

РЕЦЕНЗИЯ

От проф. Галина Стамова Чанева, дм

Член на научно жури за защита на дисертационен труд за
присъждане на ОНС „Доктор” към катедра „Водни спортове”,
Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и туризъм”
На Национална Спортна Академия „ Васил Левски”

На тема:

„Проучване въздействието на рекреативни пакети за медикъл
уелнес (wellness) туризъм”, разработен от докторант Васил Петров
Петров и научен ръководител проф. Бистра Димитрова, д.н.
в професионално направление 7.5. „Здравни грижи”,
Докторска програма „Wellness – промоция на здравето”

Разработеният от Васил Петров дисертационен труд на тема
„Проучване въздействието на рекреативни пакети за медикъл
уелнес (wellness) туризъм” разглежда актуалните проблеми на
модерния Уелнес сектор, като направление за отдих и пазар за
Нишов туризъм или ежедневен здравословен живот, насочен
основно към хора с динамичен начин на живот, които имат
потребност от здравни грижи за бързо и ефективно възстановяване,
както и практикуването на комплексни здравословни програми.

Дисертационният труд е в обем от 136 страници и е
структуриран в четири глави: първа глава – теоретико-
методологична постановка на проблема; втора глава – цел, методи
и организация на изследване; трета глава – резултати и анализ;
четвърта глава – заключение, изводи, препоръки, приноси;

допълнително приложение. Получените данни и резултати от проведеното изследване са нагледно представени на 23 таблици и 58 фигури. Използваната научна литература включва 137 заглавия, от които 47 са на кирилица и 90 - на латиница. Посочени са 32 интернет източници – сайтове на международни и национални институции и организации.

В първа глава на дисертационния труд е описана теоретико-методологичната постановка на проблема. Анализирани са тенденциите в динамикта на Уелнес сектора на основата на социално-икономическата значимост на професионално направление „Здравни грижи“, като са описани съвременните възможности на здравните грижи за рехабилитация, рекреация, превенция и безопасност. Представени са заключенията и обосновките на съвременни автори по отношение на политиката и стратегията на глобалното здравеопазване, здравните грижи и здравните услуги по отношение на здравословния начин на живот и постигане на Уелбийнг в общността. Дефинирани са утвърдени в световната литература основни понятия като: Медикъл Уелнес (Wellness) туризъм, Рехабилитационни/възстановителни (Reha) почивки, Уелнес (Wellness), Уелбийнг (Wellbeing), както и факторите, които обуславят потребността на населението от развитието им. Посочени са данни за повишаване на търсенето в Уелнес туризма през последното десетилетие, но в същото време се очертава един сериозен проблем с осигуряването на сектора с обучени и квалифицирани специалисти. Представен е анализ на обучителните възможности в тази област, като се изтъква приноса на НСА с пет акредитирани програми за Wellness&SPA&Thalasso – от ОКС „бакалавър“ до ОНС „доктор“. Съществено значение е отделено на

теоретико-методологичните подходи на рекреацията при управление на болката. Използвани са разнообразни нагледни материали, които допълват научнообоснованите проблеми на телесната стойка.

Формулираната работна хипотеза се основава на предположението, че зоново насочените Медикъл Уелнес терапии ще обогатят разнообразието от инструменти в пакетите на българския Нишов туризъм.

Във втора глава е представена общата и специализирана методология на дисертационния труд. Формулирани са цел и задачи, които напълно кореспондират на избраната от докторанта тема. Целта е насочена към проучване на ефекта от въздействие на авторска медикъл Уелнес методика и адаптирането ѝ за рекреативни туристически пакети.

В проучването са включени общо 385 човека, като при 169 изследвани лица е приложен тест за болка, разпределени в три групи в зависимост от локализацията на болката. Данните на изследването се основават на качествени и количествени измерими индикатори, регистрирани в пет различни вида измервания, преди и след въздействието на авторска комбинирана методика.

