

# «١٨٥» شابا تحت الثلاثين توفوا فجأة في الملاعب خلال عشر سنوات

تضخم عضلات القلب وامراض الصمامات والشرايين والالتهابات البكتيرية ومتلازمة (مارفان) اهم اسباب الموت المفاجئ في الملاعب الرياضية هناك حالات قد تؤدي للوفاة مثل استخدام المنشطات والهرمونات وامراض الجهاز التنفسي والضربات القوية بالصدر والرأس

اندفاع المسؤولين في مباراة المريخ والامل الي داخل الملعب اعاق عمل الجهاز الطبي بالسرعة اللازمة

ايدهور. نحن مسلمون ومؤمنون بالأقدار والأجل ، ولا نملك أن نقول في مثل هذه الحالات سوى اننا لله وانا اليه راجعون.. لكني رأيت في هذه المناسبة فرصة لتعميم الفائدة من خلال تسليط الضوء وباختصار شديد على حالات الموت المفاجئ (يعرف بأنه الموت الذي يحدث خلال ٢٤ ساعة من ظهور الأعراض) في ملاعب الرياضة والتي شهدنا أو سمعنا عن العديد منها في السنوات الأخيرة.

الاهتمام بجمع أكبر قدر ممكن من المعلومات عن التاريخ المرضي الرياضي نفسه منذ الطفولة. الاهتمام بجمع أكبر قدر من المعلومات عن الحالة الصحية الراهنة للرياضي ويشمل ذلك الحصول على اجبات محددة على الأسئلة التالية:  
- وجود ألم بالصدر أثناء النشاط الرياضي.  
- شعور بالغثيان والدوار أثناء أو بعد النشاط الرياضي.  
- شعور باعياء شديد وضيق بالتنفس أثناء أو بعد النشاط الرياضي.  
- ارتفاع لضغط الدم أو لغط القلب (أصوات غير طبيعية تصدرها الصمامات) ، أو أي افادات غير طبيعية برسم القلب في أي وقت سابق.  
أهم الأجهزة (الجهاز العصبي المركزي، الجهاز الدوري التنفسي والجهاز الحركي) فحص وظائف الكبد والكلى والغدد والسمع والبصر.  
في حالة اكتشاف أية حالة مرضية بالقلب يحول الرياضي الى اختصاصي أمراض القلب والشرايين لإجراء الفحوصات اللازمة والإفادة عن مدى لياقته للقيام بالنشاط الرياضي، وكذلك الحال بالنسبة للأجهزة الأخرى.

الاهتمام بجمع أكبر قدر ممكن من المعلومات عن التاريخ المرضي الرياضي نفسه منذ الطفولة. الاهتمام بجمع أكبر قدر من المعلومات عن الحالة الصحية الراهنة للرياضي ويشمل ذلك الحصول على اجبات محددة على الأسئلة التالية:  
- وجود ألم بالصدر أثناء النشاط الرياضي.  
- شعور بالغثيان والدوار أثناء أو بعد النشاط الرياضي.  
- شعور باعياء شديد وضيق بالتنفس أثناء أو بعد النشاط الرياضي.  
- ارتفاع لضغط الدم أو لغط القلب (أصوات غير طبيعية تصدرها الصمامات) ، أو أي افادات غير طبيعية برسم القلب في أي وقت سابق.  
أهم الأجهزة (الجهاز العصبي المركزي، الجهاز الدوري التنفسي والجهاز الحركي) فحص وظائف الكبد والكلى والغدد والسمع والبصر.  
في حالة اكتشاف أية حالة مرضية بالقلب يحول الرياضي الى اختصاصي أمراض القلب والشرايين لإجراء الفحوصات اللازمة والإفادة عن مدى لياقته للقيام بالنشاط الرياضي، وكذلك الحال بالنسبة للأجهزة الأخرى.

الاهتمام بجمع أكبر قدر ممكن من المعلومات عن التاريخ المرضي الرياضي نفسه منذ الطفولة. الاهتمام بجمع أكبر قدر من المعلومات عن الحالة الصحية الراهنة للرياضي ويشمل ذلك الحصول على اجبات محددة على الأسئلة التالية:  
- وجود ألم بالصدر أثناء النشاط الرياضي.  
- شعور بالغثيان والدوار أثناء أو بعد النشاط الرياضي.  
- شعور باعياء شديد وضيق بالتنفس أثناء أو بعد النشاط الرياضي.  
- ارتفاع لضغط الدم أو لغط القلب (أصوات غير طبيعية تصدرها الصمامات) ، أو أي افادات غير طبيعية برسم القلب في أي وقت سابق.  
أهم الأجهزة (الجهاز العصبي المركزي، الجهاز الدوري التنفسي والجهاز الحركي) فحص وظائف الكبد والكلى والغدد والسمع والبصر.  
في حالة اكتشاف أية حالة مرضية بالقلب يحول الرياضي الى اختصاصي أمراض القلب والشرايين لإجراء الفحوصات اللازمة والإفادة عن مدى لياقته للقيام بالنشاط الرياضي، وكذلك الحال بالنسبة للأجهزة الأخرى.

