

# 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 بصفة مستمرة. ضغط الدم يتكون من ضغط الدم الانقباضي (عند انقباض البطين الأيسر) ويتكون من ضغط 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 فردية 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 والتدریب مع تخفیضات في ضغط الدم ، يعد ارتفاع ضغط الدم هي واحدة من الشذوذات الأكثر شيوعاً وجدت خلال عملية التقييم قبل المشاركة الفعلية للرياضيين. ارتفاع ضغط الدم يبقى الأكثر شيوعاً في القلب والأوعية الدموية الذي يواجه الرياضيين، وبالتالي فإنه يتطلب من جميع الرياضيين الكشف عن ارتفاع ضغط الدم. بصفة عامة ، فإن التمارين الهوائية تقلل ضغط الدم الانقباضي حوالي 2 ملم زئبقي إلى 7 ملم زئبقي، مع انخفاض أكبر 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 الفئة العمرية. ثم هؤلاء الرياضيين في المجموعة 1 تم تقسيمهم إلى أربع مجموعات فرعية 1: (لاعب كرة القدم): 1ب (لاعب كرة اليد) 1ج : (العدائين) 1د: (السباحين). جميع الأشخاص المدرجين في الدراسة قد تعرضوا إلى ما يلي: أخذ التاريخ المرضي الكامل. ، الفحص السريري الكامل للتقدير ، قياس ضغط الدم (ضغط الدم الانقباضي والانبساطي ضغط الدم). قياس ضغط الدم في 3 زيارات مختلفة قراءات مختلفة في النادي وتم أخذ المتوسط. فحص كامل للصدر والقلب كما تم عمل التحاليل الاتية تحليل البول. نسبة السكر العشوائي في الدم ونسبة الكرياتين، وحمض اليوريك ، الصوديوم والبوتاسيوم . عمل رسم قلب و قياس نسبة الدهون في الدم . كما تم عمل موجات صوتية 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 (%). 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 أو بنسبة (10%) وفي 16 رياضي بنسبة 11.4 في المجموعة 1ب . و في 7 رياضيين بنسبة (8.8%) في المجموعة 1ج . وفي 3 رياضيين بنسبة (5%) في المجموعة 1د . وفي 6 رياضيين بنسبة (6%) في المجموعه 2. الخلاصة:- إن هذه الدراسة تؤكد أن مرض ارتفاع ضغط الدم هو الأكثر شيوعاً بين الرياضيين وأنه عادةً ما يكون مصحوباً بتضخم في البطين الأيسر للقلب وان التمارين الرياضية تعمل على تخفيف ضغط الدم.