

امتحان السداسي الثاني في مقياس الطب الرياضي و الإسعافات الأولية

السؤال الأول:

إن معرفة الإسعافات الأولية ضرورية لكل من المربي و المدرب الرياضي، فقد تكون الفاصل بين الحياة و الموت. و هي تستلزم معارف خاصة للقدرة على التكفل بالمصاب سواء في المدرسة أو في الملعب.

المطلوب:

أذكر أربعة غايات للإسعافات الأولية؟ (6 نقاط)

السؤال الثاني :

أذكر أربعة مسببات أساسية تؤدي بالرياضي أو بالمتعلم للإصابة بالتمزق العضلي؟ (6 نقاط)

السؤال الثالث:

ما هي أعراض الملخ أو الالتواء (Entorse) ؟ (8 نقاط)

غايات الإسعافات الأولية: تهدف الإسعافات الأولية لأربع أمور مهمة و أساسية و هي:

1-الحفاظ على حياة المصاب من أي خطر يهددها: مثال: إيقاف النزيف الشديد أو إنعاش توقف التنفس و النبض أو انسداد

مجرى الهواء... 1.5 ن

2-تخفيف الآلام: مثال: القيام بوضع كيس ثلج فوق مكان به كدمات و تورم... 1.5 ن

3-منع المضاعفات: مثال: منع تلوث الجروح بتضميدها بالضمادات النظيفة... 1.5 ن

4-المساعدة على الشفاء: مثال: مساعدة المصاب على أخذ دوائه (مرضى الربو مثلا) 1.5 ن

الجواب الثاني: 6 نقاط

وتتلخص أهم الأسباب التي تؤدي إلى التمزق في النقاط التالية:

1-الانقباض العضلي المفاجئ. 1.5 ن

2-المجهود العضلي الزائد على قدرة العضلات. 1.5 ن

3-إهمال الإحماء وعدم تهيئة الجهاز العضلي للقيام بالمجهود. 1.5 ن

4-إشراك اللاعب في المباريات قبل تمام شفائه من تمزق أو شد عضلي سابق. 1.5 ن

الجواب الثالث: أعراض الملخ: 8 نقاط

1-ألم شديد عند لمس الجزء المصاب. 1.5 ن

2-يزيد الألم عند أداء حركة في إتجاه الحركة التي سببت الملخ. 1.5 ن

3-ورم مكان الإصابة نتيجة اندفاع السائل الزلالي و الإرتشاح (النزيف الدموي) حول المفصل. 2ن

4-عدم القدرة على تحريك العضو المصاب. 1.5 ن

5-قد يحدث تغير في لون الجلد نتيجة الإرتشاح الدموي إذا كان شديدا. 1.5 ن