

Locītavu hipermobilitātes izplatības biežums Rīgas peldētāju vidū

Sandra Rozenštoka¹, Sabīne Atte²

Rīgas Stradiņa universitāte, Latvija

¹Tālākizglītības fakultāte,

²Medicīnas fakultāte

Ievads. Ja locītavas kustību amplitūda pārsniedz normu, to sauc par hiperobilu. Locītavu hipermobilitātes izplatības biežums ir atkarīgs no vecuma un dzimuma. Tā ir bieži sastopama skolas vecuma bērniem. Palielinoties cilvēka vecumam, locītavu elasticitāte samazinās. Sievietēm hiperobilitāti novēro biežāk nekā vīriešiem. Locītavu hiperobilitāti izraisa lielāks elastīgo šķiedru daudzums locītavu saitēs, to nosaka ģenētiskā iedzimtība. Palielināts kustību apjoms tiek uzskatīts reizē kā priekšrocība un trūkums. Daudziem tā ir vērtība, kas piešķir lielāku izveicību sportā. Elkoņu un ceļu locītavu hiperekstensija ļauj peldētājiem veikt plašākas kustības, kas kombinācijā ar pilnveidotu muskuļu spēku dod iespēju sasniegt labākus rezultātus peldēšanā.

Darba mērķis, materiāls un metodes. Novērtēt locītavu hiperobilitātes sastopamības biežumu peldētāju vidū. Tika veikts prospektīvs pētījums, iesaistot pētījumā peldētājus no Rīgas, vecumā no 14 līdz 23 gadiem, kuri nodarbojušies ar peldēšanu vismaz 5 gadus un sasnieguši vismaz III sporta klasi. Pēc *Beighton* skalas novērtētas 9 locītavas, kuru kustību apjoms mērīts ar goniometru. Hiperobilitāte definēta, ja ≥ 4 locītavās tests ir pozitīvs. Iegūtie dati analizēti, izmantojot *IBM SPSS* programmu.

Rezultāti. Pētījumā iesaistīti 53 peldētāji: 41,5% ($n = 22$) sievietes un 58,5% ($n = 31$) vīrieši. Vidējais vecums - $17,2 \pm 2,5$ gadi, ar peldēšanu nodarbojušies vidēji $9,91 \pm 2,9$ gadus. No respondentiem 71,7% ir locītavu hiperobilitāte: 95,4% sievietes un 54,8% vīriešiem novēro hiperobilitāti. Peldēšanas stila brasa peldētāju vidū hiperobilitāte ir sastopama visretāk, 46,7% no tiem ir hiperobilitāte ($p = 0,011$). Nav statistiski ticamu datu, ka ilgstoša nodarbošanās ar peldēšanu palielinātu locītavu kustību apjomu. Kontroles grupā ir 30 tā paša vecuma jaunieši, no kuriem 33,3% respondentu ir locītavu hiperobilitāte.

Secinājumi. Peldētāju vidū locītavu hiperobilitāte ir biežāk sastopama nekā pārējā iedzīvotāju populācijā. Peldētājām sievietēm hiperobilitāti novēro biežāk. Peldēšanas stila brasa peldētāji, salīdzinot ar cita stila peldētājiem, ir ar mazāk elastīgām locītavām.