

*Лобанова К.О.*

*Студент 1 курс*

*факультет «Лечебно-профилактический»*

*Уральский государственный медицинский университет*

*Россия, г. Екатеринбург*

*Раскатова А.О.*

*Студент 1 курс*

*факультет «Лечебно-профилактический»*

*Уральский государственный медицинский университет*

*Россия, г. Екатеринбург*

*Научный руководитель: Трифонов В.А.*

## **ВЛИЯНИЕ ПЛОСКОСТОПИЯ НА ПРОХОЖДЕНИЕ ВОИНСКОЙ СЛУЖБЫ**

***Аннотация:** Статья посвящена анализу влияния плоскостопия на прохождение воинской службы. В ней рассматриваются анатомические и биомеханические особенности стопы, а также механизмы, посредством которых плоскостопие негативно влияет на функциональные возможности военнослужащих. В статье подчеркивается, что плоскостопие может вызывать боли в ногах и спине, ограничивать физическую активность, повышать риск травм, снижать выносливость и ухудшать психоэмоциональное состояние.*

***Ключевые слова:** Плоскостопие, анатомия стопы, военная служба, боеспособность, физическая активность, травмы, выносливость, психоэмоциональное состояние, ортопедия.*

***Annotation:** The article is devoted to the analysis of the influence of flat feet on military service. It examines the anatomical and biomechanical features of the*

*foot, as well as the mechanisms by which flat feet negatively affect the functional capabilities of military personnel. The article emphasizes that flat feet can cause pain in the legs and back, limit physical activity, increase the risk of injury, reduce endurance and worsen the psycho-emotional state.*

**Keywords:** *Flat feet, foot anatomy, military service, combat capability, physical activity, injuries, endurance, psycho-emotional state, orthopedics.*

Плоскостопие — ортопедическое заболевание, изменение формы стопы, характеризующееся опущением её продольного и поперечного сводов. Различают поперечное и продольное плоскостопие, возможно сочетание обеих форм. Поперечное плоскостопие в сочетании с другими деформациями составляет 55,22 % случаев, продольное плоскостопие в сочетании с другими деформациями стоп — 29,4 % случаев.

По происхождению плоскостопия различают врождённую плоскую стопу, травматическую, паралитическую, рахитическую и статическую. Врождённое плоскостопие установить раньше 5—6-летнего возраста нелегко, так как у всех детей моложе этого возраста определяются все элементы плоской стопы. Однако приблизительно в 3% всех случаев плоскостопия плоская стопа бывает врождённой.

Травматическое плоскостопие — следствие перелома лодыжек, пяточной кости, предплюсневых костей.

Паралитическая плоская стопа — результат паралича подошвенных мышц стопы и мышц, начинающихся на голени (последствие полиомиелита). Рахитическое плоскостопие обусловлено нагрузкой тела на ослабленные кости стопы.

Статическое плоскостопие (встречающееся наиболее часто 82,1 %) возникает вследствие слабости мышц голени и стопы, связочного аппарата и костей. Причины развития статического плоскостопия могут быть различны — увеличение массы тела, работа в стоячем положении, уменьшение силы

мышц при физиологическом старении, отсутствие тренировки у лиц сидячих профессий и т. д. К внутренним причинам, способствующим развитию деформаций стоп, относится также наследственное предрасположение, к внешним причинам — перегрузка стоп, ношение нерациональной обуви (узкой, неудобной). [1]

Рассмотрим, как эта патология может сказаться на готовности к воинской службе и какие медицинские нормы применяются при её выявлении. Существует несколько степеней плоскостопия, каждая из которых отличается по степени выраженности симптомов и, соответственно, по влиянию на возможность прохождения военной службы:

Первая степень. Это начальная стадия, которая характеризуется небольшим отклонением свода стопы. Обычно первая степень не вызывает серьезных жалоб и часто остается незамеченной. Молодые люди с такой степенью плоскостопия, как правило, годны к службе без ограничений.

Вторая степень. На этой стадии симптомы начинают становиться более выраженными: появляется боль после длительной ходьбы или физической нагрузки, может нарушаться осанка. Призывники со второй степенью плоскостопия могут быть признаны годными к службе с некоторыми ограничениями, особенно если патология сопровождается болевым синдромом или другими функциональными нарушениями.

