

Fiziskās attīstības rādītāju tendences sievietēm ar dažādiem novecošanas tempiem

Dzintra Kažoka

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

Ievads. Zināms, ka cilvēks noveco kā sarežģīts bioloģisks mehānisms un novecošanas tempiem ir raksturīgas individuālās atšķirības. Novecošanas procesu ietekmes samazināšanai uz fiziskās attīstības rādītājiem tiek izmantotas dažādas metodes, tāpēc būtiska ir šo jautājumu aktualizēšana un risināšana jau šodien. Līdz ar to mūsdienās, pētot un analizējot novecošanas tempus, ir jāņem vērā katra indivīda fiziskās attīstības un / vai fizioloģiskie rādītāji. Īpašu interesi izraisa novecošanas tempu izmaiņas pēc 35 gadu vecuma [Negasheva, et al., 2014].

Darba mērķis, materiāls un metodes. Darba mērķis bija raksturot un izvērtēt atsevišķu fiziskās attīstības rādītāju tendences Latvijas sievietēm ar dažādiem novecošanas tempiem vecuma grupās 36–45 gadi un 46–68 gadi. Pētījuma pamatā ir 229 sieviešu 2001.–2005. gada aptaujas, anketēšanas materiāla un antropometrisko mērījumu protokolu dati, kas savākti pēc nejaušas izlases principa Rīgas Stradiņa universitātē, dažādās Rīgas un citu Latvijas rajonu iestādēs un organizācijās.

Antropometriskie mērījumi veikti saskaņā ar R. Martina un K. Sallera (1957) metodiku ar Šveices firmas “Siber-Hegner & Co” instrumentiem. Datu zinātniskajā apstrādē un rezultātu interpretācijā ar statistikas programmām tika aprēķinātas un salīdzinātas atsevišķu fiziskās attīstības rādītāju vidējās, minimālās, maksimālās vērtības un standartnovirzes.

Katra indivīda novecošanas tempa koeficienta (NTK) novērtēšanai tika izmantoti aprēķini pēc Gorelkina A. G. un Pinhasova B. B. metodes (2008). Metodes pamatā ir vienādojums, kas apraksta sakarības starp ķermeņa fiziskās attīstības rādītājiem (ķermeņa garums, ķermeņa masa, vidukļa apkārtmērs) un vecumu. Pēc iegūtā NTK sievietes tika iedalītas 3 apakšgrupās: lēns, normāls un ātrs novecošanas temps. Paralēli pēc speciālām formulām tika noteikts katras sievietes kalendārais vecums (KV), bioloģiskais vecums (BV) un ķermeņa masas indekss (ĶMI).

Rezultāti. 36–45 gadu un 46–68 gadu vecuma grupās sievietēm pārsvarā bija raksturīgs lēns (56,2% un 69,4%) un ātrs (30,5% un 16,1%) novecošanas temps. Normāls novecošanas temps bija tikai 13,3% un 14,5% sieviešu.

Sievietēm ar normālu un ātru novecošanas tempu 36–45 gadu grupā ķermeņa garuma vidējās vērtības, salīdzinot ar vērtībām lēnā novecošanas tempā, ir mazākas par $0,44 \pm 1,3$ cm un $1,06 \pm 0,7$ cm. Vislielākā starpība ($3,72 \pm 0,8$ cm) starp ķermeņa garuma vidējo vērtību rādītājiem ir vecuma grupās 36–45 gadi un 46–68 gadi sievietēm ar lēnu novecošanas tempu.

Ķermeņa masas, vidukļa apkārtmēra un ķermeņa masas indeksa (ĶMI) vidējās vērtības 36–45 gadu grupā un 46–68 gadu grupā vislielākās ir sievietēm ar ātru novecošanas tempu, t. i., $86,26 \pm 12,0$ kg, $94,42 \pm 10,8$ cm, $32,45 \pm 4,7$ cm un $92,56 \pm 13,0$ kg, $105,44 \pm 8,0$ cm, $35,64 \pm 4,3$ cm.

Salīdzinot atsevišķu fiziskās attīstības rādītāju izmaiņu intensitāti 36–45 gadu grupā un 46–68 gadu grupā, lielākā vidējo vērtību starpība sievietēm ar visiem trim novecošanas tempiem ir vidukļa apkārtmēram un ķermeņa masai ($p < 0,01$).

Secinājumi.

1. Lietojot novecošanas tempa koeficienta aprēķinus, tika iegūtas trīs sieviešu grupas ar dažādu novecošanas ātrumu un fiziskās attīstības rādītājiem.
2. Salīdzinot sieviešu fiziskās attīstības rādītāju izmaiņu intensitāti, vērojams to gradients virzienā no lēnas novecošanas 36–45 gadu grupā līdz ātrai novecošanai 46–68 gadu grupā.
3. Fiziskās attīstības vidējo rādītāju vērtības ir mazākas sievietēm ar lēnu novecošanas tempu.
4. Sievietēm ar ātru novecošanas tempu ir raksturīga izteikta ķermeņa masas, vidukļa apkārtmēra un ķermeņa masas indeksa palielināšanās 36–45 gadu un 46–68 gadu grupās.
5. Fiziskās attīstības rādītāju izmaiņu intensitāti var izmantot kā sievietes novecošanas tempu informatīvo kritēriju.