පාසල් ක්‍රීඩක ක්‍රීඩිකාවන්ට සිදුවන අස්ථි හා පේශි අනතුරු (හිඟුරක්ගොඩ ප්‍රදේශය ආශ්‍රිතව)

බී. කේ. ජී. වත්සලා[1]

සංක්ෂේපය

කායික, මානසික, සමාජීය හා අධ්‍යාත්මික වශයෙන් යහපත් පුද්ගලයන් සෞඛ්‍ය සම්පන්න පුද්ගලයෙකු ලෙස හඳුන්වයි. නමුත්, වර්තමානයේ දී පාසල් අවධියේ ක්‍රීඩාවේ නිරතවන්නන්ගෙන් වැඩි පිරිසක් කායික ආබාධ වලට ලක්ව ඇත. මේ අනුව, පාසල් ක්‍රීඩක ක්‍රීඩිකාවන්ට සිදුවන අස්ථි හා පේශි අනතුරුවල ප්‍රවණතාවන් අධ්‍යයනය කිරීම මෙම පරීක්ෂණයේ අරමුණ වේ. හිඟුරක්ගොඩ ප්‍රදේශයේ තෝරා ගනු ලැබූ පාසල් 3ක් ආශ්‍රයෙන් එක් පාසලකින් ක්‍රීඩක ක්‍රීඩිකාවන් 100ක් නියෝජනය වන ලෙස ජවන තරඟ, පිටිය තරඟ සහ කණ්ඩායම් තරඟ වලින් ලෙස සමස්ත ක්‍රීඩක ක්‍රීඩිකාවන් 300ක් නියෝජනය වන පරිදි ස්තෘත සසම්භාවී නියැදුම් ක්‍රමය මගින් තෝරා ගනු ලබයි. මෙහි දී ප්‍රාථමික දත්ත රැස් කිරීම ප්‍රශ්නාවලි මඟින් සිදු කරන ලදී. දත්ත විශ්ලේෂණය විස්තරාත්මක සංඛ්‍යාන ශිල්පීය ක්‍රම මගින් සිදු කරනු ලබයි. මෙම පරීක්ෂණය මගින් නිගමනය කළ හැකි වූයේ, ක්‍රීඩාවේ නිරත වන්නන්ගෙන් 80%ක් අස්ථි හා පේශි අනතුරු වලට ලක් වන බවත්, කණ්ඩායම් තරඟ වලින් පේශි ආබාධ වැඩි වශයෙන් ක්‍රීඩකයන්ට සිදු වන බවත් ජවන හා පිටිය තරඟ වල දී වැඩි වශයෙන් අස්ථි ආබාධ වලට ක්‍රීඩක ක්‍රීඩිකාවන් ලක් වන බවත් ය.

මුඛ්‍ය පද : අනතුරු, අස්ථි හා පේශි, ක්‍රීඩක ක්‍රීඩිකාවන්

[1] ආර්ථික විද්‍යා අධ්‍යයන අංශය, කැලණිය විශ්වවිද්‍යාලය, gayaniwathsala105@gmail.com