Методите на изследване са правилно подбрани и включват следния инструментариум:

- Проучване, анализиране и обобщаване на информация от литературни източници;

- Наблюдение на профилирани неоперативни въздействия за премахване на болките в гърба и кръста в различни практики;
- Беседи с експерти, относно състоянието и продължителността на процеса по възстановяване при премахване на болката в гърба и кръста;
- Психометричен експеримент – субективно мнение относно прилагане на здравословен начин на живот и състояние на здравния статус; информираност относно ползите от практикуване на рекреативна двигателна активност;
- Комбинирана авторска Медикъл Уелнес методика – 75 минутна комбинирана Медикъл Уелнес процедура, включваща апаратурни и мануални въздействия за премахване на болка при скованост на врата, гърба и кръста и възстановяване на подвижността на лумбалните или шийни прешлени на гръбначния стълб;
- Математико-статистически методи – вариационен анализ и сравнителен анализ.

Описани са трите етапа на проведеното изследване: първи етап – разработване на теоретичното съдържание и методика; втори етап – извършени са тестове и измервания; приложена е авторската методика за въздействие; трети етап – извършена е проверка на ефективността на авторската методика.

В трета глава „Резултати и анализ“ са представени данни относно:

- Проучване и анализ на необходимостта от персонализирани Медикъл Уелнес (Medical Wellness) пакети за Нишов туризъм;
- Разработване на авторски стандартни изисквания за персонализиране на процедури в Медикъл Уелнес (Medical Wellness) пакети;
- Доказване ефекта на авторските персонализирани Медикъл Уелнес (Medical Wellness) пакети в практиката.

Получените резултати от изследователската дейност са задълбочено анализирани при ясно дефиниране на използваната терминология и научен стил за съответната област.

Данните от изследване мнението на респондентите показват, че само 5,34% от изследваните лица живеят напълно здравословно, а спортуват ежедневно само 28%. Значителна част от изследваните лица се оплакват от болки в тялото, като за повече от половината от анкетираните болките са в областта на врата, гърба и кръста. Половината от респондентите водят обездвижен стил на живот и не спортуват, което доказва тревожната тенденция, водеща до усложнения от страна на опорно-двигателната система. Средната възраст на изследваните лица е 41 години. Направен е задълбочен анализ на изследваните лица по възраст, пол, професия, образователна степен, семейно положение.

Съществен принос на разработения дисертационен труд от Васил Петров е създадената персонализирана авторска комбинирана методика за процедури в рамките на Медикъл Уелнес пакети. Модулните подходи на авторската методика включват три основни направления: терапия при превенция на болката;

процедури при превенция на болката и процедури при релаксация за различната локализация на интервенциите. Измерването на ефективността от прилагането на Уелнес програми е базирано на персонални усещания за наличие или отсъствие на болка. Използвани са визуална и цифрова скала за оценка на болката. Прилагането на авторския рекреативен продукт включващ механично-апаратурни, мануални и ниско честотни микро-токови вълни, допълнени с ароматични етерични масла и музикален съпровод на звуци с честота 528 Hz., показва значително намаляване на болката в изследваните области /врат, гръб и лумбална зона/.

За измерване на функционалния статус на подвижността на тялото са използвани валидни медицински тестове, които съдържат определена методическа последователност. Резултатите от приложения в практиката тест за подвижност на лумбалните прешлени на Шобер (Schober test for Lumbar Spine Flexion) показват, че прилагането на авторската персонализирана методика намалява и дори премахва изцяло болката, възстановява се подвижността на лумбалните прешлени на гръбначния стълб, без значение от възрастовата група на изследваните лица. Представен е сравнителен анализ на резултатите преди и след прилагане на авторската персонализирана методика, като изследваните лица са разпределени в четири възрастови групи: под 25 години; от 25 до 40 години; от 40 до 55 години и от 55 до 70 години. Приложени са също така тест за активен обем на движения в лумбалния отдел на гръбначния стълб чрез проба на Томайер, екстензия на тялото, измерена от коремен лег.

