

До председателя на научното жури, определено със заповед 2295/22.11.2016 на Ректора на НСА „В. Левски“

СТАНОВИЩЕ

от

Доц. д-р Владимир Любенов Русимов, дм
Началник клиника „Артроскопска Травматология“ към КОТРХ-ВМА

Относно: Дисертационен труд за присъждане на образователна и научна степен „ДОКТОР“ в професионално направление 7.4 „Обществено здраве“, научна специалност Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка, на тема:

„ПРОФИЛАКТИКА НА ТРАВМИТЕ НА КОЛЯННАТА СТАВА В БАСКЕТБОЛА“

Автор:

Георги Димитров Митрев, редовен докторант към катедра ТМКТ, НСА „В. Левски“, София

Баскетболът е динамичен спорт с широка популярност. Практикуването му изисква съчетание от скоростно силови качества и издръжливост. Динамиката и интензивността на натоварванията често излагат на риск от травми колянната става. Предложеният за становище труд е още един опит да се изгради и приложи в практиката профилактична кинезитерапевтична програма, целяща да намали този травматичен риск.

Трудът е написан на 147 страници със стандартна структура - увод, цел и задачи, литературен обзор, собствени проучвания, изводи, заключение, библиографска справка и приложения. Целта е точно дефинирана: да се разработят специализирана система за функционално изследване и адаптирана към баскетболните тренировки програма по кинезитерапия за профилактика на травмите в колянната става. За постигане на набелязаната цел авторът поставя 5 задачи. Същите са ясно формулирани, конкретни, изпълними и логично съответстващи на целта на изследването.

Литературният обзор заема 45 страници. Подробно са разгледани анатомичните характеристики на колянната става, костния строеж, морфологията и функцията на интраартикуларните мекотъканни структури и околната мускулатура, биомеханичните параметри и кинезиологичните

аспекти на коляното. Направен е обзор на травматичните увреди на колянната става с ударение върху мекотъканните поражения: лезии на кръстните връзки, колатералните лигаменти и менискусите. Вниманиe е обърнато върху спецификата на баскетболния травматизъм и известните в литературата профилактични мерки за неговото предотвратяване. Разгледани са тактиките за превенция на капсуло-лигаментарните коленни увреди: проприоцептивни тренировки, термотерапия, масажи, стречинг, плиометрични упражнения и др.

Контингентът на проучването е съставен от 65 здрави атлети баскетболисти на възраст 14-35 години от школата и професионалния мъжки отбор на баскетболен клуб „Рилски спортист“ и националния отбор на България за юноши до 18 години през 2014 г. същите са обособени в три групи: основна и допълнителна работни и контролна. При всички е приложена програма за профилактика, като преди и след провеждането ѝ са регистрирани редица данни и параметри, имащи непосредствено отношение към проблематиката на проучването. Отчитани са антропометричните данни (ръст, тегло, абсолютна и относителна дължина на долните крайници), медиолатералната стабилност в колянната става, тест за еластичност на ишио-круралната мускулна група, тест за еластичност на *m. rectus femoris* на Duncan-Ely, тест на Patric за еластичност на тазобедрените аддуктори, тест на Ober за еластичност на илиотибиалния тракт, измерване на Q-ъгъл в КС, тест за баланс и координация Shark skill. Изпълнението и регистрирането на всички изследвания и параметри е подробно описано, мотивирано и илюстрирано. Въз основа на изследванията е изработена комплексна система за функционална оценка, служеща за база за отчитането на ефективността на предложената профилактична програма.

Кинезитерапевтична програма, предложена от автора има няколко основни аспекта. Първият е систематизирането на контингента съгласно комплексната функционална оценъчна система. Вторият аспект е приложението на специфични кинезитерапевтични методики и инструменти, насочени към релаксиране на мускули с намалена еластичност. Приложението им се провежда на база резултатите от функционалната оценка.

Финалното направление е селектирането на подходящи упражнения за овладяване на мускулния дисбаланс. Програмата включва 20 упражнения, подбрани според данните от тестовете за функционална диагностика. Много важен елемент от кинезитерапевтичната програма е адаптирането ѝ към баскетболния тренировъчен процес. Техниките на всяко упражнение са детайлно дефинирани, описани и онагледени в съответното приложение. Състезателите са обучени да прилагат преди всяка тренировка

специализираните техники самостоятелно като автопир и стречинг упражнения двукратно дневно. След 40 дни са правени повторни изследвания и резултатите са съпоставяни с началните. В контролната група е провеждала стандартна физическа и баскетболна подготовка и специализираните техники и упражнения при нея не са прилагани.

Резултати от проучването са подробно и коректно представени и систематизирани в 35 таблици и графики. Получените резултати са обработени и анализирани статистически с използване на вариационен и непараметричен анализ. Данните категорично сочат, че при работните групи вследствие приложението на профилактичната програма са настъпили количествено доловими и статистически достоверни промени в посока повишаване еластичността на ишиокруралните мускули аддукторите, *m. iliopsoas* и *m. quadriceps femoris*. В контролната група подобни тенденции не бяха регистрирани или бяха статистически незначими.

Въз основа на резултатите и техния анализ може да се приеме, че предлаганата кинезитерапевтична програма за профилактика реално постига увеличаване на мускулната еластичност, намалява асиметрията и редуцира стойностите на Q-ъгъла. Подобряването на тези параметри несъмнено има пряка връзка с редуциране на травматичния риск за колянната става.

Трудът завършва със 7 извода. Същите са конкретни, обвързани с поставените задачи и свидетелстват за изпълнение на целта на проучването.

Библиографската справка е от 106 заглавия – 23 на кирилица и 83 на латиница. Преобладават публикациите от последните години в реномирани източници.

Георги Митрев представя 4 публикации във връзка с дисертационния труд, от които 1 е участие в авторитетен европейски конгрес.

Заключение

Предложеният за становище дисертационен труд на тема “Профилактика на травмите на колянната става в баскетбола” заслужава положителна оценка, поради задълбоченото изследване на разглеждания проблем и практическите ползи от него при профилактика на травмите на коляното. Препоръчвам на Уважаемите членове на разширения научен съвет да присъди образователната и научна степен “Доктор” на Георги Митрев, в професионално направление 7.4 Обществено здраве, научна специалност Теория и методика на физическото възпитание и спортната тренировка (вкл. Методика на лечебната физкултура).

София, 25.11.2016 г

Доц. д-р Владимир Русимов, дм

