

## **С Т А Н О В И Щ Е**

**от доц. Дияна Попова-Добрева, доктор**

**относно дисертационен труд на тема „ Кинезитерапевтична  
програма за овладяване на синдрома на хронична умора”**

**представен от Любов-Милени Атанасова Петрова**

**с научен ръководител доц. д-р. Богдана Илинова, доктор**

**за присъждане на образователната и научна степен „Доктор”  
Професионално направление 7.4. Обществено здраве**

Дисертационният труд е в обем от 181 страници, вкл. 22 стр. списък на използвана литература от 184 източници (24 на кирилица и 144 на латиница и 16 интернет сайта, без посочена дата на ползване) и 10 приложения (11 стр.).

Дисертацията е структурирана стандартно и включва увод, литературен обзор, методология на научното изследване, резултати и анализ, изводи и препоръки за практиката, заключение, библиография и приложение.

В представения литературен обзор авторските права на цитираните автори са спазени.

В края на литературния обзор е представена работна хипотеза, която би следвало ясно да подчертае, че програмите са изцяло изградени от елементи на китайската медицина.

Целта на дисертационния труд и поставените задачи са свързани с проблематиката на изследването.

Организацията и методите на изследването са добре описани.

Дисертационният труд е разработен на основата на резултатите от научен експеримент с 67 пациента, изследвани и лекувани в периода 2017-2020 г в Холистичен център към „Ламонита“ ООД.

Уточнени са критериите за участие в изследването и критериите за изключване. Лекуваните пациенти са разделени на две групи: експериментална (34 души) и контролна (33 души).

Направена е характеристика на контингента на изследване по пол; възраст; наличие на болка в мускулите, главоболие, болка в ставите, нарушен сън, повтаряща се болка в гърлото, хронична умора; давност на усещането за хронична умора.

Проведена е анкета за допускане в програмата, в която са проследени следните симптоми: продължителност на възстановяването след натоварване продължаващо повече от 24 часа; нарушена концентрация и краткосрочна памет; болка в мускулите; болка в ставите без подуване и зачервяване; главоболие; нарушен сън; увеличени лимфни възли; често повтарящо възпаление на гърлото. Тези симптоми са проследени и в края на десетата процедура, както и три месеца след приключване на лечението (на четвъртия месец).

Методите на изследване включват:

- Анкета (тест за установяване на синдром на хроничната умора). Уточнени са критериите за приемане, че е наличен синдром на хронична умора;
- SF-36;
- Тест на Ott;
- Тест на Schober;
- Сантиметрия за измерване на екстензията на гръбначния стълб от лег (разстояние от *incisura jugularis* до повърхността на кушетката);

- Силова издръжливост на коремна мускулатура;
- Силова издръжливост на паравертебрална мускулатура.

Методиката на лечение е представена с цел и задачи. Последните две от задачите („Да се даде широко разбиране на симптомите на СХУ в България“ и „ Да се приложат и популяризират препоръки за практиката, за справяне със синдрома на хронична умора“ би могло да се поставят като задачи на изследването, а не на лечението.

Използваните средства на лечение са акупунктура; китайски традиционен масаж; вакуум терапия с вендузи. Средствата са подробно обяснени, онагледени и са представени подходящи методически указания за приложението им.

Представени са схеми на процедурите за контролната и експерименталната група. Лечебната методика на експерименталната група включва акупунктура и вакуум терапия с вендузи, а тази на контролната група китайски точков масаж и вакуум терапия с вендузи.

В раздел анализ на резултатите са представени: анализ на промените в началото и в края на лечението в показателите на SF-36; сантиметрията за измерване на екстензията на гръбначния стълб; резултатите от пробата на Schober и Ott; както и силовата издръжливост на коремна и паравертебрална мускулатура. Проследени и анализирани са промените в наличието на симптоми на синдрома на хронична умора в началото, след края на лечението и три месеца по-късно (на четвъртия месец). Подчертани са тенденциите в краткосрочния и дългосрочния ефект от приложението на терапиите за контролната и експерименталната група.

Направените изводи произтичат от резултатите на изследването.

Изведените препоръките за практиката са уместни и полезни. Оценявам положително по достойнство систематизираните

приложения и най-вече направените препоръки към пациентите свързани с техните дейности от ежедневието.

За основно достойнство на представената дисертация считам съставените и апробирани методики на лечение на синдрома на хронична умора, които могат да бъдат въведени в кинезитерапевтичната практика.