الاهتمام بجمع أكبر قدر ممكن من المعلومات عن التاريخ المرضي الرياضي نفسه منذ الطفولة. الاهتمام بجمع أكبر قدر من المعلومات عن الحالة الصحية الراهنة للرياضي ويشمل ذلك الحصول على اجبات محددة على الأسئلة التالية:  
- وجود ألم بالصدر أثناء النشاط الرياضي.  
- شعور بالغثيان والدوار أثناء أو بعد النشاط الرياضي.  
- شعور باعياء شديد وضيق بالتنفس أثناء أو بعد النشاط الرياضي.  
- ارتفاع لضغط الدم أو لغط القلب (أصوات غير طبيعية تصدرها الصمامات) ، أو أي افادات غير طبيعية برسم القلب في أي وقت سابق.  
أهم الأجهزة (الجهاز العصبي المركزي، الجهاز الدوري التنفسي والجهاز الحركي) فحص وظائف الكبد والكلى والغدد والسمع والبصر.  
في حالة اكتشاف أية حالة مرضية بالقلب يحول الرياضي الى اختصاصي أمراض القلب والشرايين لإجراء الفحوصات اللازمة والإفادة عن مدى لياقته للقيام بالنشاط الرياضي، وكذلك الحال بالنسبة للأجهزة الأخرى.

الاهتمام بجمع أكبر قدر ممكن من المعلومات عن التاريخ المرضي الرياضي نفسه منذ الطفولة. الاهتمام بجمع أكبر قدر من المعلومات عن الحالة الصحية الراهنة للرياضي ويشمل ذلك الحصول على اجبات محددة على الأسئلة التالية:  
- وجود ألم بالصدر أثناء النشاط الرياضي.  
- شعور بالغثيان والدوار أثناء أو بعد النشاط الرياضي.  
- شعور باعياء شديد وضيق بالتنفس أثناء أو بعد النشاط الرياضي.  
- ارتفاع لضغط الدم أو لغط القلب (أصوات غير طبيعية تصدرها الصمامات) ، أو أي افادات غير طبيعية برسم القلب في أي وقت سابق.  
أهم الأجهزة (الجهاز العصبي المركزي، الجهاز الدوري التنفسي والجهاز الحركي) فحص وظائف الكبد والكلى والغدد والسمع والبصر.  
في حالة اكتشاف أية حالة مرضية بالقلب يحول الرياضي الى اختصاصي أمراض القلب والشرايين لإجراء الفحوصات اللازمة والإفادة عن مدى لياقته للقيام بالنشاط الرياضي، وكذلك الحال بالنسبة للأجهزة الأخرى.



النيجيري الراحل ايدهور لحظة سقوطه في ارض الملعب وسط جمهرة من اللاعبين

## الاهتمام بالتاريخ المرضي للاعب واسرته والفحص الطبي الشامل للرياضي اهم اسباب تقليل اخطار الوفاة الفجائية

حالة تضخم القلب هذه تعتبر من الأمراض الوراثية. وتظهر أحيانا بعض الأعراض في فترة الطفولة (عدم انتظام ضربات القلب مثلا) ثم تختفي ولا تظهر ثانية الا بعد تخطي سن الشباب وعند بذل مجهود كبير فقط. بكل أسف يمكن أن يجتاز الرياضي كل الفحوصات الطبية دون أن تظهر عليه أعراض مرضية ولكن هناك ملاحظة علمية هامة وهي أن عضلات القلب في الأحوال الطبيعية تتضخم بالنشاط الرياضي ويقل حجمها بعد ذلك اذا خضع الرياضي لفترة راحة من ٢ الى ٣ شهور.. ولكن المصاب بحالة تضخم القلب المرضية لا يتأثر سمك عضلات قلبه بزيادة أو انقاص النشاط الرياضي...!

مجموعة أمراض ليست لها علاقة مباشرة بأمراض القلب ضربة قوية للصدر تتزامن مع مرحلة معينة من دورة الحياة

حالة تضخم القلب هذه تعتبر من الأمراض الوراثية. وتظهر أحيانا بعض الأعراض في فترة الطفولة (عدم انتظام ضربات القلب مثلا) ثم تختفي ولا تظهر ثانية الا بعد تخطي سن الشباب وعند بذل مجهود كبير فقط. بكل أسف يمكن أن يجتاز الرياضي كل الفحوصات الطبية دون أن تظهر عليه أعراض مرضية ولكن هناك ملاحظة علمية هامة وهي أن عضلات القلب في الأحوال الطبيعية تتضخم بالنشاط الرياضي ويقل حجمها بعد ذلك اذا خضع الرياضي لفترة راحة من ٢ الى ٣ شهور.. ولكن المصاب بحالة تضخم القلب المرضية لا يتأثر سمك عضلات قلبه بزيادة أو انقاص النشاط الرياضي...!

