

浅析基层训练伤防治存在的问题

颜安明¹, 胡厚泉²

(1. 解放军73111部队门诊部, 福建厦门 361025; 2. 解放军73159部队卫生队, 福建漳州 363000)

[关键词] 军事训练伤; 基层; 训练伤防治

中图分类号: R821 文献标识码: C 文章编号: 1672-271X(2008)02-0159-02

军事训练是军队提高战斗力的根本途径, 是部队战时与平时的中心工作, 是军人履行职责的重要保证^[1]。训练伤是军事劳动中最常见的损伤之一, 直接影响部队的军事训练的出勤率、战斗力和损害人体健康。由于部队训练环境的复杂多变和武器装备不断更新, 军事训练伤的发生出现了新的规律和特点。笔者根据多年基层训练伤防治的实践经验, 针对一些问题提出以下看法。

1 作训部门制定的具体训练计划科学性不够

在基层, 作训部门在制定各项训练计划时, 常只根据训练要求、内容及上级指示, 只求训练成绩, 不考虑人体的耐受极限和官兵健康状况, 不征求卫生部门的意见, 单独制定具体计划, 随意增加训练课目的强度和难度, 缺乏科学性、合理性, 严重危害了官兵身体健康。卫生部门对训练伤的预防和治疗有较为丰富的经验。为了减少训练伤的发生, 作训部门在制订训练计划时, 应征求卫生部门的防治建议, 大型军事活动与险难课目训练前要请卫生部门进行防治常识的教育, 并将卫生部门提出的具体有效的防治措施同训练计划一并下发参训部队。

2 军政主管对训练伤的防治原则了解和掌握不够

当前基层部队军政主管特别是主管军事训练的各级各类指挥员对训练伤预防不够重视, 对各种训练伤的防治常识掌握不多。他们在抓部队训练时只注重训练成绩和任务完成, 忽略了官兵身体健康和训练伤的预防。各类训练伤的发生与训练强度、要领掌握程度、官兵的身体、心理素质、卫生常识的掌握程度、训练计划的科学安排、场地设施条件和预防措施等因素有关, 这些因素的掌握和处理与主管军事训练部门和指挥员密切相关^[2]。作为一个优秀的军事指挥员, 如能较好地了解和掌握各类训练伤发生的一般规律和防治原则, 那么训练会产生事半功倍的效果。这样不仅可降低训练伤的发生率, 同时更利于训练成绩的提高^[3]。

3 官兵对训练伤防治的重要性认识不够

作者简介: 颜安明(1975-), 男, 江西永新人, 大专, 主治医师, 从事基层医疗工作。

近几年, 部队装备不断更新, 高科技信息化装备不断配备, 人力、苦力、高强度重体力训练相对减少, 使不少人认为训练伤不会发生了, 训练伤预防问题不重要了。其实随着军队装备的不断更新, 虽然实现机械化和信息化, 从某些方面减轻了军人的体力劳动强度, 但新军事装备使用对军人也增加了新的负担, 如举高、搬运、快速反应和短距离负重, 这都离不开高强度体力运动和良好的身体素质。目前在高科技装备的美国军队里350多种军事职业约有1/3的职业仍然依靠强体力的肌肉活动, 因此体能素质训练还是军人的基本训练^[4]。随着部队的装备更新, 训练伤的防治问题依然重要, 只不过因训练内容、强度、技巧方面更专业化, 各种常见训练伤的发生相对减少, 但各类职业性训练伤的防治要求更专业化。因此, 训练伤的防治问题仍然是军队十分重要的研究课题, 各级军事指挥员要高度重视^[4]。

4 军事指挥员发现各类训练伤危险信号的及时性不够

军事训练一段时间(特别是新兵基础训练前4~8周)后部分官兵身体会出现如: 肢体疼痛、邻近关节部位的肌肉肿胀、酸痛等, 多数训练伤发生前往往有一些特殊的不良反应, 这都是损伤的早期表现, 在军事训练伤监测中称之为危险信号。如能及时发现这些危险信号并采取有效的防治措施, 就能阻止其进一步发展导致损伤加重。在基层, 由于指挥员防治常识掌握不够, 训练中出现的危险信号常被忽略, 认为是自然现象延误了防治时机导致训练伤发生, 对参训人员的身心健康造成了不良的伤害。

