

ЦРАС N 75/26.04.2017

СТАНОВИЩЕ

**от доц. д-р Богдана Любомирова Илинова, доктор
Национална спортна академия, София**

**Относно: Дисертационен труд на тема: „Комплексна
кинезитерапия при предменструален синдром”,
за присъждане на образователната и научна степен „Доктор” в
професионално направление 7.4., научна специалност „Теория и
методика на физическото възпитание и спортната тренировка
(вкл. Методика на ЛФК)”**

**Докторант: Татяна Томчова Томова
Научен ръководител: проф. Зоя Горанова, ДН**

Предменструалният синдром представлява комплекс от физически, емоционални и характерови симптоми като подуване, коремни болки, напрежение при чувствителност на гърдите, възможна е поява на акне, мускулни и ставни болки, нервност, напрегнатост и тревожност, главоболие, умора и чести смени на настроението. Те се появяват през последната седмица на лутеалната фаза (около една седмица преди настъпване на менструалното кръвотечение) през повечето цикли. Симптомите обикновено не започват преди 13 ден на цикъла и отзвучават в рамките на 4 дни след като започне менструалното кървене. Предменструален синдром може да се появи и проявява по всяко време на репродуктивната възраст на жената, но най-често това се случва между 20 и 40 годишна възраст, а това е най-активният творчески и репродуктивен период за жената. Предменструалният синдром влошава качеството на живот и се отразява неблагоприятно върху цялостното здравословно състояние на засегнатите жени, което определя актуалността на тематиката. Търсенето на ефективни лечебни практики се явява от изключителна важност.

Представеният дисертационен труд е разработен в обем от 202 страници, 36 от които са приложения. Онагледен е много добре с 32 таблици, 73 графики и 47 фигури в трите приложения. Библиографията включва 218 литературни източника, от които 26 на кирилица и 192 на латиница.

Трудът има стандартна структура, отговаряща на изискванията към подобен вид разработка. Включва увод, литературен обзор, собствени проучвания (цел, задачи, методи и програми за лечение), резултати и анализ, изводи и препоръки, библиография.

В литературния обзор докторантката компетентно излага процесите свързани с физиологията и патологията на менструалния цикъл, като подробно се спира на предменструалния синдром – определение, епидемиология, етиология и патогенеза. Представени са и възгледите на китайската медицина свързани с предменструалния синдром.

Направен е подробен преглед на различните терапевтични програми, включващи видовете лечебни методи, лечението с методика на китайската медицина, както и връзката между спорта и кинезитерапията в менструалния период.

В този раздел докторантката показва изключително умение за работа с литературните източници, като успешно обобщава библиографския материал в края на раздела. Въз основа на това е изведена логична работна хипотеза.

Целта и задачите на изследването са формулирани компетентно.

Извършено е скринингово анкетно проучване, обхващащо 466 жени в репродуктивна възраст, целящо установяване на разпространението на симптоми на предменструален синдром и менструални нарушения. От тях са подбрани 55 жени със симптоматика на предменструален синдром на средна възраст 20,8 години.

Изследваният контингент е разпределен в три експериментални групи. Методите на изследване включват: анкетна карта, анамнеза, сантиметрия на 4 обиколки, тест на кожни гънки в три зони, аурикулодиагностика с цел оценка на болката.

Формираните 3 експериментални групи провеждат занимания по различни методики, апробирани от докторантката, включващи 5-7 процедури ежедневно преди 3 поредни менструални цикъла. Комплексът от упражнения се изпълнява 3 пъти седмично с времетраене 25-30 минути. Извършени са контролни изследвания – преди започване на лечението, междинни, крайни и късни (1 месец след процедурите).

В първата методика са включени китайски масаж АН МО и комплекс от упражнения, въздействащи върху органите и структурите, свързани с малкия таз. Втората методика включва акупунктура, аурикулотерапия и същия комплекс от упражнения, съдържащи се в първата методика. Третата методика се състои от комплекс от упражнения, заимствани от йога практиките.

Трите методики дават възможност да бъде диференцирано специфичното им въздействие върху симптомите на предменструалния синдром.

Получените експериментални резултати са обработени чрез вариационен и сравнителен анализ при гаранционна вероятност $P > 95\%$.

Анализът на резултатите е задълбочен, прецизен и много подробно направен, като е обърнато внимание на проследяваните показатели при четирикратното изследване (в началото, междинно, в края и един месец след лечението) във всяка от експерименталните групи, както и в междугрупов план.

Изведени са 5 основни извода, които произтичат от целта, задачите и резултатите, и са реален израз на изследователския проект.

Направените от докторантката препоръки са изцяло с практическа насоченост и се основават на натрупания от нея личен практически опит.

Оценявам високо приносния характер на дисертационния труд. Към приносите с научно-теоретичен характер отдавам значение на систематизирания преглед на съвременните схващания за предменструалния синдром, както и проучването на научните изследвания в областта на прилагането на китайските методи на лечение. От приносите с научно-приложен характер изключително много ми допада разработването и прилагането на две комплексни авторски методики, обединяващи съчетанието на кинезитерапията с китайски методи на лечение (АН МО, аурикулотерапия, акупунктура).

Представеният автореферат обективно отразява съдържанието на дисертационния труд и допълва положителното впечатление от цялостната дейност на докторантката.

В допълнение, представените три публикации, свързани с темата на дисертационния труд показват задълбочения интерес на докторантката по отношение на избраната тема.

Заклучение

Представеният труд отговаря напълно на изискванията към подобен вид разработка – обем на изследователските данни, уникалност на данните, създаването на авторски програми за лечение на предменструалния синдром, задълбоченост и компетентност при анализа на резултатите.

Всичко това ми дава основание да предложа на уважаемите членове на Научното жури да дадат своя положителен вот за присъждането на образователната и научна степен „Доктор“ по научната специалност „Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка (вкл. Методика на лечебната

физкултура)", професионално направление 7.4. Обществено
здраве на Татяна Томчова Томова за дисертационния ѝ труд на
тема: „Комплексна кинезитерапия при предменструален
синдром”.

24.04.2017 г.

София

Член на научното жури:

доц. д-р Богдана Илинова