### **Заключение**

**Считам че, представения дисертационен труд на тема: „Кинезитерапевтична програма за овладяване на синдрома на хроничната умора” от Любов-Милени Атанасова Петрова, отговаря на изискванията за такъв вид разработка и предлагам на Уважаемото научно жури да му присъди научно-образователната степен „Доктор” Професионално направление 7.4. Обществено здраве.**

**24.06.20 г**

**доц. Дияна Попова-Добрева, доктор**

## **STANDPOINT**

**from Assoc. Prof. Diana Popova-Dobrev, Ph.D.**

**about the dissertation entitled " Kinesitherapeutic program for the  
management of chronic fatigue syndrome ",**

**presented by Lyubov-Mileni Atanasova Petrova**

**Scientific supervisor: Assoc. Prof. Dr. Bogdana Ilinova, Ph.D.**

**for the award of the Doctoral degree**

**Professional Field 7.4. Public Health**

The dissertation thesis is in a volume of 181 pages, incl. 22 pages list of references from 184 sources (24 in Cyrillic and 144 in Latin and 16 websites, without specified date of use) and 10 appendices (11 pages).

The dissertation is structured as standard and includes an introduction, literature review, research methodology, results and analysis, conclusions, and recommendations for practice, conclusion, bibliography, and application.

The copyrights of the cited authors are respected in the presented literature review.

At the end of the literature review, a working hypothesis is presented, which should clearly emphasize that the programs are made entirely of elements of Chinese medicine.

The purpose of the dissertation and the set tasks are related to the research issues.

The organization and methods of the study are well described.

The dissertation is based on the results of a scientific experiment with 67 patients studied and treated in the period 2017-2020. in Holistic Center at Lamonita Ltd.

Criteria for participation in the study and exclusion criteria are specified. The treated patients were divided into two groups: experimental (34 people) and control (33 people).

Characterization of the contingent of gender surveys; age; the presence of muscle pain, headache, joint pain, disturbed sleep, recurrent sore throat, chronic fatigue; prescription of the feeling of chronic fatigue has been made.

An admission survey was conducted in the program, in which the following symptoms were monitored: duration of recovery after exercise lasting more than 24 hours; impaired concentration and short-term memory; muscle pain; joint pain without swelling and redness; headache; disturbed sleep; enlarged lymph nodes; often a recurrent sore throat. These symptoms were followed at the end of the tenth procedure, as well as three months after the end of treatment (in the fourth month).

Research methods include:

- questionnaire (test for chronic fatigue syndrome). The criteria for assuming that there is a chronic fatigue syndrome are specified;

- SF-36;

- Ott test;

- Schober test;

- Centimeter to measure the extension of the spine from lying down (distance from the incisura jugularis to the surface of the couch);

- Strength endurance of abdominal muscles;
- Strength endurance of paravertebral muscles.

The methodology of treatment is presented with purpose and tasks. The last two of the tasks ("To give a broad understanding of the symptoms of chronic fatigue syndrome in Bulgaria" and "To implement and promote recommendations for the practice of dealing with chronic fatigue syndrome" could be set as the tasks of the study, not treatment.

The treatments used are acupuncture; Chinese traditional massage; vacuum therapy with suction cups. The tools are explained in detail, illustrated and appropriate methodological guidelines for their application are presented. Schemes of the procedures for the control and experimental group are presented. The treatment methodology of the experimental group includes acupuncture and vacuum therapy with suction cups, and that of the control group Chinese acupressure and vacuum therapy with suction cups.

In the section analysis of the results are presented: analysis of the changes at the beginning and at the end of the treatment in the indicators of SF-36; the centimeter to measure the extension of the spine; the results of the Schober and Ott test; as well as the strength endurance of abdominal and paravertebral muscles. The changes in the presence of symptoms of chronic fatigue syndrome at the beginning, after the end of treatment and three months later (in the fourth month), were monitored and analyzed. The tendencies in the short-term and long-term effects of the application of the therapies for the control and experimental group are emphasized.

The conclusions are drawn from the results of the study. The presented recommendations for the practice are relevant and useful. I appreciate with dignity the systematized applications and especially the recommendations made to patients related to their daily activities.

The main merit of the presented dissertation is the compiled and tested methods of treatment of chronic fatigue syndrome, which can be introduced in the kinesitherapeutic practice.

## **Conclusion**

**My opinion is that, the dissertation thesis entitled "Kinesitherapeutic program for the management of chronic fatigue syndrome" by Lyubov-Mileni Atanasova Petrova, meets the requirements for this type of development and I offer to the Honorable Scientific Jury the award of the Doctor's degree Professional Field 7.4. Public Health.**

June 24, 2020,

Assoc. Prof. Diana Popova-Dobreva, PhD