

تأثير منهج ترويجي مقترح لتأهيل المصابين بمرض السكر المعتمد على الأنسولين

بحث تجريبي

على عينه من المصابين بمرض السكر باستخدام بعض تمارينات الملاكمة الترويحية
للأعمار (18 – 28 سنة) في مدينة بعقوبة – محافظة ديالى

رسالة مقدمة

إلى مجلس كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى - وهي جزء من
متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية الرياضية

من قبل

أحمد شاكر محمود العبيدي

1 . التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

انطلاقاً من مبدأ الأخذ بعلوم التربية الرياضية التي تعنى بصحة الإنسان وسلامته البدنية، استخدم العلماء المختصون والباحثون في المجال الرياضي والطبي على حد سواء بعض الحركات أو التمرينات المعدة لتهيئة وتطوير الفرد الرياضي من الناحية البدنية والنفسية والذهنية، في التخلص من الألم المزمن والإحساس بالتعب النفسي والعصبي للفرد المصاب أو المريض، وتطعيم وسائل التأهيل والعلاج الطبيعي بها ، لنيل أفضل مستوى صحي لهم دون استخدام المزيد من العلاجات والأدوية الطبية الكيماوية المعدة لهذا الغرض، إذ إن هنالك كثير من إشارات العلماء والأطباء إلى أن الرياضة وسيلة وقائية وعلاجية تنتفع منها جميع الفئات على السواء فقد أشار الطبيب تيسوا - في بداية القرن التاسع عشر: "إن الحركة نفسها يمكن أن تكون بديل للدواء في كثير من الحالات ، ولكن كل الأدوية ووسائل العلاج مجتمعة لا تستطع أن تعوض تأثير الحركة."⁽¹⁾

إن الوظيفة الرئيسة للمتخصصين في التأهيل والطب الرياضي هي توفير العلاج الصحيح الذي يساعد في تطوير النشاطات البدنية للأشخاص الضعفاء والمرضى من خلال تقوية حالتهم الصحية . ولا بد للباحثين في مجال التأهيل الاخذ بنظر الاعتبار السلامة النفسية لمثل هؤلاء المرضى. فمن خلال مراقبة الكثير من علماء التأهيل الطبي للمرضى الذين يقومون بأداء برامج العلاج الطبيعي بشكل منتظم في جميع أنحاء العالم،

⁽¹⁾ عبد الجواد محمد طه : الرياضة للجميع: بحث منشور (الرئاسة العامة لرعاية الشباب لقسم التربية الرياضية-جامعة الملك سعود ،الرياض، 1995) ص8

توصل هؤلاء إلى أن الرياضة المنتظمة بأنواعها المختلفة يمكن أن تكون ذات أثر كبير في تحسن الحالة النفسية ، والاعتماد على الذات ، واحترام الذات ، وكفاءة الجهاز الهيكلي العضلي والسلوك الحركي وتدفق الدم إلى الدماغ والجهاز العصبي وتطور عمل الجهاز المناعي ، الذي يعود بالنفع على تأهيل المرضى وتشجيعهم على الحركة.

واقترء بما تقدم حاول الباحث استخدام مجموعة من التمرينات الترويحية الخاصة للعبة الملاكمة لتأهيل المصابين بمرض السكر الذي سببه المباشر هو نقص هرمون الأنسولين حيث تنتج خلايا بيتا بالبنكرياس ، وقد سعى الباحث في علاج هذا المرض ، و تحقيق المستويات العادية لنسبة تركيز سكر الكلوكوز في الدم لدى المرضى وتحسين حالتهم النفسية بالاعتماد على أسس العلاج الثلاث الرئيسة وهي الغذاء والعقاقير المضادة للسكر والنشاط البدني.

وتكمن أهمية البحث في استخدام منهج تروحي مقترح باستخدام بعض تمرينات الملاكمة الترويحية لتأهيل المصابين بمرض السكر المعتمد على الأنسولين ومعرفة تأثيره من خلال تطبيق إجراءات الدراسة على عينة من المصابين في مدينة بعقوبة بأعمار (18-28) سنة.

