

СТАНОВИЩЕ

от

**Доц. Ростислав Валентинов Костов, доктор
относно дисертационен труд на тема:**

„Медицинска рехабилитация при пациенти с цервикoarтроза ”

Разработен от Тамара Драган Аджиска

**За присъждане на образователна и научна степен „Доктор“ в област на
висшето образование 7. Здравеопазване и спорт, професионално
направление 7.4. Обществено здраве, научна специалност „Кинезитерапия“
Научен ръководител: Доц. Даниела Попова, доктор**

Дисертационният труд е представен в 194 страници: 21 таблици, 7 диаграми, 18 фигури и библиографски списък от 162 автора (32 български и 130 чуждестранни). Трудът е посветен на един значителен медико-социален проблем – цервикoarтрозата, много често срещано хронично заболяване на опорно-двигателния апарат, свързано с дегенерация и болки на засегнатите тъкани.

В литературния обзор при разглеждането на данните на съвременни автори работещи в областта на етиологията и патогенезата на цервикoarтрозата. Докторантката прави задълбочен и аргументиран анализ на прилаганите у нас и в чужбина кинезитерапевтични методи на заболяването.

До работната хипотеза на дисертационния труд Тамара Аджиска стига логично – прилагането на научнообоснована, авторска, целенасочена кинезитерапевтична програма, включваща масаж, специализирани мануални техники и кинезиотейпинг, би повлияла положително върху болката, функционалните възможности, работоспособността и качеството на живот на пациентите със цервикoarтроза.

Проведеното проучване през април 2013 - ноември 2015 година е проведено в Рекреативния център на Университет „Гоце Делчев“ – Шип, Р. Македония. Включени са 106 пациенти (49 мъже и 57 жени) на възраст от 20 до 65 години. Курсът на лечение за всеки болен включва 20 процедури.

Изследваният контингент от 37 пациенти (21 мъже и 16 жени) от група А (контролната група) са изпълнявали методика на кинезитерапия, включваща лечебен масаж и аналитични упражнения. Дадени са им указания за самостоятелно изпълнение на упражненията след обедната почивка и препоръки за предпазване от получаване на рецидиви в домашни условия.

Група Б (експериментална група) която включва 40 пациенти (18 мъже, 22 жени) : изпълняват методика на кинезитерапия; постизометрична релаксация (ПИР); пресура върху тригерни точки; мекотъканни техники за мобилизация и кинезиотейпинг. Дадени са им указания за самостоятелно изпълнение на упражненията след обедната почивка и препоръки за предпазване от получаване на рецидиви в домашни условия.

Група В (експериментална група) която включва 29 пациенти (10 мъже, 19 жени) са изпълнявали същата методика като при група А допълнена с постизометрична релаксация (ПИР) и обработка на тригерни точки. Дадени са им указания за самостоятелно изпълнение на упражненията след обедната почивка и препоръки за предпазване от получаване на рецидиви в домашни условия.

Преди лечението пациентите от трите групи са изследвани за: професионалната заетост, причините за обостряне на симптомите. На базата на констатираните промени се провежда анамнеза, оглед, функционално изследване (активно и пасивно), палпация и провокация. Изследван е обемът на движение във всички рамнини на цервикалния дял и тест за болка ВАС. След изследванията се предвиждат индивидуалните кинезитерапевтични средства за болните в експерименталните и контролна групи.

Получените от изследването данни са обработени чрез програмата Statistica 10.0® StatSoft Inc.

Целта и задачите на представеният труд отговарят на основната тема на дисертацията.

Подробно, с много добро онагледяване, Тамара Аджиска представя кинезитерапевтичната методика при трите групи на лечение.

Предвид получените резултати в края на лечението на включените в кинезитерапевтичната методика, Тамара Аджиска уточнява, че сравнени резултатите от тест за болка ВАС и анализа на движенията на шийния отдел на гръбначния стълб показват най-голям терапевтичен ефект при група Б. Тамара Аджиска подчертава, че статистически по-доброто въздействие на Група Б е в резултат на:

Техниките свързани с преодоляване на мускулния спазъм (масаж, мекотъканни техники за мобилизация и ПИР). Успокояването на тригерните точки намалява ноцицептивното дразнене и възстановява способността за правилен и по-пълноцен контрол, а пък ПИР релаксира мускулите и възстановява дължината им. Ефектите на ПИР, които включват разтягане и изометрична контракция едновременно стимулират механорецепторите и проприорецепторите на мускулите и ставите, което от своя страна намалява усещането за болка. Намаляването на болката след ПИР може да се дължи и на инхибиторния сухожилен рефлекс на Голджи, активиран по време на изометричната контракция, което води до рефлексна релаксация на мускула. Докато пак поддържането на ефекта се осигурява от прилагане на кинезиологичния тейп.

Техниките за мекотъканна мобилизация, масажът, както и ПИР бяха насочени към преодоляване на мускулния дисбаланс.

Представените 5 извода и 3 препоръки в дисертацията разглеждат сходствата и предимствата на трите кинезитерапевтични методики на базата на регистрираните резултати на трите групи.

По темата на дисертацията са представени 6 публикации в научни списания.

Заключение

Дисертационният труд на Тамара Драган Аджиска е едно добро практико-приложно изследване с необходимите експериментално получени резултати и теоретични обобщения. Направен е сполучлив опит да бъдат оценени три методики при лечението на цервикоартрозата в областта на кинезитерапията за функционално възстановяване на пациенти с установена цервикоартроза.