5 心理训练与疏导在训练过程发挥作用不够

近年来, 部队独生子女增多, 入伍后适应能力差、承受能力弱, 部分表现自卑、焦虑及恐惧心理。在心理因素的影响下, 官兵训练易疲劳, 而发生肌肉不协调收缩、操作能力障碍或丧失, 这正是训练伤发生的机制之一^[5]。目前各级主管部门对心理预防作用重视不够。虽然有的建立了心理咨询指导室(站), 配备了心理医生, 但心理咨询制度不健全, 技术力量较弱、设备不全, 心理训练与指导在训练过程中发挥作用不够, 心理疾病的防治成了新的课题。因此把心理训练和疏导贯穿于训练整个过程, 有助于及时了解和掌握官兵心理状况, 能有效地预防和减少心理疾病的发生。如: 入伍新兵新训

《东南国防医药》2008年4月第10卷第2期

前对新兵进行心理健康的测试与评估,将训练中可能出现心理问题的个体区分开来,便于重点防护或医学监督,有针对性地进行心理疏导和心理训练,方能有效减少心理疾病发生率^[6]。基层军政主官更应该了解心理训练与疏导的重要性,多听取心理医生建议,做到以人为本、区别对待、人尽其才、合理施训,将心理咨询服务贯穿于训练全过程,可以有效地减少各种心理疾病的发生,保证官兵身心健康。

参考文献

[1] 赵书友. 中国人民解放军健康教育教材[M]. 北京:解放军出版社,1994:311-312.

- [2] 龚书明. 军队卫生学[M]. 北京:人民军医出版社,1994:114-115.
- [3] 黄昌林. 军事训练伤防治知识问答[M]. 北京:人民军医出版社,2000:6-7.
- [4] 张建平. 军事训练伤防治手册[M]. 北京:人民军医出版社,1999:32-33.
- [5] 芮磊,李萍妹,洪原城. 新兵海训时心理适应不良症的发生原因及防治[J]. 东南国防医药,2006,8(1):75-77.
- [6] 张理义. 部队心理卫生常识[M]. 北京:人民军医出版社,2006:54-55.

(收稿日期:2007-10-08)

(本文编辑 孙军红)

· 读者 · 作者 · 编者 ·

军区军队卫生专业学术研讨 暨部队“创卫”经验交流会议征文通知

根据军区2008年度医学科技学术活动计划,为促进军队卫生学专业学术交流,总结“十一五”创建文明卫生军营工作经验,推广应用新技术、新方法,推动军区军队卫生专业学科发展,提高军队卫生工作水平,经研究确定于2008年召开军队卫生学专业学术会议,现将会议征文有关事宜通知如下:

一、征文内容

凡预防医学各学科领域的研究论文、实验技术、部队调查、经验总结及当前预防医学发展战略与动向方面的专题报告等均可投稿。具体内容如下:

1. 军事斗争卫勤准备中军队卫生与环境医学的需求与对策;
2. 部队饮水、营房坑道、空气、营养与食品卫生,军事毒理、军事劳动卫生与训练伤防护等方面的科研和卫生防疫工作总结;
3. 特殊环境医学与应激医学研究进展和总结;
4. 航空、航海医学,导弹、坦克、火炮及电子对抗部队等特殊作业医学防护;
5. 部队饮食、饮水和公共场所卫生监督监测的经验与做法;
6. 部队野外驻训与基层部队卫生防病工作经验体会;
7. 军事医学心理卫生与精神疏导;
8. 部队创建“文明卫生军营”经验做法与体会。

二、征文要求

1. 论文应具有科学性、先进性、实用性,未在公开刊物发表;
2. 综述及论著3000字以内,经验体会2000字以内,个案报道1500字以内。按《东南国防医药》杂志要求格式撰写(标题、邮编、通信地址、作者姓名务必详细);
3. 论文用A4纸打印,附Word格式光(软)盘,并加盖单位公章,注明“会议征文”;
4. 收稿截止日期:2008年7月30日,来稿一律不退,请自留底稿;
5. 本次会议为军区继续医学教育项目,将按照规定授予学分。

三、会议时间与地点另行通知

四、来稿请寄

南京军区疾控中心卫生监督所 周东明 收
地址:南京市中山东路293号 邮编:210002
电话:025-80867029 0501-867029(军线)

南京军区军队卫生专业委员会
《东南国防医药》编辑部

二〇〇八年三月五日