

## Antropometrisko rādītāju un veselības kapacitātes vērtējums karavīriem saistībā ar Nacionālajos bruņotajos spēkos lietoto sauso uzturdevu

*Liāna Pļaviņa*

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

**Ievads.** Saskaņā ar Nacionālo bruņoto spēku (NBS) prasībām militārpersonas lauka apstākļos ir jānodrošina ar kvalitatīvu, enerģijas patēriņam un operacionālajām vajadzībām atbilstošu dienas sauso uzturdevu. Karavīra profesija nereti pieprasa ilgstošu uzturēšanos lauka apstākļos, kur nav iespējams nodrošināt karavīrus ar siltu ēdienu, šādā gadījumā tiek izsniegta sausā uzturdeva. Fiziskās slodzes enerģētiskais nodrošinājums tiek kompensēts ar sabalansētu uzturvielu kaloriju daudzumu, kas atbilstoši iztērētajai jeb zaudētajai enerģijai atjauno organisma enerģētiskās rezerves. Pašreiz NBS vienību personāls lauka apstākļos tiek nodrošināts ar sausajām uzturdevām, kas iepirktas atklātā konkursā Publisko iepirkumu likumā (PIL) noteiktajā kārtībā 2011.–2013. gada ilgtermiņa līguma ietvaros. Lielākā daļa pārtikas produktu un priekšmetu, kas iekļauti sausās uzturdevas iepakojumā, ir ražoti Latvijā.

**Darba mērķis, materiāls un metodes.** Darba mērķis ir apkopot un analizēt karavīru sausās uzturdevas lietotāju (NBS Instruktoru skola, n = 90, un Latvijas Nacionālā aizsardzības akadēmija, n = 31) antropometriskos rādītājus, veselības kapacitātes vērtējumu un aptaujas anketas datus par Latvijas NBS lietotās sausās uzturdevas atbilstību prasībām nodrošināt karavīru darbaspējas un saglabāt veselības kapacitāti. Respondentu vecums bija no 18 līdz 40 gadiem, no kuriem 23% bija sievietes un 77% – vīrieši.

**Rezultāti.** Karavīri aktīvi piedalījās pētījumā par sausās uzturdevas novērtējumu. 47% aptaujāto pētījuma dalībnieku bija vecumā no 18 līdz 25 gadiem, un 27% respondentu bija vecumā virs 40 gadiem. Mazāka aktivitāte ir vecumā no 25 līdz 30 gadiem un no 30 līdz 40 gadiem – 13%. Apkopojot antropometriskos rādītājus, konstatējām, ka 47% respondentu augums bija garāks par 1,81 m, 33% respondentu augums bija no 1,71 m līdz 1,80 m un tikai 20% respondentu ir augumā līdz 1,70 m. Ķermeņa masas rādītāju analīze parāda, ka 40% respondentu ķermeņa masa bija no 81 līdz 90 kg, 27% dalībnieku tā noteikta intervālā no 71 līdz 80 kg un 20% karavīru tā bija virs 90 kg. Tikai 13% respondentu ķermeņa masa bija līdz 70 kg.

Ikgadējās medicīniskās veselības pārbaudes datu analīze uzrādīja, ka 44% respondentu piešķirta A6 veselības kapacitāte (respondenti ir praktiski veseli), 43% respondentu veselības kapacitāte atbilda B5 veselības kapacitātei (anamnēzē slimības, traumas bez seku parādībām) un 13% respondentu piešķirtā kapacitāte ir C4 (sekas pēc slimībām un traumām ar stabilām anatomiskām izmaiņām un nenozīmīgiem orgānu un sistēmu funkciju traucējumiem, slimības ar reti paasinājumiem). Fiziskā izturība un fiziskā sagatavotība nozīmīgi ietekmē spēju pildīt dažādus uzdevumus, īpaši sarežģītos vides apstākļos (ziemā), kad pārvietošanos apgrūtinā sniegs, ekipējuma daudzums un svars. Aklimatizācija un gribasspēks ir vērā ņemami faktori, kas būtiski ietekmēs darba spējas ziemas apstākļos, bet smēķēšana un alkohols tās ievērojami samazina.

Sausā uzturdeva 53% respondentu apmierināja organisma prasības, sniedzot un nodrošinot enerģiju, bet 47% respondentu atzīmēja, ka tā bijusi nepietiekami un sāta sajūtu nav sniegusi. Tikai 23% respondenti pozitīvi novērtējuši sausās uzturdevas kvalitāti, lielākā daļa aptaujāto (73%) nav apmierināti ar sausās uzturdevas kvalitāti. 3% no aptaujātajiem karavīriem sausās uzturdevas lietotājiem atzīmē negatīvas veselības sekas – gastrointestinālas problēmas. Pēc sausās uzturdevas lietošanas karavīriem bija dedzināšana pakrūtē (30%), nepatīkamas sajūtas pakrūtē un sāpes (10%), caureja (3%), šķebcināšana un vemšana (3%).

### Secinājumi.

1. NBS lietotā sausā uzturdeva satur optimālu daudzumu uzturvielu un atbilst darbaspēju uzturēšanas vajadzībām, kā arī organisma enerģijas pamatprasību nodrošināšanai lauku apstākļos. Tomēr produktu kvantitāte gandrīz pusei aptaujāto nav pietiekama.
2. Pēc ikgadējās medicīniskās pārbaudes rezultātiem karavīriem tiek piešķirta veselības kapacitāte. Kuņģa un zarnu slimības karavīru vidū nav plaši izplatītas, tomēr pēc sausās uzturdevas lietošanas gandrīz trešdaļa karavīru atzīmē negatīvas veselības sekas (dedzināšanu, sāpes pakrūtē, caureju u. c.).
3. NBS lietotās uzturdevas sastāvs ir jāpilnveido, lai nepieļautu tās lietotājiem veselības problēmas un saglabātu darbaspējas lauku vides apstākļos.