Авторската методика е приложена като възстановително средства при пациенти след боледуване от Covid -19, като са анализирани кръвни тестове по пет индикатора за оценка на здравословното състояние на пациента: С – реактивен протеин; чернодробните ензими – ALAT –аланин аминотрансфераза и ASAT – аспартат аминотрансфераза; LDH – лактат дехидрогеназа и креатинин. Задълбоченият анализ на данните показва, че авторската методика може да се прилага под формата на възстановителна Медикъл Уелнес пакет с 10 релаксиращи и балансиращи здравния статус процедури.

Изводите на дисертационния труд са аналитично и синтетично изведени от проведените проучвания, експерименти и тестови изследвания. Установява се положително въздействие и ефективност на разработената авторска методика от докторанта Васил Петров в полза на терапевтичната практика при пациенти с болки в гърба и кръста, както и за поддържане на функционалната подвижност на гръбначния стълб. Проучването установява, че значителна част от младите хора изпитват периодично болки и дискомфорт, както и себеусещане за липса на енергия. Персонализираните Медикъл Уелнес въздействия се отразяват благоприятно върху функционалната подвижност на гръбначния стълб и могат да спомогнат за преодоляването на стереотипа за обездвиженост, както и налагането на нов стил на здравословен живот.

Формулираните препоръки са насочени към практиката - за прилагане на комбинирана авторска методика водеща до повишаване на мотивацията и здравословен начин на живот; обучение и развитие на професионалните компетенции на

специалистите от тази област за спазване на стандарти при прилагане на комбинирана методика в Медикъл Уелнес въздействията.

Приносите на разработения от Васил Петров дисертационен труд имат теоретичен и практически характер: доказан е ефекта от въздействие на персонализирана авторска методика за премахване на болката в гърба и кръста чрез обективни индикатори; анализирани са проблемите относно осигуряването на специалисти за Уелнес сектора; доказана е връзката между персонализираната авторска методика и подобряването на качеството на живот, както и необходимостта от разработване на нови персонализирани Медикъл Уелнес пакети за Нишов туризъм.

Докторантът се е съобразил с направените препоръки при защитата пред разширения катедрен съвет. Представеният списък с публикации, самостоятелни и в съавторство отговарят на изискванията за придобиване на образователната и научна степен „доктор“. Представеният автореферат на български и английски език е в съответствие с материала представен в дисертационната разработка. Не е установено наличие на плагиатство.

Заключение

Разработеният от Васил Петров Петров дисертационен труд на тема: „Проучване въздействието на рекреативни пакети за медикъл уелнес (wellness) туризъм“ поставя акцент върху социалната значимост на медикъл уелнес процедурите за осигуряване на здравословен начин на живот. Дисертационният

труд отговаря на изискванията на Наредбата за придобиване на ОНС „Доктор” в НСА „Васил Левски”.

Основавайки се на изготвената рецензия, давам своята положителна оценка и препоръчвам на членовете на Научното жури да вземат решение за присъждане на ОНС „Доктор” в област на висше образование 7. Здравеопазване и спорт в Професионално направление 7.5. Здравни грижи към Катедра „Водни спортове“ на Национална спортна академия „Васил Левски“ на Васил Петров Петров.

24.09.2024

Рецензент: Проф. Г. Чанева, дм

REVIEW

By Prof. Galina Stamova Tchaneva, Ph.D

Member of the scientific jury for the defense of a dissertation work
for awarding the ESD "Doctor" to the Department of "Aquatic Sports",

Faculty of "Public Health, Health Care and Tourism"

at the National Sports Academy "Vasil Levski"

On the subject:

"Study of the impact of recreational packages for medical wellness
(wellness) tourism", developed by doctoral student Vasil Petrov Petrov
and scientific supervisor Prof. Bistra Dimitrova, Ph.D.

in a professional direction 7.5. "Health care",

PhD program "Wellness - health promotion"

The dissertation work developed by Vasil Petrov on the topic
"Research on the impact of recreational packages for medical wellness
(wellness) tourism" examines the current problems of the modern
Wellness sector, such as a direction for recreation and a market for niche
tourism or everyday healthy life, aimed mainly at people with a dynamic
lifestyles that require health care for quick and effective recovery, as well
as the practice of complex health programs.