Третья степень. Это наиболее тяжелая форма плоскостопия, при которой свод стопы значительно уплощен, что приводит к постоянным болям, трудностям при ходьбе, нагрузкам на суставы ног и позвоночник. В таком случае дается освобождение от службы в армии по медицинским показаниям.

### **Медицинское обследование и категории годности.**

Для определения годности к военной службе проводится обязательное медицинское обследование, в ходе которого оценивается состояние здоровья призывника. В случае подозрения на плоскостопие назначаются

дополнительные исследования, такие как рентгенография стоп, для уточнения диагноза и определения степени патологии.

Согласно медицинским требованиям, степень плоскостопия и наличие осложнений определяют категорию годности:

Категория «А»- годен к службе без ограничений. Присваивается при отсутствии значительных нарушений, в том числе при первой степени плоскостопия.

Категория «Б»- годен с незначительными ограничениями. Присваивается при второй степени плоскостопия без серьезных осложнений.

Категория «В»- ограниченно годен, что подразумевает освобождение от призыва в мирное время. Присваивается при второй и третьей степенях плоскостопия с выраженными нарушениями функций стопы.

Категория «Г»- временно негоден. Это может быть присвоено при наличии временных осложнений, требующих лечения, после чего вопрос о годности пересматривается.

Категория «Д»- негоден к службе. Присваивается при третьей степени плоскостопия с выраженными изменениями. [4]

Плоскостопие, особенно на поздних стадиях, может вызвать целый ряд осложнений, которые прямо влияют на физическую подготовку. К ним относятся:

Боль в стопах, голенях и пояснице. Пронация стопы (потеря свода стопы) приводит к неправильному распределению нагрузки на суставы. Это вызывает боль и дискомфорт, которые усугубляются физическими нагрузками, характерными для воинской службы (длительные марш-броски, бег, прыжки). Исследования показывают высокую корреляцию между плоскостопием и болями в спине, особенно в поясничном отделе.

Проблемы с коленями и бедрами. Изменение биомеханики стопы отражается на положении суставов ног, что может привести к воспалению суставов, артриту и другим проблемам.

Боли в позвоночнике. Плоскостопие часто приводит к искривлению позвоночника, что вызывает боли в спине и может способствовать развитию сколиоза. [3]

Увеличение риска травм. Неправильное распределение нагрузки на суставы увеличивает риск развития различных травм, таких как растяжения связок, переломы костей стопы, голеностопного сустава и даже колена. Военная служба с ее высокими физическими нагрузками значительно увеличивает этот риск.

Быстрая утомляемость. Из-за постоянной боли и неправильной биомеханики движения, военнослужащие с плоскостопием быстрее устают, у них снижается выносливость, что критично при выполнении длительных физических нагрузок. [1]

Также плоскостопие неблагоприятно влияет на психоэмоциональное состояние военного. Хроническая боль, ограничение активности, а также невозможность полноценного участия в физической подготовке могут вызывать у военнослужащих с плоскостопием стресс, депрессию, чувство неполноценности и снижение мотивации к службе. [2]

В заключение, можно утверждать, что плоскостопие оказывает существенное влияние на прохождение воинской службы. Наличие плоскостопия различной степени выраженности коррелирует с повышенным риском развития функциональных нарушений опорно-двигательного аппарата, снижением физической выносливости и общей работоспособности военнослужащих. Это, в свою очередь, может ограничивать возможности выполнения боевых задач, увеличивать вероятность получения травм и снижать эффективность службы. Несмотря на то, что не все формы плоскостопия являются противопоказанием к службе, своевременная диагностика и, при необходимости, коррекция данной патологии являются важной профилактической мерой, способствующей сохранению здоровья и боеспособности личного состава.

### **Использованные источники:**

1. Центр здоровья ног и осанки доктора Виноградова «Плоскостопие: виды, причины, лечение, последствия.» URL: <https://podiarthe.ru/ploskostopie>
2. Постановление Правительства РФ от 04.07.2013 N 565 (ред. от 17.04.2024) «Об утверждении Положения о военно-врачебной экспертизе». URL:  
[https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_149096/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_149096/)
3. Статья доктора Николенко Виталия Александровича. URL:  
<https://probolezny.ru/ploskostopie/?ysclid=m342ls10ms314280087>
4. Статья Волкова Александра «С каким плоскостопием не берут в армию» URL:<https://armyhelp.ru/osvobozhdenie-po-zdorovyu/osvobozhdenie-ot-armii-po-plosk-ostopiyu/>