

---

**SİZİN İÇİN OKUDUK**  
**CURRENT LITERATURE**

**ASKERLERİN PİYADE ACEMİLER EĞİTİMİNDE ALT EKSTREMİTE  
MORFOLOJİSİ VE OVERUSE SAKATLIĞI RİSKİ**

Lower limb morphology and risk of overuse injury among male infantry trainees

Med Sci Sports Exerc 28: 945-52, 1996

Overuse sakatlığı riskleri üzerine anatomik varyasyonların etkileri yeterince incelenmiştir. Sık rastlanan birçok anatomik karakteristiklerin (genu varum, genu valgum, genu recurvatum ve alt ekstremitte uzunluk farklılıkları) bulunmasının overuse sakatlıklarına etkilerini araştırmak için, 12 haftalık piyade acemi er eğitiminden önce, prospektif olarak, morfolojik ölçümler yapıldı. Bu antrenmanlarda sık koşular, yürüyüşler, kalistenik egzersizler ve diğer şiddetli aktiviteler yer almaktaydı. Alt ekstremitte anatomik bulguları değerlendirildi; ön-arka ve yan görünüş fotografik slaydları 294 gönüllü askerde incelendi. Slaydlar bilgisayarla analiz edildi ve aşağıdaki ölçümler hesaplandı; pelvis genişliği ile diz genişliği orantısı (genu valgum/varum tayini), quadriceps açısı (Q-açısı), tam ekstansiyonda diz açısı, alt ekstremitte uzunluk farklılıkları. Alt ekstremitte sakatlıklarının toplam sıklığı % 30 idi. Overuse sakatlığının göreceli riski, en fazla dizde valgus bulunanlarda önemli oranda yüksekti (RR = 1.9). Q açısı 15'den fazla olanlarda özellikle stress fraktürleri için risk anlamlı derecede artmış görünüyordu (RR = 5.4). Anatomik karakteristikler birçok diğer tip sakatlıklarla birlikte etken olarak görülmekte idi; bunlar arasında overuse nedeni ile ağrı ve akut olmayan kas strainleri bulunmakta idi. Bu pilot çalışma, alt ekstremitelere ait bazı morfolojik karakteristiklerin kişilerde overuse sakatlanmalarında artış nedeni olabileceğini göstermektedir.

**Prof. Dr. Fikret Durusoy**