



Alexandria University  
Faculty of physical education for men  
Biological healthy and sport sciences Department

# **The effect of a rehabilitation and instructive program on A repeatedly dislocated shoulder joint after surgical Repair with arthroscopy for athletes**

Presented by

**Fahad Hamza Abass Hassan Al-Ali**

Researcher of department of biological, health and sport sciences  
Head of the department of physical education schools in Kuwait  
Among the requirement of having master's in physical education

Supervised

**DR : Mervat Ibrahim Rakha**

Prof. of Health Sciences and head of Biological  
Sciences and Sport Health Department  
Faculty of Physical Education for Men  
Alexandria University

**DR : Mervat Alside Youssef**

Prof. of sports injuries and rehabilitation  
Biological Sciences and Sport Health Department  
Faculty of Physical Education for Men  
Alexandria University

**DR: Ahmed Imran Abdul Fattah**

Assis .Prof. at sports injuries and rehabilitation  
Biological Sciences and Sport Health Department  
Faculty of Physical Education for Men  
Alexandria University

**16 / 7 / 2009**



جامعة الإسكندرية  
كلية التربية الرياضية للبنين  
قسم العلوم الحيوية والصحية الرياضية

## أثر برنامج تأهيلي بدني وتثقيفي على الخلع المتكرر لمفصل الكتف بعد الإصلاح الجراحي باستخدام المنظار للرياضيين

رسالة مقدمة من

فهد حمزة عباس حسن العلي

رئيس قسم تربية بدنية ورياضة بالمرحلة الثانوية بدولة الكويت  
والباحث بقسم العلوم الحيوية والصحية الرياضية  
ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية

إشراف

دكتور

مرفت السيد يوسف

أستاذ إصابات الرياضة والتأهيل

قسم العلوم الحيوية والصحية الرياضية

كلية التربية الرياضية للبنين

جامعة الإسكندرية

دكتور

مرفت ابراهيم رخا

أستاذ التربية الصحية

ورئيس قسم العلوم الحيوية والصحية الرياضية

كلية التربية الرياضية للبنين

جامعة الإسكندرية

دكتور

أحمد عبدالفتاح عمران

أستاذ إصابات الرياضة والتأهيل المساعد

بقسم العلوم الحيوية والصحية الرياضية

كلية التربية الرياضية للبنين

جامعة الإسكندرية

٢٠٠٩م - ١٤٣٠هـ

بسم الله الرحمن الرحيم

((وَقُلْ رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا))

صدق الله العظيم

سورة طه آية ( ١١٤ )

شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين حمد الشاكرين والصلاة والسلام على رسوله الكريم الذي سمي بالسماء بأحمد وفي الأرضيين بأبي القاسم محمد صلى الله عليه وعلى آله وأصحابه الأخيار ،،،  
أشكر في البداية كل من

**أ.د مرفت إبراهيم رخا :** أستاذ التربية الصحية ورئيس قسم العلوم الحيوية والصحية الرياضية  
الني أقاضتني بعلمها الوفير فكانت نعم الموجه ونعم الأم الحنون .

**أ.د مرفت السيد يوسف :** أستاذ إصابات الرياضة والتأهيل والتي رغم مرضها في فترة تطبيق  
الدراسة إلا أنها كانت نعم العون في كل الأوقات ومهما كانت المعوقات .

**د. أحمد عبد الفتاح عمران :** أستاذ مساعد إصابات الرياضة والتأهيل ، فلم يكن مجرد موجه لي  
بل كان أخا وصديقا امتدت أياديه لتقديم المساعدة في تنفيذ إجراءات هذا البحث .

**أ.د محمد عادل رشدي :** الذي أفاضني بنعيم كرمه وفيض علمه فكان المنارة لي في عملي والذي  
سهل لي تطبيق هذه الدراسة في عيادته الخاصة .

**أ.د حسن محمد النواصرة :** صاحب الفضل في وجودي في كليتكم الموقرة فكان نعم الناصح  
والمرشد ونعم الأخ فكثيرا ما نلجأ إليه وقت المعضلات فكان نعم العون لنا ( مناقشا ) .

