

2030

وزارة التعليم

Ministry of Education

وزارة التعليم



الالتواء

المرحلة الدراسية : ثانوي مقررات

إدارة تعليم تبوك
ابتدائية شريح القاضي
نواف محمد المنيف

©

إعداد أ. نواف محمد المنيف

nawaf@live.at

You Tube



الالتواء

هو تمزق جزئي أو كلي لأربطة المفصل.

يحدث بسبب:

تخطي حركة المفصل لأكثر من حدودها التشريحية نتيجة انثناء مفاجيء ويحدث في الحالتين (الجزئي والكلي) نزيف دموي داخلي.

ويكثر حدوث الالتواء في مفصل القدم بين اللاعبين أثناء تأدية مهارات كرة السلة وكرة القدم والوثب العالي والطويل، وذلك نتيجة حركة الوثب، أما الالتواء في مفاصل الأصابع فيحدث في كرة اليد والكرة الطائرة وكرة السلة نتيجة استقبال الكرة المفاجئ براحة اليد والأصابع.



Follow me!

الالتواء

الأعراض:

- ألم في المفاصل نتيجة قطع جزئي أو كلي للأربطة المحيطة بالمفصل.
- ورم نتيجة زيادة تجمع الدم في منطقة الإصابة. (الشكل رقم ٢-٦).
- نزيف دموي داخلي.
- زيادة درجة حرارة المفصل.
- تغيير في لون الجلد.



الالتواء

ما يجب عمله :

- استخدام كمادات الماء البارد لمدة ما بين (٢٠-٣٠) دقيقة ، ولا يستحسن وضع ثلج مجروش على المفصل، مباشرة حتى لا يصاب اللاعب بما يسمى بعضة البرد، والغرض من استخدام الكمادات الباردة هو امتصاص السوائل والتجمعات الدموية الزائدة، وذلك عن طريقة انخفاض ضغط الدم في منطقة المفصل، والإقلال من الالتهاب والإحساس بالألم والتقلص العضلي.
- عمل رباط ضاغط مع رفع المفصل المصاب إلى أعلى، لخفض كمية الدم في المنطقة.



Follow me!

مثال

مثال للمهارة



الشكل (٦-٢) ورم بسبب
إلتواء في مفصل القدم

إعداد أ. نواف المنيف
nawaf@live.at



مراجعة الدرس



**الكسر: هو تمزق جزئي أو كلي
لأربطة المفصل؟**

الإجابة

جوابي



مراجعة الدرس

?



من أعراض الالتهاب ورم نتيجة
زيادة تجمع الدم في منطقة الإصابة؟

الإجابة

زيادة



مراجعة الدرس



تحدث إصابة الالتواء نتيجة لانثناء مفاجئ ويحدث في الحالتين نزيف دموي داخلي؟

الإجابة