مجموعة أمراض ليست لها علاقة مباشرة بأمراض القلب ضربة قوية للصدر تتزامن مع مرحلة معينة من دورة الحياة

تقول بعض الإحصاءات العلمية الأمريكية أن حوادث الموت المفاجئ في ملاعب الرياضة تقدر في أوساط الشباب في سن الدراسة بحوالي حالة في كل مائة الى ثلاثمائة ألف حالة. وتبين دراسة علمية أجريت في الفترة بين ١٩٨٥ و١٩٩٥ (أي خلال عشر سنوات) أن ١٥٨ من الشباب توفوا فجأة في ملاعب الرياضة.. وفي معظم هذه الحالات (٨٥٪) كان للسبب علاقة بأمراض القلب وتضخم عضلة البطين الأيسر للقلب، وأن ١٢ من هؤلاء قد توفوا فوراً دون اظهار أية أعراض بينما عانى البقية قبل الوفاة مباشرة من بعض الأعراض كالشعور بالإعياء ، ضيق التنفس، الغثيان ثم الوفاة بعد ذلك. وهناك علاقة وثيقة بين سن الرياضي والموت المفاجئ.

تحت سن ثلاثين سنة يكون السبب الأساسي مرض وراثي أو عيب خلقي بالقلب ، بينما فوق سن الثلاثين يكون السبب الرئيسي هو أمراض شرايين القلب. وتفيد هذه الدراسات أيضا بأن ٩٠٪ من حالات الوفاة المفاجئة تحدث للرجال و١٠٪ فقط للنساء ، وأن معظم هذه الحالات تحدث في الفترة الزمنية بين الثالثة بعد الظهر والتاسعة مساءً ، وتنقسم الحالات المسببة للموت المفاجئ الى:

مجموعة أمراض لها علاقة بالقلب وتشمل هذه القائمة:  
أمراض وراثية وعيوب خلقية بالقلب (قبل سن ٣٠ سنة) وأولها وأهمها تضخم عضلات القلب. وأمراض صمامات القلب. وحالات التهابية بعضلات القلب ، تسببها بعض البكتيريا والفيروسات. ومتلازمة (مارفان) وهي عبارة عن مجموعة من الأعراض والعلامات المرضية. ومتلازمة (وولف-باركسون-رايت) . واختلال اياع ضربات القلب. وعيوب خلقية وتكوينية بالشرايين التاجية. وتضخم عضلات البطين الأيمن.

بما أن أهم الأسباب في المجموعة السابقة هو تضخم عضلات القلب فسنفرد له مساحة أكبر. تعتبر هذه الحالة السبب الأول لمعظم حالات الوفاة المفاجئة عند الرياضيين ، وهناك صعوبة في اكتشافها عند إجراء الفحوصات الطبية عليهم ويعود ذلك في المقام الأول الى أن عضلات قلب الرياضي ونتيجة لما يبذله من مجهود تتضخم. ولكن لكل شئ حدود. في الأحوال العادية يكون سمك عضلة البطين الأيسر للقلب حوالي ١٨ سنتيمتر. ويمكن أن تضخم وتصل من ٢ الى ٤ سنتيمترات وفي حالة المرض يمكن أن تصل الى أكثر من ١٠ سنتيمترات...!

هذا التضخم غير الطبيعي يؤدي الى اختلال النظام الايقاعي الكهربائي للقلب ويقود الى ارتجاج البطين وهي حالة تهدد بالوفاة السريعة.

## لا بد ان يكون الجهاز الطبي المشرف على المباراة مدرباً على التصرف في حالات الوفاة وان يكون مزوداً بجهاز ازالة ارتجاج القلب



لقطات من سقوط اللاعبين داخل الملاعب



الراحل اندراوس ايدهور

د. محمد حسين كسلا  
اختصاصي الطب الرياضي  
عضو الاتحاد الدولي للطب الرياضي

الإخراج الفني  
العيبد القمر  
امجد دهب

التصميم  
الشعري  
عبدالله البشير

الجمع الإلكتروني  
محمد فرح (ابو عزيز)  
علي الصادق

إدارة الإعلانات  
معتز كبير  
٠٩١٣٣٧٧٧٧٧

المدير الإداري  
اسامة مصطفي  
حسن

سكرتير التحرير  
حسن اشول  
مصعب الفكي

مدير التحرير  
ايمن كبوش

مكاتبنا: الخرطوم  
شارع المك نمر... غرب  
السفارة النيجيرية  
وشرف مستشفى  
امبريال

المشاهد  
شاهد العصر