**أ.د محمود خليل الشاذلي :** له مني جزيل الشكر والعرفان لتفضله بقبول مناقشة هذا البحث  
المتواضع ( مناقشا ) .

أما بعد

أهدي هذا العمل

إلى :

روح والدي .....رحمة الله عليه واسكنه فسيح جناته  
والدتي.....رمز التضحية والعطاء  
إخوتي.....من أشد بهم أزمري  
زوجتي .....شريكة حياتي وأم بناتي  
بناتي .....قرة عيني  
إلى كل من ساهم في إنجاز هذه الرسالة إليكم مني جزيل الشكر وفائق الاحترام مشرفين،  
ومناقشين، وهيئة إدارية ،وزملاء في الدراسة،وأصدقاء  
"ومن لا يشكر الناس لا يشكر الله" إليكم جميعا أهدي ثمرة جهدي المتواضع

بسم الله الرحمن الرحيم " وقل اعملوا فسيرى الله عملكم ورسوله والمؤمنون " صدق الله العظيم

الباحث

## قائمة المحتويات

رقم الصفحة

### الموضوع

.....	- قرار اللجنة
.....	- الإهداء
أ	..... قائمة المحتويات
و	..... قائمة الأشكال
ز	..... قائمة الجداول
ي	..... قائمة المرفقات

## الفصل الأول

### ١ - ٩ مقدمة ومشكلة البحث

٢	..... المقدمة
٤	..... مشكلة البحث
٨	..... هدف البحث
٨	..... فروض البحث
٩	..... المصطلحات

## الفصل الثاني

### ١٠ - ٥٣ الإطار النظري والدراسات السابقة

١١	..... أولاً: الإطار النظري :
١١	..... مقدمة عن مفصل الكتف
١٢	..... الوصف التشريحي لمفصل الكتف :
٢٢	..... خلع مفصل الكتف :
٢٤	..... الفحص والتشخيص :
٢٤	..... الإصلاح الجراحي لخلع مفصل الكتف المتكرر :
٢٥	..... التأهيل الرياضي :
٢٨	..... وسائل العلاج الطبيعي المستخدمة في علاج حالات الخلع المتكرر بعد الجراحة :
٢٩	..... دراسة العمل العضلي بطريقة تحليل النشاط الكهربائي :
٣١	..... الشروط التربوية التي يجب إتباعها عند تنفيذ العلاج البدني الحركي :

٣١	- محاور برنامج علاج إصابة مفصل الكتف المخلوع بعد الجراحة بواسطة المنظار:
٣٣	- العوامل التي تساعد على نجاح برامج تأهيل المصابين : .....
٣٤	- المضاعفات التي تنتج عن الإصابات : .....
٣٥	- الثقافة : .....
٣٦	- الثقافة الرياضية : .....
٣٦	- مصادر الثقافة الرياضية : .....
٣٦	- الثقافة الصحية : .....
٣٨	- محتوى البرنامج التثقيفي ومحاوره : .....
٤٢	ثانيا : الدراسات السابقة : .....
٤٢	الدراسات العربية : .....
٤٧	الدراسات الأجنبية : .....
٥٢	التعليق على الدراسات السابقة : .....

### الفصل الثالث

#### إجراءات البحث

٥٥	أولاً: منهج البحث : .....
٥٥	ثانياً: عينة البحث : .....
٥٥	- اختيار العينة : .....
٥٦	- توصيف العينة : .....
٥٦	ثالثاً: مجالات البحث : .....
٥٦	- المجال الجغرافي : .....
٥٧	- المجال الزمني : .....
٥٧	- المجال البشري : .....
٥٧	رابعاً : وسائل وأدوات جمع البيانات والقياسات الأنثروبومترية : .....
٥٨	- جدول الأجهزة والأدوات المستخدمة : .....
٦٠	خامساً : تصميم البرنامج التأهيلي المقترح .....
٦٠	سادساً : استطلاع رأي الخبراء .....
٦١	سابعاً : الإجراءات الإدارية : .....
٦١	ثامناً : خطوات تنفيذ البرنامج .....

