

СТАНОВИЩЕ

от

проф. Румяна Ташева, доктор

относно:

Дисертационен труд за присъждане на образователна и научна степен „ДОКТОР”, в професионално направление 7.4 Обществено здраве, научна специалност Кинезитерапия
на тема:

**„Ефект на стабилизиращите упражнения върху болки в гърба при
юноши на възраст 19-23 години“**

с автор: Сурвен Метולי,
докторант към катедра ТМКТ, НСА „В. Левски“, София

Научен ръководител: проф. Евгения Димитрова, дн.

Болките в гърба са проблем със социална значимост и актуалност, поради нарастващата честота и необходимостта от научни изследвания в областта на физиотерапията.

Дисертацията е в обем от 109 страници с включени библиография и приложения. Трудът е онагледен с 25 таблици, 21 фигури и 9 графики. Осемте приложения са с анкетните карти от изследването и формуляр за информирано съгласие. В списъка на ползваната литература са посочени 147 източника на латиница.

Дисертационният труд е правилно структуриран с литературен обзор, методология, резултати, изводи, заключение и приложения.

В литературния обзор умело е проследено и анализирано познанието по темата. Включени са:

- Характеристиките на болката и конкретно на болката в поясната област.
- Ролята и влиянието на стабилизиращите упражнения.

Литературният обзор е направен компетентно с обсъждане на представените изследвания. Доброто познаване на литературата по темата проличава от прецизното проследяване на информацията с удачни критични коментари.

Като резултат от анализа на литературните източници подходящо е изведена работна хипотеза относно очакваното подобряване на функционалното състояние на лица с болки в кръста при прилагането на програма със стабилизиращи упражнения.

Целта и 7-те задачи на дисертационния труд са правилно и ясно формулирани.

Прецизно са систематизирани критериите за включване и за изключване в изследването. Резултатите в научния труд са базирани на данните от 39 лица с неспецифична болка в поясната област на възраст от 19 до 23 години.

Методиката на изследване на пациентите е детайлно описана и систематизирана според Koes et al (2010). Използваните визуално аналогова скала за болката (BAC), Oswestry disability questionnaire и Fear-Avoidance Beliefs Questionnaire са приложени удачно преди, на 4-та и 12-та седмици от започване на програмата със стабилизиращи упражнения. Въпросниците правилно са изнесени в приложенията към дисертацията.

Дисертантът показва задълбочени познания при изложената методика на кинезитерапия за засилване на дълбоките сегментарни стабилизатори в поясната област и балансирането им с глобалните повърхностни стабилизатори. Приложението е индивидуално и групово. Професионално са представени методическите указания за изпълнение на упражненията в прогресия.

Резултатите са представени задълбочено с коректен анализ. Детайлният анализ на получените данни доказва статистически значимото подобрене на състоянието на изследваните лица съобразно проследените показатели.

Висока оценка заслужава и посочването на проблемите и ограниченията за прилагане на изследването.

Задълбочените познания на дисертанта по изследваната материя и умелото боравене с резултатите проличават при формулирането на 6-те изводи. Направените препоръки са със съществено значение и насочващи към прогресиране на изследванията в тази насока.

От представения дисертационен труд могат да се дефинират следните приноси:

1. Направеното научно изследване е със социална и актуална стойност.
2. Систематизирани са литературните данни по темата.

3. Разработена е и статистически е доказана ефикасността на програмата за засилване на дълбоките сегментарни стабилизатори при лица с болки в поясната област.
4. Детайлно се анализират аспектите на проблема и се дискутират резултатите, касаещи повлияването на функционалната способност на лицата с неспецифична болка в поясната област чрез програма за активиране на дълбоката сегментарна стабилизация.
5. Формулираните препоръки спомагат за оптимизиране на методиката на физиотерапия при неспецифична болка в поясната област.

Съобразно темата на дисертационния труд са посочени 2 участия в научни конференции и три научни публикации.

Заклучение:

Базирайки се на анализа на дисертационния труд на тема **“ЕФЕКТ НА СТАБИЛИЗИРАЩЕ УПРАЖНЕНИЕ ВЪРХУ БОЛКИ В ГЪРБА ПРИ ЮНОШИ НА ВЪЗРАСТ 19-23 ГОДИНИ”**, гласувам **положително** за присъждане на ОНС “ДОКТОР” в професионално направление 7.4 Обществено здраве, научна специалност „Кинезитерапия” на СУРВЕН МЕТОЛИ към катедра „Теория и методика на кинезитерапията” при НСА „Васил Левски”.

