



المملكة العربية السعودية

الرئاسة العامة لرعاية الشباب  
الاتحاد السعودي للتربية البدنية والرياضة

# عوامل الخطورة للإصابة بالأمراض القلبية الوعائية لدى الأطفال وعلاقتها بالنشاط البدني واللياقة البدنية المرتبطة بالصحة

العدد

15

1 4 2 8

السلسلة الثقافية لاتحاد التربية البدنية والرياضة

إعداد

د/ جعفر فارس عبد الرحيم العرجان

٦١٢  
ع ج

## المحتويات

الموضوع
المقدمة
دهنيات الدم (Plasma Lipid)
الكوليسترول (Cholesterol)
الكوليسترول منخفض الكثافة (Low Density lipoproteins)
الكوليسترول مرتفع الكثافة (High Density Lipoprotein)
الدهون الثلاثية (Triglycerides)
نظرية حدوث تصلب الشرايين (Arteriosclerosis)
آلية حدوث تصلب الشرايين
تصلب الشرايين واحتمالات الإصابة به من قبل الأطفال (Arteriosclerosis in Children)
مستوى دهنيات الدم المحدد لعوامل الخطورة المهيئة للإصابة بالأمراض القلبية الوعائية لدى للأطفال
عوامل الخطورة للإصابة بالأمراض القلبية الوعائية لدى الأطفال
انخفاض اللياقة القلبية التنفسية لدى الاطفال
ضغط الدم كعامل من عوامل الخطورة للإصابة بالأمراض القلبية الوعائية لدى الأطفال
ارتفاع نسبة الشحوم في الجسم كعامل من عوامل الخطورة للإصابة بالأمراض القلبية الوعائية لدى الأطفال
إستراتيجية مواجهة ارتفاع نسبة الشحوم في الجسم لدى الأطفال على الصعيد العائلي والمدرسي
ارتفاع الهيموستاتين في بلازما الدم (Hyperhomocysteinemia) ودوره في حدوث الأمراض القلبية الوعائية لدى الأطفال
النشاط البدني اليومي وعلاقته بدهنيات الدم لدى الأطفال Physical Activity & Plasma Lipid
اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة وعوامل الخطورة للإصابة بالأمراض القلبية الوعائية لدى الأطفال
التنبؤ بعوامل الخطورة للإصابة بالأمراض القلبية الوعائية لدى الأطفال
تأثير التدريب البدني على مستوى دهنيات الدم وعوامل الخطورة للإصابة بالأمراض القلبية الوعائية
استراتيجيات مقاومة ارتفاع مستوى دهنيات الدم لدى الأطفال والمراهقين
الخلاصة والتوصيات
المراجع
المؤلف في سطور