٦١	- الدراسة الاستطلاعية: .....
٦٢	- الدراسة الأساسية: .....
٦٣	- البرنامج العلاجي ( العلاج الطبيعي ، البدني ، التنقيفي ) : .....
٦٥	- الاختبارات : .....
٦٦	- قياس المدى الحركي : .....
٧٠	- قياس القوة الثابتة : .....
٧١	- القياسات القبلية : .....
٧٢	- برنامج العلاج الطبيعي : .....
٧٥	- البرنامج التأهيلي البدني : .....
٨٨	- البرنامج التأهيلي المتبع في البرنامج العلاجي : .....
٩١	- القياسات التتبعية : .....
٩١	- القياسات البعدية : .....
٩١	- المعالجات الإحصائية : .....

١٣٨-٩٢

#### الفصل الرابع عرض النتائج ومناقشتها

٩٢	- عرض النتائج: .....
١٢١	- مناقشة النتائج: .....

١٣٩-

١٤٠

#### الفصل الخامس الاستنتاجات والتوصيات

١٤٠	أولاً : الاستنتاجات .....
١٤١	ثانياً : التوصيات .....

١٤٢-

١٥١

١٤٣

#### قائمة المراجع

.....	أولاً : المراجع العربية
-------	-------------------------

١٤٦	..... ثانياً : المراجع الأجنبية
١٥١	..... ثالثاً : مواقع شبكة المعلومات الآلية

### المرفقات

..... ملخص البحث باللغة العربية :
..... مستخلص البحث باللغة العربية :
..... مستخلص البحث باللغة الإنجليزية :
..... ملخص البحث باللغة الإنجليزية :
..... عنوان الرسالة باللغة الإنجليزية :



## قائمة الأشكال

رقم الشكل	العنوان	رقم الصفحة
١	التأغم اللوحي العضدي .....	١٥
٢	المحفظة الليفية .....	١٨
٣	دور كبسولة المفصل .....	١٩
٤	الإمداد الدموي لمفصل الكتف .....	٢٠
٥	الإمداد العصبي لمفصل الكتف .....	٢١
٦	خلع مفصل الكتف .....	٢٢
٧	آلية سير الانقباضات العضلية .....	٢٩
٨	قياس المدى الحركي الأول .....	٦٥
٩	قياس المدى الحركي الثاني .....	٦٦
١٠	قياس المدى الحركي الثالث .....	٦٧
١١	قياس المدى الحركي الرابع .....	٦٨
١٢	قياس القوة العضلية .....	٦٩
١٣	قياسات المدى الحركي ( رفع الذراعين جانب الجسم حتى مستوى الكتف ) .....	٩٥
١٤	قياسات المدى الحركي ( رفع الذراعين جانب الجسم من الكتفين حتى أعلى الرأس ) .....	٩٥
١٥	قياسات المدى الحركي (رفع الذراعين أماما عاليا من صفر - ٩٠ ° ) .....	٩٨
١٦	قياسات المدى الحركي ( رفع الذراعين أماما ثم عاليا من ٩٠ ° - ١٨٠ ° ) .....	٩٨
١٧	قياسات المدى الحركي ( العضد جانبا والساعد زاوية قائمة من صفر - ٩٠ ° لأسفل ) .....	١٠١
١٨	قياسات المدى الحركي ( العضد جانبا والساعد زاوية قائمة من صفر - ٩٠ ° لأعلى ) .....	١٠١
١٩	قياس المدى الحركي ( اختبار لمس عظمة اللوح للذراع السليمة بواسطة أطراف أصابع ذراع الكتف المصابة ) .....	١٠٣
٢٠	قياسات قوة القبضة باستخدام الديناموميتر الإلكتروني من وضع الذراع بجانب الجسم . .....	١٠٦
٢١	قياسات قوة القبضة باستخدام الديناموميتر الإلكتروني من وضع الساعد زاوية قائمة على العضد . .....	١٠٦