2-1 مشكلة البحث

نظراً لقلّة المحاولات الخاصة باستخدام الرياضة والتمارين الحركية والترويقية لتأهيل المصابين بمرض السكر في العراق ، والأكتفاء باستخدام العقاقير والأدوية لعلاج هؤلاء المرضى ، وكذلك ندرة إجراء دراسات أو بحوث تتناول تمارين مختلفة أو متنوعة لمعرفة الأنسب منها لمرضى السكر وذلك من خلال النتائج الأيجابية أو السلبية . ومن هذه التمارين المنتقاة لإجراءات هذه الدراسة تمارين الملاكمة الترويقية فهي " تمارين تمتاز بقدرتها على تفريغ ما يختلج به داخل الفرد من أنفعالات مختلفة مثل التوتر والقلق ، وكذلك لها قدرة عالية في بناء الفرد الممارس لها بدنياً وصحياً"⁽¹⁾. فكان على الباحث اتخاذ الخطوات اللازمة لدراسة هذه التمارين ومعرفة تأثيرها من خلال منهج مقترح ومعد باستخدامها في عملية تأهيل المصابين بهذا المرض وتسخير الإمكانيات والوسائل العلمية كلها واعتماد الإمكانيات الطبية والمساعدة جميعها لإجراءات هذا البحث.

3-1 أهداف البحث

1- إعداد منهج ترويقى باستخدام بعض تمارين الملاكمة الترويقية لتأهيل المصابين بمرض السكر المعتمد على الأنسولين.

⁽¹⁾WWW. F.Gorny Boxer magazine.com

2- معرفة تأثير المنهج الترويجي المقترح باستخدام بعض تمارينات الملاكمة الترويجية في تأهيل وتخفيض مستوى السكر في الدم لدى المصابين بمرض السكر المعتمد على الأنسولين.

3- معرفة تأثير المنهج الترويجي المقترح باستخدام بعض تمارينات الملاكمة الترويجية في تخفيض بعض مظاهر التوتر والقلق لدى المصابين بمرض السكر المعتمد على الأنسولين.

4-1 فرض البحث

1- هناك تأثير ذو دلالة إحصائية للمنهج الترويجي المقترح باستخدام بعض تمارينات الملاكمة الترويجية في تأهيل و خفض مستوى السكر في الدم لدى المصابين بمرض السكر المعتمد على الأنسولين .

2- هناك تأثير ذو دلالة إحصائية للمنهج الترويجي المقترح باستخدام بعض تمارينات الملاكمة الترويجية في تخفيض بعض مظاهر التوتر والقلق لدى المصابين بمرض السكر المعتمد على الأنسولين .

5-1 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري

* عينة من المصابين بمرض السكر للأعمار (18 - 28 سنة) من مدينة بعقوبة - محافظة ديالى.

2-5-1 المجال الزمني

* المدة من 16 / 2 / 2004 إلى 15 / 6 / 2004 .

3-5-1 المجال المكاني

1. مستشفى عام بعقوبة { وحدة العلاج الطبيعي }
2. العيادة الاستشارية في مدينة بعقوبة - محافظة ديالى
3. العيادة الشعبية في حي المعلمين - مدينة بعقوبة - محافظة ديالى
4. منازل أفراد العينة (المرضى بداء السكر المعتمد على الأنسولين قيد البحث)

6-1 التعرف بالمصطلحات

الترويح:- "هو الحالة الانفعالية التي يكون عليها الفرد قبل وأثناء وبعد ممارسة النشاط البدني الاختياري على أن يكون الدافع بجانب هذا النشاط هو السعادة الشخصية والصحة ، وأن تتم ممارسته في وقت الفراغ ، وأن يعمل هذا النشاط على رقي الفرد وتنمية مواهبه".⁽¹⁾

الترويح العلاجي:- "هو احد وسائل العلاج الهامة لذوي الاضطرابات النفسية والعصبية والصحية ، يهدف إلى استعادة المرضى لياقتهم البدنية والإسهام في الارتقاء بقدراتهم العقلية ونمو قدراتهم الإبداعية وكذلك مساعدتهم في التعبير الذاتي و نموهم الشخصي"⁽²⁾

التمرينات الترويحية:- "وهي إحدى فروع التمرينات الرياضية العامة ، تتميز بتأثيرها الطيب على اتجاهات الأفراد ومن ثم على سلوكهم لإتباع العادات الصحية"⁽⁴⁾.

