لاعبي الكرة الطائرة .

و ١٠٠ شخص آخرين من المجتمع متوافقين مع مجموعة الرياضيين تحت الدراسة في السن والجنس .

وقد تم تشخيص هذه الحالات عن طريق معرفة تاريخ كامل للمرض والفحص الإكلينيكي ثم عمل أشعة عادية منظر جانبي وأمامي خلفي .

وقد وجد من خلال هذه الدراسة أن عدد الرياضيين المصابين بآلام الظهر ٤٠٪ بينما هي في المجموعة الضابطة ٢٣٪ . وقد وجد أن في حاملي الأثقال نسبة حدوث آلام الظهر هي ٦٠٪ وفي لاعبي التنس النسبة ٤٥٪ وقد وجد هناك فرق إحصائي بين هذه النسب .

ولم يوجد أى فرق إحصائى فى حدوث آلام الظهر بالنسبة للاعبى كرة القدم والكرة الطائرة عنه فى المجموعة الضابطة .

وبالنسبة لأسباب آلام الظهر وجد أن الانزلاق الغضروفى وانزلاق الفقرات هما أكثر حدوثا فى الرياضيين عن المجموعة الضابطة . بينما لا يوجد اختلاف بالنسبة لشدة العضلات والأربطة كأسباب لآلام الظهر فى الرياضيين عن المجموعة الضابطة .

وبالنسبة للتغيرات التى تحدث فى الأشعة العادية وجد هناك فرق إحصائى فى حدوث تقوسات العمود الفقرى وكسور المفاصل الجانبية للعمود الفقرى وانزلاق الفقرات فى الرياضيين عنه فى غير الرياضيين أما الالتواء فى العمود الفقرى لم يوجد هناك أى فرق إحصائى فى الرياضيين عن غير الرياضيين .

ومن هذه النتائج يمكن استنتاج ما يلى :-

١- أن آلام الظهر أكثر شيوعا فى الرياضيين صغار السن عنه فى الأشخاص العاديين وهى تحدث أكثر فى الرياضيات التى تعتمد على زيادة مجهود الظهر أثناء اللعب .

٢- ترجع أسباب الإصابة فى الرياضيين إلى الإصابات البسيطة المتكررة مع عوامل الخطورة مثل الالتواء والقفز وحمل الأثقال .

٣- لكى نعالج آلام الظهر فى الرياضيين لابد أن نعرف الاختلاف فى الأسباب لكى نتفادى التشخيص الخاطئ والتأخير فى العلاج المناسب مما يؤثر على مستقبل هؤلاء الرياضيين الصغار وعودتهم للملاعب .