## قائمة الجداول

رقم الجدول	العنوان	رقم الصفحة
١	المصطلحات والاختصارات .....	٩
٢	العضلات الأساسية والمساعدة العاملة على مفصل الكتف في الأنشطة الرياضية	١٦
٣	عوامل ثبات مفصل الكتف.....	١٧
٤	البيانات الأساسية لأفراد العينة المشاركين في البرنامج التأهيلي .....	٥٤
٥	الأدوات والأجهزة المستخدمة في البرنامج البدني والتتقيفي.....	٥٦
٦	جدول محتوى العلاج الطبيعي و الإعداد البدني والبرنامج التتقيفي .....	٦٢
٧	برنامج العلاج الطبيعي بالمرحلة الأولى .....	٧١
٨	برنامج العلاج الطبيعي بالمرحلة الثانية .....	٧٢
٩	برنامج العلاج الطبيعي بالمرحلة الثالثة .....	٧٣
١٠	البرنامج التأهيلي البدني للمرحلة الأولى في الأسبوع الأول .....	٧٤
-	البرنامج التأهيلي البدني للمرحلة الأولى في الأسبوع الثاني .....	٧٥
-	البرنامج التأهيلي البدني للمرحلة الأولى في الأسبوع الثالث .....	٧٦
-	البرنامج التأهيلي البدني للمرحلة الأولى في الأسبوع الرابع .....	٧٧
-	البرنامج التأهيلي البدني للمرحلة الثانية في الأسبوع الأول.....	٧٨
-	البرنامج التأهيلي البدني للمرحلة الثانية في الأسبوع الثاني .....	٧٩
-	البرنامج التأهيلي البدني للمرحلة الثانية في الأسبوع الثالث .....	٨٠
-	البرنامج التأهيلي البدني للمرحلة الثانية في الأسبوع الرابع.....	٨١
-	البرنامج التأهيلي البدني للمرحلة الثالثة في الأسبوع الأول .....	٨٣
-	البرنامج التأهيلي البدني للمرحلة الثالثة في الأسبوع الثاني .....	٨٤
-	البرنامج التأهيلي البدني للمرحلة الثالثة في الأسبوع الثالث.....	٨٥
-	البرنامج التأهيلي البدني للمرحلة الثالثة في الأسبوع الرابع .....	٨٦
١١	التوصيف الإحصائي لدى عينة البحث في مراحل البرنامج التأهيلي البدني .....	٩٢
١٢	جدول تحليل التباين ذو الاتجاه الواحد بين قياسات المدى الحركي ( رفع الذراع جانبا عاليا من الكتف حتى أعلى الرأس ) .....	٩٣
١٣	الفروق المعنوية بين قياسات المدى الحركي ( رفع الذراع جانبا عاليا من الكتف	٩٤

..... حتى أعلى الرأس )