05.12.2022 г.

Изготвил становището:

проф. Румяна Ташева, доктор

STANDPOINT
from
Prof. Rumiana Tasheva, PhD
concerning::

Dissertation thesis for the award of educational and scientific degree
"DOCTOR", in the professional field 7.4 Public Health, scientific specialty
Kinesitherapy
on the topic:

**„Effect of stabilisation exercises on back pain, disability and quality
of life among adolescents aged 19-23”**

author: Surven Metolli,
PhD student at the Department of TMKT, NSA “V. Levski” Sofia
Scientific adviser: Prof. Evgenia Dimitrova, DSc

Back pain is a problem of social importance and relevance, due to the increasing frequency and the need for scientific research in the field of physiotherapy.

The dissertation is a volume of 109 pages with bibliography and appendices. The work is illustrated with 25 tables, 21 figures and 9 graphs. The eight appendices are the survey questionnaires and an informed consent form. In the list of used literature, 147 sources in Latin are indicated.

The dissertation is properly structured with literature review, methodology, results, discussion, conclusion and appendices.

In the literature review, the knowledge on the subject has been skilfully traced and analyzed. They are included:

- The characteristics of pain and specifically of pain in the lumbar region.
- The role and influence of stabilizing exercises.

The literature review is done competently with a discussion of the presented studies. A good knowledge of the literature on the subject is evident from the precise tracking of information with appropriate critical comments.

As a result of the analysis of the literature sources, a working hypothesis regarding the expected improvement of the functional state of persons with low back pain when implementing a program with stabilization exercises was appropriately derived.

The aim and the 7 tasks of the dissertation work are correctly and clearly formulated.

The criteria for inclusion and exclusion in the study are precisely systematized. The results in the scientific work are based on the data of 39 individuals with non-specific pain in the lumbar region aged 19 to 23 years.

The patient research methodology is detailed and systematized according to Koes et al (2010). The Visual Analogue Pain Scale (VAS), Oswestry disability questionnaire and Fear-Avoidance Beliefs Questionnaire were administered appropriately before, at 4 and 12 weeks after starting the stabilization exercise program. The questionnaires are correctly presented in the appendices to the dissertation.

The PhD student shows in-depth knowledge of the presented physiotherapy methodology for strengthening the deep segmental stabilizers in the lumbar region and balancing them with the global surface stabilizers. The implementation is individual and group. The methodical instructions for performing the exercises in progression are professionally presented.

The results are presented thoroughly with correct analysis. The detailed analysis of the obtained data proves the statistically significant improvement of the condition of the examined patients according to the monitored indicators.

The indication of the problems and limitations for the application of the research also deserves a high rating.

The dissertation's in-depth knowledge of the researched matter and skillful handling of the results are evident in the formulation of the 6 conclusions. The recommendations made are of essential importance and guide the progression of research in this direction.

The following contributions can be defined from the presented dissertation work:

1. The scientific research carried out is of social and topical value.
2. The literature data on the subject have been systematized.
3. The efficacy of a program to strengthen the deep segmental stabilizers in individuals with low back pain has been developed and statistically proven.
4. The aspects of the problem are analyzed in detail and the results are discussed regarding the impact on the functional capacity of persons with non-specific pain in the lumbar region through a program for activating the deep segmental stabilization.
5. The formulated recommendations help to optimize the physiotherapy methodology for non-specific pain in the lumbar region.

According to the topic of the dissertation work, 2 participations in scientific conferences and three scientific publications are indicated.

Conclusion:

Based on the analysis of the dissertation work on the topic "EFFECT OF STABILIZING EXERCISES ON BACK PAIN IN YOUNG PEOPLE AGED 19-23", I vote **positively** for awarding the ONS "DOCTOR" in professional direction 7.4 Public Health, scientific specialty "Kinesitherapy" of SURVEN METOLI at the "Theory and Methodology of Kinesitherapy" department at Vasil Levski National Academy of Sciences.

05.12.2022

Prof. Rumiana Tasheva, PhD