الملاكمة:- "وهي لعبة من الألعاب الممتعة ذات الكفاح المزدوج ، لا تعتمد على القوة حسب لكنها تحتاج إلى مهارة فنية خاصة وتوافق عضلي بين الأعصاب الحسية الحركية ، بل هي الفن النبيل للدفاع عن النفس باستخدام الأيدي فقط"⁽⁵⁾.

مرض السكر:- "هو حالة اضطراب وظيفي تؤدي إلى عجز الجسم عن الاستفادة من مادة الكلوكوز في الدم وطرح الكلى لها في البول ، وسبب حدوثه هو نقص كامل أو جزئي في كمية الأنسولين اللازمة التي تفرزها غدة البنكرياس"⁽¹⁾.

(1): Dykema. Peter W. et al. **Ticice 55 Community Songs** , The Brown Book and the New Green Book. Boston C. C. Birehard and Company.p350

(2) عطيات خطاب : أوقات الفراغ والترويح : ط2 (دار المعارف ، القاهرة ، 1982) ص165

(3) عفت عبد الحميد الوكيل: أثر الترويح على التأهيل البدني للمعوقين جسما نيا : أطروحة دكتوراه غير منشورة (كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، 1983) ص110

(4) تمانى عبد السلام: أسس التربية الترويحية : (دار المعارف ، القاهرة ، 1997) ص79

(5) Watson Robert I. **Reading in Clinical Method in Psychotogy** , New York :Harper and Brothers. 1994,P361

الأنسولين: - " هو هرمون تقوم بإفرازه غدة البنكرياس يساعد على خفض مستوى السكر في الدم كما يساعد على تكوين البروتينات في العضلات وزيادة المخزون النشوي(الكلايوجين) في الكبد ، وكذلك يؤدي إلى خفض كمية الدهون الخارجة من المخزون⁽²⁾."

الأسيتون: - " هي عبارة عن مادة سائلة ومشتقاتها يمتاز بها المصاب بمرض السكر. ناتجة عن تزايد تأكسد الحوامض الدهنية الذي يفوق قدرة الكبد عند تحويلها إلى طاقة وماء وثاني أكسيد الكربون وترتفع نسبتها في الدم وتظهر في البول أيضاً . وأن ظهوره يتطلب عناية طبية فائقة وسريعة " ⁽³⁾.

غدة البنكرياس: - " هي غدة منشورية الشكل توجد في أعلى البطن فوق قسم الأثنى عشر من الأمعاء الدقيقة وراء المعدة ، وهي غدة مختلطة تفرز عصارة الهضم وفي داخلها جزر متعددة من نسيج خاص تسمى جزر (لانجرهانس) وهي من الغدد الصماء التي تفرز من خلال خلايا بيتا هرمون الأنسولين الذي ينظم عملية استقلاب المواد السكرية في الجسم"⁽⁴⁾.

التأهيل الطبي: - هو إعادة الشكل والوظيفة إلى مستوى ما قبل الإصابة⁽⁵⁾.

(1) سامح أبو زينة: موسوعة الأمراض الشائعة [أمراض القلب، الضغط، السكر، أمراض الجهاز التنفسي، أمراض الجهاز البولي، أمراض جهاز الهضم، الأورام، الإيدز]: ط1 (دار أسامة للنشر والتوزيع ، الأردن ، 2000) ص53

(2) سامح أبو زينة: موسوعة الأمراض الشائعة [أمراض القلب، الضغط، السكر، أمراض الجهاز التنفسي، أمراض الجهاز البولي، أمراض جهاز الهضم، الأورام، الإيدز]: ص53

(3) عبد الله عبد الرحمن زايد، محمد محمد خلف توي: علم وظائف الأعضاء والغدد الصماء والهرمونات: ط1 (دار الكتب الوطنية بجامعة عمر المختار البيضاء، ليبيا - بنغازي ، 1998) ص113

(4) WWW. Security Forces Hospital.net, 2002 , Page 1 of 1 . السكري .. مرض قد يفقدنا بهجة الحياة

(5) عمار عبد الرحمن قبع : الطب الرياضي: ط2 (دار الكتب للطباعة والنشر ، الموصل ، 1999) ص166



The Summery

The influence of suggested re freshment for rehabilitation of Insulin Dependent Diabetic patients

The researcher : Ahmed Shakir Mahmood Al Ubaydi

The observers:

Dr.Fadil Kamel Mathkur

Dr.Walhan Hamid Hade

The M.a.a.letter consists of five chapters.

