

:من عوامل الخطر غير القابلة للتغيير للاصابة بارتفاع الضغط هو

- الجنس.
- البدانة.
- الكحول.
- الحساسية من الصوديوم.

:ينصح الذين لديهم أي عامل من عوامل الخطورة كارتفاع الضغط وارتفاع مستوى الدهون في الدم

- بالمشي لمسافة 2-3 كيلو متر أو لمدة نصف ساعة يوميا.
- ممارسة تمارين الاثقال باوزان من 5 – 10 كلغم.
- ممارسة تمارين الاثقال باوزان من 3 – 5 كلغم.
- الجري الخفيف لمدة 60 دقيقة.

:من واجبات المعالج اتجاه المؤسسة (الفريق) التي يعمل بها

- الالتزام التام امام المسؤولين و ابرام العقود الخارجية.
- الحفاظ على سمعة وكرامة المؤسسة التي يعمل بها.
- الانصياع الى اوامر المسؤولين ولو كانت على حساب مصلحته ومصلحة اللاعبين.
- علاج اللاعب المصاب باجر مضاعف بعيداً عن المؤسسة.