The dissertation has a volume of 136 pages and is structured in
four chapters: first chapter – theoretical and methodological statement of
the problem; second chapter – purpose, methods and organization of

research; third chapter – results and analysis; chapter four – conclusion, conclusions, recommendations, contributions; additional appendix. The obtained data and results of the conducted research are graphically presented in 23 tables and 58 figures. The used scientific literature includes 137 titles, of which 47 are in Cyrillic and 90 are in Latin. 32 Internet sources are listed - websites of international and national institutions and organizations.

The first chapter of the dissertation describes the theoretical-methodological formulation of the problem. The trends in the dynamics of the Wellness sector are analyzed on the basis of the socio-economic significance of the "Health Care" professional direction, and the modern possibilities of health care for rehabilitation, recreation, prevention and safety are described. Presented are the conclusions and rationales of contemporary authors regarding the policy and strategy of global health, health care and health services in relation to healthy lifestyles and achieving Wellbeing in the community. Basic concepts such as: Medical Wellness (Wellness) tourism, Rehabilitation/restorative (Reha) holidays, Wellness (Wellness), Wellbeing (Wellbeing), as well as the factors that condition the population's need for their development, have been defined in the world literature. There are data showing an increase in demand in Wellness tourism over the last decade, but at the same time, a serious problem with providing the sector with trained and qualified specialists is emerging. An analysis of the educational opportunities in this area is presented, highlighting the contribution of the National Academy of Sciences with five accredited programs for Wellness&SPA&Thalasso - from the ECD "bachelor" to the ESD "doctor". Significant importance is given to the theoretical-methodological approaches of recreation in pain

management. A variety of visual materials are used to complement the science-based issues of body posture.

The formulated working hypothesis is based on the assumption that zone-oriented Medical Wellness therapies will enrich the variety of tools in the packages of the Bulgarian Niche tourism.

In the second chapter, the general and specialized methodology of the dissertation is presented. A goal and tasks have been formulated that fully correspond to the topic chosen by the doctoral student. The goal is aimed at researching the effect of an author's medical wellness methodology and its adaptation for recreational tourist packages.

A total of 385 people were included in the study, and a pain test was applied to 169 subjects, divided into three groups depending on the localization of pain. The research data is based on qualitative and quantitative measurable indicators registered in five different types of measurements, before and after the impact of the author's combined methodology.

Research methods are properly selected and include the following tools:

- Researching, analyzing and summarizing information from literary sources
- Observation of profiled non-operative effects for back and low back pain relief in different practices
- Conversations with experts regarding the status and duration of the recovery process in eliminating back and lower back pain.

- Psychometric experiment – subjective opinion regarding implementation of a healthy lifestyle and state of health status; awareness about the benefits of practicing recreational motor activity.

- Combined author's Medical Wellness methodology – a 75-minute combined Medical Wellness procedure, including apparatus and manual effects to eliminate pain from neck, back and waist stiffness and restore mobility of the lumbar or cervical vertebrae of the spine.

- Mathematical and statistical methods – variational analysis and comparative analysis.

The three stages of the conducted research are described: first stage – development of the theoretical content and methodology; second stage – tests and measurements were carried out; the author's impact methodology is applied; third stage - the effectiveness of the author's methodology was verified.

In the third chapter "Results and Analysis" data are presented regarding:

- Research and analysis of the need for personalized Medical Wellness packages for Niche tourism

- Development of author's standard requirements for customizing procedures in Medical Wellness packages.

- Proving the effect of the author's personalized Medical Wellness packages in practice.

The obtained results of the research activity are thoroughly analyzed with a clear definition of the used terminology and scientific style for the relevant field.

The data from the survey of the opinion of the respondents show that only 5.34% of the surveyed persons live a completely healthy life, and only 28% exercise daily. A significant part of the surveyed persons complain of body pains, and for more than half of the respondents, the pains are in the neck, back and waist area. Half of the respondents lead a sedentary lifestyle and do not do sports, which proves the alarming trend leading to complications from the locomotor system. The average age of the subjects was 41 years. An in-depth analysis was made of the examined persons by age, gender, profession, educational level, family status.

