

## العلاج الطبيعي للإصابات الرياضية Physiotherapy for Sports Injuries



أهداف العلاج الطبيعي للإصابات الرياضية:

- ✓ الوقاية من حدوث الإصابات.
- ✓ تقييم وعلاج الإصابات الشائعة عند الرياضيين
- ✓ الإسراع من الاستشفاء والعودة لممارسة النشاط بعد الإصابة.
- ✓ منع تفاقم الإصابة والحد من آثارها.
- ✓ وضع برنامج تأهيلي يستهدف كافة جوانب الأداء الوظيفي (الاتزان، التحكم الحركي، القوة العضلية، الاحساس العميق بالمفصل).

### Injury Prevention

One of the biggest risk factors of injury is a similar previous injury!



By failing to prepare...



you are preparing to fail