

Karavīru pēdu veselības stāvoklis un apavu valkāšanas paradumi: pilotpētījums

Darja Ņesteroviča¹, Kristīne Maķe²

Rīgas Stradiņa universitāte, Latvija

¹ Militārās medicīnas pētījumu un studiju centrs

² Medicīnas fakultāte

Ievads. Karavīru populācijā regulāri tiek ziņots par augstu apakšējo ekstremitāšu pārslodzes traumu prevalenci. Pārslodzes traumas ir kumulatīvas mikrotraumas nepareiza slodzes sadalījuma dēļ. Biežāk sastopamās – patelofemorālais sāpju sindroms, lielā liela kaula stresa sindroms, pēdas kaulu stresa lūzumi un plantārais fascīts. Pārslodzes traumu attīstībā izšķir iekšējos riska faktorus (pēdu uzbūves īpatnības, nepietiekamu fizisko sagatavotību, traumas anamnēzē u. c.) un ārējos faktorus (apavu izmantošanas paradumus, komfortu). Nepieciešami epidemioloģiskie dati par apakšējo ekstremitāšu pārslodzes traumām un to saistību ar noteiktu apavu veidu un to valkāšanas paradumiem.

Darba mērķis, materiāls un metodes. Mērķis bija noskaidrot karavīru pēdu veselības stāvokļa pašvērtējumu un militāro apavu valkāšanas paradumus.

Šis šķērsriezuma pētījums ir daļa no analītiskā pētījuma “Militāro apavu valkāšanas biomehāniskie aspekti un to saistība ar apakšējo ekstremitāšu pārslodzes traumām”. Tika saņemta Rīgas Stradiņa universitātes Ētikas komitejas atļauja Nr. 40/26.10.2017. Aktīvā dienesta karavīri tika aptaujāti ikgadējās veselības pārbaudes laikā pēc informētās piekrišanas formas rakstiska apstiprinājuma. Aptauja tika veidota no divām daļām: noteikts pēdu veselības stāvoklis atbilstoši validētam instrumentam FHSQ (*The Foot Health Status Questionnaire*) un veikts apavu novērtējums pēc Mills piedāvātās metodikas. Pēdu veselības stāvokli nosaka šādās kategorijās: pēdu sāpes, pēdu funkcijas, ikdienas apavu novērtējums, vispārējā pēdu veselība. Kategoriju vērtējums – no 0 līdz 100 (optimāla pēdu veselība). Apavi tika vērtēti pēc vizuālās 10 mm Likerta skalas no 1 (zemākais iespējamais vērtējums) līdz 10 (augstākais vērtējums) atbilstīgi sešiem kritērijiem: kopējais ērtums un komforts, purngala amortizācija, apava atsperīgums vidusdaļā un papēdī, pēdas atbalsts un papēža stabilitāte. Papildus tika iekļauti jautājumi par sāpēm slodzes laikā un traumām. Statistiski tika novērtēts biežums, procentuālais sadalījums un korelācija.

Rezultāti. Tika aptaujāti 28 karavīri (vidējais vecums 28,9 gadi; SN = 6,5), no viņiem 92,9% jeb 26 bija vīrieši un divas sievietes, vidējais izdienas ilgums – 7,1 gads (SN = 6,2). Pētījums vēl tiek turpināts.

Sāpes slodzes laikā novēroja 32,1% gadījumu (9) un traumas – 17,9% gadījumu (5). Atbilstīgi FHSQ nebija būtisku pēdu stāvokļa traucējumu pēdu sāpju (vidējā vērtība 99,67, SN = 1,77) un pēdu funkciju (97,32, SN = 7,67) kategorijā; zemākie rādītāji bija ikdienas apavu izvēlē – vidējā vērtība 83,63 (minim. 74,3, maks. 93,0) un vispārējā pēdas veselības pašvērtējumā – vidējā vērtība 81,51. Dienesta apavu komforts, pēdas atbalsts un papēža stabilitāte biežāk tika novērtēta ar 6,0 ballēm (mediāna), purngala amortizācija ar 5,5 ballēm; apava atsperīgums vidusdaļā un papēža daļā – ar piecām ballēm. Tika novērota cieša un statistiski nozīmīga korelācija starp dienesta apavu komfortu un apavu atsperīgumu (Spīrmena $r = 0,82$, $p = 0,01$).

Secinājumi. Izveidotā aptauja sniedza datus par pēdu veselības pašvērtējumu, par traumu vai sāpju esamību, kā arī par lietoto apavu komfortu un amortizāciju. Pētījuma sākuma posmā tika konstatēts augsts karavīru pēdu veselības pašvērtējums (vidēji 81,51 balle). Dienesta apavu komforts biežāk tiek novērtēts ar 6 ballēm no 10, un tas korelē ar apavu atsperīguma novērtējumu, kas norāda, ka ikdienā lietotie apavi nav pietiekami ērti.