

Prevalence of hypertension among athletes in dakahlia governorate clubs during

Ahmed Farag El Mahdy

ان مرض ارتفاع ضغط الدم هو ارتفاع ضغط الدم المستمر أعلى من المعدل الطبيعي. لأن ضغط الدم هو مؤشر على الفعالية الشاملة لنظام القلب والأوعية الدموية لذلك ينصح بمتابعته بصفه مستمره. ضغط الدم يتكون من ضغط الدم الانقباضي (عند انقباض البطين الأيسر وينتقل الدم عن طريق الشريان الأورطي) ، وضغط الدم الانبساطي (عند استرخاء البطين الأيسر). ويعتبر الضغط الانقباضي العادي 120 ملم زئبقي والضغط الانبساطي الطبيعي هو ما بين 70 إلى 80 ملم زئبقي. على الرغم من أن هناك تفاوتات فرديه في ضغط الدم ، وسوف تكون القياسات الصحية باستمرار في غضون 10 - 20 مم زئبقي في الدم الانقباضي و 10 ملم زئبقي من الضغط الانبساطي. ترتبط ممارسة النشاط البدني بانتظام والتدريب مع تخفيضات في ضغط الدم ، يعد ارتفاع ضغط الدم هي واحدة من الشذوذات الأكثر شيوعا وجدت خلال عملية التقييم قبل المشاركة الفعلية للرياضيين. ارتفاع ضغط الدم يبقى الأكثر شيوعا في القلب والأوعية الدموية الذي يواجه الرياضيين، وبالتالي فانه يتطلب من جميع الرياضيين الكشف عن ارتفاع ضغط الدم. بصفة عامة ، فان التمرينات الهوائية تقلل ضغط الدم الانقباضي حوالي 2 ملم زئبقي إلى 7 ملم زئبقي، مع انخفاض اكبر في المرضى الذين يعانون ارتفاع ضغط الدم. الهدف من البحث :-دراسة معدل انتشار ارتفاع ضغط الدم لدى الرياضيين في أندية محافظة الدقهلية. المرضى وطرق البحث:-وقد أجريت هذه الدراسة في أندية محافظة الدقهلية خلال الفترة من أكتوبر 2010 وحتى مايو 2011. وأجريت الدراسة على 500 شخص تنقسم إلى مجموعتين. المجموعة 1: الرياضيين في مختلف الألعاب الرياضية. والمجموعة 2 مجموعة مراقبة من غير الرياضيين في نفس نفس الفئة العمرية. ثم هؤلاء الرياضيين في المجموعة 1 تم تقسيمهم إلى أربع مجموعات فرعية 1 أ: (لاعبي كرة القدم)؛ 1 ب: (لاعبي كرة اليد)؛ 1 ج: (العدائين)؛ 1 د: (السباحين). جميع الأشخاص المدرجين في الدراسة قد تعرضوا إلى ما يلي: أخذ التاريخ المرضي الكامل ، الفحص السريري الكامل للتقييم من النبض ، قياس ضغط الدم (ضغط الدم الانقباضي والانبساطي ضغط الدم). قياس ضغط الدم في 3 زيارات مختلفة قراءات مختلفة في النادي وتم اخذ المتوسط. فحص كامل للصدر والقلب كما تم عمل التحاليل الاتيه تحليل البول. نسبة السكر العشوائي في الدم ونسبة الكرياتينين، وحمض اليوريك ،الصوديوم والبوتاسيوم .عمل رسم قلب و قياس نسبة الدهون في الدم .كما تم عمل موجات صوتيه على القلب وذلك لقياس قطر البطين الأيسر أثناء الانقباض والانبساط وقياس قطر الجدار بين البطينين ، وقياس قطر الجدار الخلفي للبطين الأيسر. وقياس قطر الأذين الأيسر وقياس نسبة ضخ البطين الأيسر (EF%) ونسبة تقلصه (%). (FS)النتائج :كانت أعمار المرضى بين 18 إلى 40 سنة.وقد وجد حدوث ارتفاع ضغط الدم في 38 رياضي بمجموعه 1 بنسبة 9.5% وذلك في 12 رياضي في المجموعة 1 أ بنسبة (10%) وفى 16 رياضي بنسبة 11.4 في المجموعة 1 ب . و في 7 رياضيين بنسبة (8.8%) في المجموعة 1 ج . وفى 3 رياضيين بنسبة (5%) في المجموعة 1 د . وفى 6 رياضيين بنسبة (6 %) المجموعة 2.الخلاصة :-إن هذه الدراسة تؤكد أن مرض ارتفاع ضغط الدم هو الأكثر شيوعا بين الرياضيين وانه عادة ما يكون مصحوبا بتضخم في البطين الأيسر للقلب وان التمارين الرياضية تعمل على تخفيض ضغط الدم.