## تابع قائمة الجداول

رقم الجدول	العنوان	رقم الصفحة
١٤	جدول تحليل التباين ذو الاتجاه الواحد بين قياسات المدى الحركي ( رفع الذراعين أماما ثم عاليا ) .....	٩٦
١٥	الفروق المعنوية بين قياسات المدى الحركي ( رفع الذراعين أماما ثم عاليا ) .....	٩٧
١٦	جدول تحليل التباين ذو الاتجاه الواحد بين قياسات المدى الحركي (اختبار المدى الحركي لمفصل الكتف من وضع العضد جانبا والساعد زاوية قائمة) .....	٩٩
١٧	الفروق المعنوية بين قياسات المدى الحركي ( اختبار المدى الحركي لمفصل الكتف من وضع العضد جانبا والساعد زاوية قائمة) .....	١٠٠
١٨	جدول تحليل التباين ذو الاتجاه الواحد بين قياسات المدى الحركي ( اختبار لمس عظمة اللوح للذراع السليمة بواسطة أطراف أصابع ذراع الكتف المصاب ) .....	١٠٢
١٩	الفروق المعنوية بين قياسات المدى الحركي ( اختبار لمس عظمة اللوح للذراع السليمة بواسطة أطراف أصابع ذراع الكتف المصاب ) .....	١٠٣
٢٠	جدول تحليل التباين ذو الاتجاه الواحد بين قياسات قوة القبضة باستخدام جهاز الديناموميتر الالكتروني .....	١٠٤
٢١	الفروق المعنوية بين قياسات قوة القبضة باستخدام جهاز الديناموميتر الالكتروني	١٠٥
٢٢	التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ١ ) .....	١٠٧
٢٣	التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ٢ ) .....	١٠٧
٢٤	التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ٣ ) .....	١٠٨
٢٥	التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ٤ ) .....	١٠٨
٢٦	التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ٥ ) .....	١٠٩
٢٧	التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ٦ ) .....	١٠٩
٢٨	التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ٧ ) .....	١١٠
٢٩	التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ٨ ) .....	١١٠
٣٠	التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ٩ ) .....	١١١
٣١	التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ١٠ ) .....	١١١
٣٢	التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ١١ ) .....	١١٢
٣٣	التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ١٢ ) .....	١١٢

١١٣	..... التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ١٣ )	٣٤
١١٣	..... التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ١٤ )	٣٥
١١٤	..... التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ١٥ )	٣٦
١١٤	..... التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ١٦ )	٣٧
١١٥	..... التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ١٧ )	٣٨
١١٥	..... التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ١٨ )	٣٩
١١٦	..... التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ١٩ )	٤٠
١١٦	..... التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ٢٠ )	٤١
١١٦	..... التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ٢١ )	٤٢
١١٧	..... التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ٢٢ )	٤٣
١١٨	..... التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ٢٣ )	٤٤
١١٨	..... التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ٢٤ )	٤٥
١١٩	..... التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ٢٥ )	٤٦
١١٩	..... التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ٢٦ )	٤٧
١٢٠	..... التكرار والنسبة المئوية وقيمة كا ٢ في السؤال رقم ( ٢٧ )	٤٨

## قائمة المرفقات

رقم المرفق	العنوان
١/١	العضلات المكونة لمفصل الكتف .....
١/٢	العضلات المكونة لمفصل الكتف .....
١/٣	العضلات المكونة لمفصل الكتف .....
١/٤	العضلات المكونة لمفصل الكتف .....
١/٥	ميزان طبي الكتروني لقياس الوزن .....
٢/٥	جهاز الريستاميتير لقياس الطول .....
٣/٥	جهاز ديناموميتر لقياس القوة العضلية القصوى .....
٤/٥	جهاز الفليكسو ميتر الالكتروني لقياس القوة .....
٥/٥	( SW ) جهاز الموجات القصيرة .....
٦/٥	( US ) جهاز الموجات فوق صوتية .....
١/٦	( ICE ) كمادات باردة .....
٢/٦	( H.P ) كمادات ساخنة .....
٣/٦	( DD ) العلاج الكهربائي منخفض ومتوسط الشدة .....
٤/٦	الليزر .....
٥/٦	( EMG ) التغذية الراجعة .....
٦/٦	( LLLT ) استخدام عجلة المدى الحركي الطبيعي لمفصل الكتف .....
٧	خطاب موجه لوزارة الصحة بدولة الكويت مستشفى الرازي .....
٨	خطاب موجه لوزارة الصحة بدولة الكويت مستشفى الطب الطبيعي .....
٩	خطاب موجه للهيئة العامة للشباب والرياضة مركز الطب الرياضي والتوعية الصحية بدولة الكويت .....
١٠	نموذج علاج في مستشفى الطب الطبيعي وزارة الصحة - دولة الكويت .....
١١	قائمة بالخبراء .....
١٢	أجهزة العلاج الطبيعي المستخدمة في البحث .....
١٣	الاختبار التثقيفي .....



## الفصل الأول

- المقدمة
- مشكلة الدراسة وأهميتها
- هدف الدراسة
- فروض الدراسة
- مصطلحات الدراسة