A significant contribution of the dissertation work developed by Vasil Petrov is the created personalized author's combined methodology for procedures within Medical Wellness packages. The modular approaches of the author's methodology include three main directions: pain prevention therapy; pain prevention procedures and relaxation procedures for the different localization of interventions. Measuring the effectiveness of the implementation of Wellness programs is based on personal sensations of the presence or absence of pain. A visual and a numerical pain rating scale were used. The application of the author's recreational product including mechanical-apparatus, manual and low-frequency micro-current waves, supplemented with aromatic essential oils and musical accompaniment of sounds with a frequency of 528 hz., shows a significant reduction of pain in the examined areas / neck, back and lumbar area /.

To measure the functional status of the mobility of the body, valid medical tests are used, which contain a certain methodological sequence. The results of the Schober test for Lumbar Spine Flexion applied in practice show that the application of the author's personalized

methodology reduces and even completely eliminates pain, restores the mobility of the lumbar vertebrae of the spine, regardless of age group of subjects. A comparative analysis of the results before and after application of the author's personalized methodology is presented, with the examined persons divided into four age groups: under 25 years; from 25 to 40 years; from 40 to 55 years and from 55 to 70 years. An active range of motion test in the lumbar spine using the Tomeier test, body extension measured from the prone position, was also administered.

The author's methodology was applied as a restorative agent for patients after being sick with Covid-19, and blood tests were analyzed according to five indicators for assessing the patient's state of health: C-reactive protein; liver enzymes - ALAT - alanine aminotransferase and ASAT - aspartate aminotransferase; LDH – lactate dehydrogenase and creatinine. The in-depth analysis of the data shows that the author's methodology can be applied in the form of a restorative Medical Wellness package with 10 relaxing and balancing health status procedures.

The conclusions of the dissertation are analytically and synthetically derived from the conducted studies, experiments and test studies. A positive impact and effectiveness of the author's methodology developed by doctoral student Vasil Petrov is established for the benefit of therapeutic practice in patients with back and low back pain, as well as for maintaining the functional mobility of the spine. The study found that a significant proportion of young people experience periodic pain and discomfort, as well as a self-perception of a lack of energy. Personalized Medical Wellness effects have a beneficial effect on the functional mobility of the spine and can help overcome the stereotype of immobility, as well as imposing a new healthy lifestyle.

The formulated recommendations are aimed at practice - for the application of a combined author's methodology leading to an increase in motivation and a healthy lifestyle; training and development of the professional competences of the specialists in this field to comply with standards when applying a combined methodology in Medical Wellness impacts.

The contributions of the dissertation work developed by Vasil Petrov have a theoretical and practical nature: the impact effect of a personalized author's methodology for eliminating back and lower back pain through objective indicators has been proven; the problems regarding the provision of specialists for the Wellness sector are analyzed; the relationship between the personalized author's methodology and the improvement of the quality of life has been proven, as well as the need to develop new personalized Medical Wellness packages for Niche tourism.

The doctoral candidate has complied with the recommendations made during the defense before the extended departmental council. The presented list of publications, both individual and co-authored, meets the requirements for obtaining the academic degree of "Doctor." The submitted abstract in Bulgarian and English is consistent with the material presented in the dissertation. No evidence of plagiarism has been found.

Conclusion

The dissertation work developed by Vasil Petrov Petrov on the topic: "Study the impact of recreational packages for medical wellness (wellness) tourism" emphasizes the social significance of medical

wellness procedures for ensuring a healthy lifestyle. The dissertation meets the requirements of the Ordinance for the acquisition of the ESD "Doctor" at the National Academy of Sports "Vasil Levski".

Based on the prepared review, I give my positive assessment and recommend to the members of the Scientific Jury to make a decision to award the ESD "Doctor" in the field of higher education 7. Health care and sports in Professional direction 7.5. Health care at the Water Sports Department of National Sports Academy "Vasil Levski" to Vasil Petrov Petrov.

24.09.2024

Reviewer: Prof. G. Tchaneva, PhD