First chater: Explanation of reaeahr:

Introduidion and Importance of the research:

According to base of athletic science which take care of human health and bady safeness, the scientists, specialist and researchers in atheltic and mcdical branch used some movements or exercisses for preparation and the improvement of the athletic person in his mind ,safeness and also psychological temper to get rid of chronic pain and feeling of psychological or nervous tiredness to accused person or the patiant and to support the ways of rehabilitation and physical therapy with them in order to get the best healthy level for them without using additional treatment and medicines which is prepared for this purpose.

The importance of the research represents in using suggested refreshment progoamme and using some of boxing exercisses for rehabilitation. Insulin dependent Diabetic patient, and know the influence through practical studies on sample of patients in Baguba city the age between (18 - 28ys).

The problem of research represents in few special trials in using the atheletic exercisses to rehabilitate those patients in Iraq and only depened on medicines to treat those patient. Doing studies or researches which deal with different and various exercisses to know the best one are seldomly . Among these exercisses which had been chosen for. Doing this study is boxing.

The research indicates to :

- 1- The preparation of refreshment programs by using some of refreshment boxing exercisses for rehabiletation of Insulin dependant Diabetic patients.
- 2- To know the influence of this programme by using these exercisses for rehabiletation and decrease the Sugar level in the blood for those patients.
- 3- To know the influence of this programme by using those exercissers in reducing the stress and also made the patients less worry.

The research supposed :

- 1- There is in fluence with statistical guidance for this programme in habilitation or reducing in Sugar level in blood for those patients.
- 2- There is in fluence with statistical guidance for this programme in reducing some of stress and made the patients less worry.

Second Chapter : the similar and theorotical studies:



The contents of this chapter consist of two main units the theoretical studies unit and similar studies unit the theoretical studies unit consists of four main directions. In first directions these is explain of meaning of refreshment and treatable refreshment in second direction there is study of Diabetic disease and in third one there is dealing with boxing, the fourth one deal with medical rehabilitation.

Third chapter : the programme of research and its doings :

The researcher in this chapter deal with programme of research and its doings , he used practical programme because it is going with nature of solution of research problem. And the sample of research consists of (10) diabetic patients (1) type in Baquba city in Diyala government with age (18 - 28ys).

The research used the case sheet to know the options of experience people to prepare the refreshment programme and how to practice it and also appointed of changes and fixed them and doing the personal interview by using casesheets. The Doings consist of case sheet to measure the stress and worriedness and also medical tests and measurement of Diabetic disease type (1) by using one touch profiles. And in the end there were statistical treatments used to test what the research suppose and also contains calculus mean law and the law of scaling digression, the law of test, the law of difference analysis according to classify one coefficient in case of equaling symbols.

The fourth chapter : show of results their analysis and their arguments:

In this chapter there is the discover of research results after the complete of statistical treatment , it consists of showing and analysis of results of statistical tests for research suppositions and also analysis of results in these lists by their transferring from statistical language which depends on symbols numbers to language of scientific guidance which depends on descriptioned features in union and guidance meaning and randomly influence and union quality and quantity and with support of clear figures and pictures and then arguments of these results in scientific way and also with dependence are scientific references which contain of showing the nature of get aims of research and features of aim get of correctness of suppositions which depend on those aims.

Fifth chapter : Conclusions and Recommendations :

According to research aims suppositions results of statistical treatment to test correct of suppose this research reach to several results; the most important ones:

- 1- There is positive influence for this suggested refreshment programme by using Boxing in rehabilitation of patients with Diabetic Disease type (1) from medical and psychological way.
- 2- There is effective role for this programme in reducing the stress and wrong of patients.
- 3- This programme occurred with limit of conditions of safety and healthy for patients, this results in reducing subject of patient to any danger which might happen during doing the items of rehabilitation unit of suggested programme.

And according to previous conclusions there are several of the most important :

- 1- Doing the same research on females and also different range of ages to reach to common form of results of influence of this programme.
- 2- Doing and practice of these researches of sample of Diabetic patients type (2) to know the amount and type of influence of this type of Disease.
- 3- Try to do another studies deal with another exercises and other programmes of rehabilitations consist of athletic games teams or individual. And compare them with the results of researches which used the programme of this research during the field . Doings in order to know the best way to practice it on Diabetic patients insulin dependent and independent Diabetic Diseases.