В тази връзка, гласувам „За“ и предлагам на уважаемите членове на Научното жури да гласуват с положителен вот, на Тамара Драган Аджиска да бъде присъдена образователна и научна степен „Доктор“ в област на висшето образование 7. Здравеопазване и спорт, професионално направление 7.4. Обществено здраве.

Благоевград
11.03.2024

С уважение: _____
(Доц. Р. Костов, доктор)

**TO: THE CHAIRMAN
OF THE SCIENTIFIC JURY**

OPINION

From

Associate professor Rostislav Valentinov Kostov, PhD

About a dissertation on:

“Medical rehabilitation in patient with cervical arthrosis”

Developed by Tamara Dragan Adjiska

For awarding the educational and scientific degree “Doctor” in the field of higher education 7. Health care and sports, professional direction 7.4. Public health, scientific specialty “Kinesitherapy”

Research supervisor : Assoc. Prof. Daniela Popova, doctor

The dissertation is presented in 194 pages: 21 tables, 7 diagrams, 18 figures and a bibliographic list of 162 authors (32 Bulgarian and 130 foreign). The work is dedicated to a significant medical and social problem – cervical arthrosis, a very common chronic disease of the musculoskeletal system, associated with degeneration and pain of the affected tissues.

In the literature review, when considering the data of modern authors working in the field of etiology and pathogenesis of cervical arthrosis. The doctoral student makes an in-depth and reasoned analysis of the applied kinesitherapeutic methods of the disease in our country and abroad.

Tamara Adjiska arrived at the working hypothesis of her dissertation logically – the application of a scientifically based author’s, targeted kinesitherapy program, including massage, specialized manual techniques and kinesio taping, would have a positive effect on the pain, functional possibilities, work capacity and quality of life of patients with cervical arthrosis.

The study conducted in April 2013 – November 2015 was conducted at the Recreation Center of Gotse Delchev University – Shtip, Republic of Macedonia. 106 patients (49 men and 57 women) aged 20 to 65 years were included. The course of treatment for each patient includes 20 procedures.

The studied contingent of 37 patients (21 men and 16 women) from group A (the control group performed kinesitherapy methodology, including therapeutic massage and analytical exercises. They were given instructions for independent performance of the exercises after the lunch break and recommendations for preventing relapses at home.

Group B (experimental group) which includes 40 patients (18 men, 22 women): performed kinesitherapy methodology; postisometric relaxation (PIR); pressure on trigger points; soft tissue mobilization techniques and kinesio taping. They were given instructions for independent performance of the exercises after the lunch break and recommendations for preventing relapses at home.

Group B (experimental group) which included 29 patients (10 men,19 women) performed the same methodology as in group A supplemented with postisometric

relaxation (PIR) and treatment of trigger points. They were given instructions for independent performance of the exercises after the lunch break and recommendations for preventing relapses at home.

Before the treatment, the patients from the three groups were examined about: professional employment, reasons for exacerbation of symptoms. On the basis of the detected changes, an anamnesis, examination, functional examination (active and passive), palpation and provocation are carried out. The range of motion in all planes of the cervical lobe and the VAS pain test were examined. After the research, the individual kinesitherapeutic means are planned for the patients in the experimental and control groups.

The data obtained from the study were processed using the program Statistica 10.0 StatSoft Inc. The purpose and tasks of the presented work correspond to the main topic of the dissertation. In detail, with very good visualization, Tamara Adjiska presents the kinesitherapeutic methodology for the three groups of treatment.

Given the results obtained at the end of the treatment of those included in the kinesitherapeutic methodology, Tamara Adjiska specifies that the compared results of the VAS pain test and the analysis of the movements of the cervical spine show the greatest therapeutic effect in group B.

Tamara Adjiska emphasizes that the statistically better impact of Group B is due to: Techniques related to overcoming muscle spasm (massage, soft tissue mobilization techniques and PIR). Soothing trigger points reduces nociceptive irritation and restores the ability to have proper and more complete control, while PIR relaxes muscles and restores their length.

The effects of PIR, which include stretching and isometric contraction, simultaneously stimulate the mechanoreceptors and proprioceptors of the muscles and joints, which in turn reduces the sensation of pain. Pain reduction after PIR may also be due to the inhibitory Golgi tendon reflex activated during isometric contraction, leading to reflex relaxation of the muscle. While maintaining the effect is ensured by applying the kinesiology tape.

Soft tissue mobilization techniques, massage, as well as PIR were aimed at overcoming muscle imbalance.

The presented 5 conclusions and 3 recommendations in the dissertation examine the similarities and advantages of the three kinesitherapeutic methods based on the registered results of the three groups.

6 publications in scientific journals are presented on the subject of the dissertation.

Conclusion

The dissertation work of Tamara Dragan Adjiska is a good practical-applied study with the necessary experimentally obtained results and theoretical generalizations. A successful attempt was made to evaluate three methods in the

treatment of cervical arthrosis in the field of kinesitherapy for functional recovery of patients with established cervical arthrosis.

In this regard, I vote “For” and propose to the respected members of the Scientific Jury to vote with a positive vote, that Tamara Dragan Adjiska be awarded the educational and scientific degree “Doctor” in the field of higher education 7. Health care and sports, professional direction 7.4. Public Health.

Blagoevgrad
11.03.2024

With respect: _____
(Assoc. Proff. R. Kostov, doctor)