



1904-2024
120
YEARS

التوعية بالارتجاج برنامج



ما المقصود بالارتجاج؟

الارتجاج هو إصابة خفيفة تصيب الدماغ ويجب أن يؤخذ بكل جدية.

الحفاظ على رياضة السيارات آمنة قدر الإمكان. المنافسات أو تدعيم المشاركين، ستساعد في إن التوعية بالارتجاج، سواء كنت تشارك في به من الأساس؛ فالوقاية هي خط الدفاع الأول. الوضع الأفضل في الارتجاج هو أن تتفادى الإصابة

لحالة من إبطاء السرعة، فمن المهم التعرف على تصادم فعلياً بأي شيء وتعرضت رأسك ببساطة عند وقوع حادث، أو حتى إذا لم علامات الارتجاج وأعراضه.

أو أن تكون قد صدمت رأسك حتى تصاب بارتجاج. ذلك، أنه ليس من الضروري أن تكون فاقداً للوعي والأهم من

انتبه لهذه العلامات:

- صداع
- غثيان
- دوخة
- تعب
- مشاكل في التوازن
- فقدان الذاكرة أو النسيان
- سرعة الانفعال أو تغير الحالة المعنوية

إذا لم تكن بخير، فعليك بالكشف عن ذلك.

من المهم قول الحقيقة حتى يتم تقييمهم فأخبر الطاقم الطبي. بالنسبة للمتنافسين، مع شخص تعتقد أنه قد يكون مصاباً بارتجاج، إذا كنت بشكل صحيح.





إذا لم يكن المتنافس مصابًا بارتجاج، أو تقديم المشورة في الحالات الأخرى الطبي بإجراء تقييم وتأكيد التشخيص سيقوم الطاقم تعرضهم لارتجاج أثناء الفعالية الرياضية. إلى الفريق الطبي إذا كانوا يشتبهون في يجب على المتنافسين تقديم أنفسهم الانسحاب من بقية الفعالية الرياضية. يجب على المتنافسين المصابين بالارتجاج

طبية وفقًا للبلد الذي ستقام فيه الفعالية ينبغي تقديم أوراق التقييم وأي تقارير بداية الجولة أو الفعالية الرياضية التالية. لها إلى كبير المسؤولين الطبيين في الإعلان عن حالة الارتجاج التي تعرضوا ينبغي على جميع المتنافسين

**عليك بالانسحاب إذا كنت في شك.
تذكر أنه**

أنهم يستغرقون وقتًا أطول للتعافي. سنوات المراهقة وما دونها، فمن المعروف هذا بشكل خاص على الشباب في في هذه الحالة، إلا أنه يظل قائمًا. وينطبق إصابة شديدة للدماغ يكون ضئيلًا للغاية خلال 27 ساعة. في حين أن خطر وقوع للاصطدام أو إبطاء السرعة بشكل كبير تجنب تعرض الرأس إلى حادثة ثانية ينبغي

الملحق «L» للاطلاع على الإرشادات. التي يتبعونها، والذي ينصح بالرجوع إلى الطبي التابع للهيئة الرياضية الوطنية المنافسات الوطنية اتباع نصيحة القسم للسيارات. وينبغي على المشاركين في «L» من القانون الرياضي للاتحاد الدولي بعد التعرض إلى الإصابة في الملحق اللوائح الخاصة بالعودة إلى المنافسة المشاركين في المنافسات الدولية اتباع الأخصائيين إذا لزم الأمر. ينبغي على في المنافسة، ويجوز له أن يلتمس رأي ما إذا كان المتنافس لائقًا للمشاركة لهذه الفعالية الرياضية مسؤولية تقييم الرياضية. يتحمل المسؤول الطبي الأول





1904-2024
120
YEARS