

Lielas fiziskas slodzes ietekme uz antropometriskajiem parametriem un veselības stāvokli militāram personālam

Liāna Pļaviņa, Natālija Vellere

*Rīgas Stradiņa universitāte, Anatomijas un
antropoloģijas institūts, Latvija*

Ievads. Militārais dienests ir saistīts ar dzīvesveida pārmaiņām – sociālām, klimatiskām, ģeogrāfiskām, izmaiņām bioritmos, ēšanas režīmā u. c. –, kas notiek vienlaikus ar palielinātu fizisku un psihoemocionālu slodzi. Karavīri pieder pie veselības problēmu, muskuloskeletālu patoloģiju un psihoemocionālās pārslodzes attīstības augsta riska grupas. Ir svarīgi atklāt profilakses pasākumus, kas var mazināt veselības problēmu attīstības risku un sniegt nepieciešamu medicīnisku palīdzību pēc iespējas agrīni.

Darba mērķis, materiāls un metodes. Pētījuma mērķis ir atklāt 10 dienu ilga kaujas izdzīvošanas kursa ar lielu fizisku slodzi ekstremālos apstākļos ietekmi uz antropometriskajiem parametriem un dalībnieku veselības stāvokli.

Visiem respondentiem pirms kaujas izdzīvošanas kursa tika veiktas obligātās veselības pārbaudes, un visi respondenti saņēma atļauju piedalīties kaujas izdzīvošanas kursā. Tika analizētas 49 medicīniskās kartes karavīriem, kas piedalījās 10 dienu izdzīvošanas kursā, tajā skaitā 41 vīrietim un 8 sievietēm. Vidējais vecums izlasē ir 24,9 gadi (no 22 līdz 29 gadiem). Visiem kursa dalībniekiem tika noteikti antropometriskie rādītāji: augums, ķermeņa masa un ķermeņa masas indekss. Kurša laikā tika ierobežots ēdiena daudzums un atpūtas laiks, ūdens patēriņš netika ierobežots. Tika analizētas ķermeņa masas rādītāju svārstības un ķermeņa masas indeksa (ĶMI) izmaiņas kursa sākumā, vidū un beigās.

Rezultāti. Antropometrisku datu analīze atklāja nelielas izmaiņas ķermeņa masas indeksā: ĶMI kursa vidū salīdzinājumā ar sākotnējo ĶMI samazinājās par 3%, savukārt kursa beigās – par 2,8% (vīriešiem par 1,4%; sievietēm par 3,1%). Ekstremālos apstākļos ar fizisku un psihoemocionālu pārslodzi saasinājās hroniskas veselības problēmas, kā arī parādījās jaunas veselības problēmas. Tika pierādīts, ka kaujas izdzīvošanas kursa laikā palielinājās akūtu infekciju skaits (18%, n = 9), no tām lielākā daļa bija akūtas augšējā respiratorā trakta infekcijas (44%, n = 4) un ādas sēnītes (22%, n = 2). Sešas personas sūdzējās par muskuloskeletālo sistēmu, pusei iepriekš šādu sūdzību nebija, citi atzīmēja būtisku hronisku problēmu / traucējumu / stāvokļa pasliktināšanos pēc kaujas izdzīvošanas kursa.

Secinājumi. Militārais personāls ir augsta riska grupā attiecībā uz traumu, muskuloskeletālu patoloģiju, infekciju un gastrointestinālu patoloģiju attīstību. Sieviešu dzimums predisponē augstākai morbiditātei. Liela fiziska slodze izraisa nelielas fluktuācijas ķermeņa masas indeksā.