

## Ķermeņa kompozīcijas izmaiņas novecojot

Jānis Zaļkalns<sup>1,2</sup>, Arturs Balodis<sup>2</sup>, Raitis Bardavskis<sup>2</sup>, Edijs Šmagris<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Rīgas Austrumu klīniskā universitātes slimnīca "Gaiļezers",  
Internās medicīnas klīnika, Latvija

<sup>2</sup>Rīgas Stradiņa universitāte, Medicīnas fakultāte, Latvija

**Ievads.** A. Vežālijs 1543. gadā pirmais aprakstīja norādes, ka ķermeņa proporcijas mainās atkarībā no individuālās fiziskās aktivitātes un ēšanas paradumiem. Novecošanās procesā, organismam izžūstot, novēro relatīvu taukaidu prevalenci. Minētie apstākļi ir fons, kas atvieglo gan dažādu akūtu slimību ierosinātāju, gan hronisku slimību uzliesmojumus.

**Darba mērķis.** Izmantojot sertificēto ķermeņa sastāva monitoru, savstarpēji salīdzināt fizioloģiskās ķermeņa kompozīcijas pārmaiņas dažādās vecuma grupās sievietēm un vīriešiem.

**Materiāls un metodes.** Veikta 127 indivīdu intervēšana un ķermeņa sastāva skenēšana, izmantojot TANITA BC-601. Pētījuma ietverti 104 indivīdi: 73 (70,2%) sievietes un 31 (29,8%) vīrietis. Kontrolgrupā iekļauts 51 indivīds vecumā no 21 līdz 57 gadiem, pētījuma grupā 53 indivīdi ir vīrs 57 gadu vecuma. Pētītie dati tika iegūti no 2012. gada augusta līdz 2012. gada novembrim A-aptiekā. Iegūto datu apstrādē tika izmantoti *Wilcoxon* tests un *SPSS 16.0* versija.

**Rezultāti.** Vidējais indivīdu vecums – 55,88 ± 16,8 (SD) gadi. Sievietēm pētījuma grupā novēroja vidēji 47% ± 5,29 (SD) ķermeņa ūdens, salīdzinot ar kontrolgrupu – 51,4% ± 5,43SD, p = 0,009. Vīriešiem ūdens procentuālajā sastāvā netika atklāta statistiski ticama atšķirība starp grupām – vidēji 55,162% ± 2,47 (SD) kontrolgrupā, 54,92% ± 4,02 (SD) pētījuma grupā, p = 0,109. Viscerālo tauku koeficients kontrolgrupā – 5,55 ± 3,34 (SD), pētījuma grupā – 11,04 ± 3,58 (SD), p < 0,0001. Ķermeņa masas indekss kontrolgrupā – 25,05 ± 4,09 (SD), pētījuma grupā – 27,76 ± 4,52 (SD), p = 0,03. Kaulu masa sievietēm kontrolgrupā – 2,61 ± 0,5 (SD), pētījuma grupā – 2,37 ± 0,26 (SD), p = 0,016. Kaulu masa vīriešiem vidēji kontrolgrupā – 3,22 ± 0,52 (SD), pētījuma grupā – 3,01 ± 0,39 (SD), p > 0,05. Kopējo tauku sastāvs organismā sievietēm kontrolgrupā vidēji 28,10% ± 7,68 (SD), pētījuma grupā – 31,83% ± 8,23 (SD), p = 0,041. Kopējie tauki organismā vīriešiem vidēji kontrolgrupā – 28,18% ± 7,68 (SD), pētījuma grupā – 31,83% ± 8,23 (SD), p = 0,056.

**Secinājumi.** Mūsu pētījuma rezultātā iegūti dati, kas apliecina dzimuma nozīmi ķermeņa kompozīcijas izmaiņām novecojot. Sievietēm novecojot, palielinās taukaidu relatīvā prevalence, samazinās kaulu masa, un samazinās procentuālais ūdens daudzums organismā. Vīrieši ir mazāk pakļauti ķermeņa kompozīcijas izmaiņām novecojot, salīdzinot ar sievietēm.