

پیشگیری از آسیب‌های ورزشی

راهنمایی برای پزشکان، درمانگران،

فیزیوتراپیست‌ها، محققان و مربیان ورزشی

مترجمان

مسعود بزرگر

(دانشجوی دکترای تخصصی آسیب‌شناسی ورزشی دانشگاه خوارزمی تهران)

بهنام مرادی

(دانشجوی دکترای تخصصی آسیب‌شناسی ورزشی دانشگاه خوارزمی تهران)

صمد خسرو زاده

(دکترای تخصصی علوم ورزشی)

www.ketab.ir

نام کتاب: پیشگیری از آسیب‌های ورزشی: راهنمایی برای پزشکان،
درمانگران، فیزیوتراپیست‌ها، محققان و مربیان ورزشی
مترجمان: مسعود برزگر - بهنام مرادی - صمد خسروزاده

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۴۱۷-۵۲-۴

ناشر: انتشارات توپ

صفحه آرا: انتشارات توپ

طراح جلد: انتشارات توپ

نوبت چاپ: چاپ اول / ۱۴۰۰

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

مرکز پخش: میدان انقلاب - روبروی دانشگاه تهران - ساختمان جیبی - فروشگاه فجر ۶۶۴۱۴۱۰۹



قیمت: ۸۵۰۰۰۰ ریال

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است.



سرشناسه	: برزگر، مسعود، ۱۳۷۱ - مترجم
عنوان و نام پدیدآورنده	: پیشگیری از آسیب‌های ورزشی: راهنمایی برای پزشکان، درمانگران، فیزیوتراپیست‌ها، محققان و مربیان ورزشی/لویراستاران هرمان او. مایر، استفانو دزافانی؛ مترجمان مسعود برزگر، بهنام مرادی، صمد خسروزاده.
مشخصات نشر	: تهران: نشر توپ، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	: ۲۳۶ص: جدول.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۷۴۱۷-۵۲-۴
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
شناسه افزوده	: مرادی، بهنام، ۱۳۶۸ - مترجم
شناسه افزوده	: خسروزاده، صمد، ۱۳۶۱ - مترجم
رده‌بندی کنگره	: RD۹۷
رده‌بندی دیویی	: ۱۰۲۷/۶۱۷
شماره کتابشناسی ملی	: ۸۷۴۹۳۴۱

فهرست

- فصل ۱: ملاحظات عمومی صدمات ورزشی..... ۴
- فصل ۲: عوامل اصلی صدمات ورزشی..... ۲۱
- فصل ۳: عوامل ایجاد کننده پرکاری در ورزش..... ۳۷
- فصل ۴: اصول عمومی پیشگیری از صدمات ورزشی..... ۵۵
- فصل ۵: اصول عمومی پیشگیری از ضایعات اضافه بار در ورزش..... ۸۱
- فصل ۶: ملاحظات ویژه پیشگیری از صدمات ورزشی در کودکان و نوجوانان..... ۱۰۱
- فصل ۷: تمرینات عمومی طی ملاحظات پیشگیری در ورزش..... ۱۲۳
- فصل ۸: ملاحظات خاص ورزش های پرتابی تفریحی و رقابتی..... ۱۴۱
- فصل ۹: ملاحظات خاص فوتبال تفریحی و رقابتی..... ۱۶۵
- فصل ۱۰: ملاحظات خاص اسکی آلپاین تفریحی و رقابتی (FIS)..... ۱۹۳
- فصل ۱۱: اجرای فرآیند پیشگیری از آسیب در ورزش..... ۲۲۱