



Łódź, dnia 21 sierpnia 2023 roku

R E C E N Z J A

rozprawy doktorskiej magister Ewy Szczepaniak-Kucharskiej pt.:

Ocena skuteczności stosowania ćwiczeń wzmacniających vs rozluźniających u pacjentów pracujących długotrwale w pozycji siedzącej z mechanicznym bólem kręgosłupa.

Bóle kręgosłupa w chwili obecnej stanowią bardzo poważny problem zarówno medyczny jak i społeczny, a także psychiczny dla pacjentów. Według różnych statystyk stanowi on najczęstszą przyczynę zgłaszania się do lekarza i może dotyczyć nawet 70% społeczeństwa. Długo utrzymujące się bóle kręgosłupa, często zmuszają pacjentów do zmiany stanowiska pracy lub jego modyfikacji, a także stanowią znaczny problem w życiu rodzinnym i społecznym. Dotyczy na ogół ludzi w okresie pełnej aktywności zawodowej i społecznej stając się tym samym chorobą XXI wieku.

Z tego powodu podjęcie, przez Doktorantkę badań nad tym trudnym, a zarazem ciekawym zagadnieniem należy przyjąć z dużym uznaniem.

Przedstawiona mi do oceny rozprawa doktorska pani magister Ewy Szczepaniak-Kucharskiej jest estetyczną monografią, obejmującą 83 strony druku komputerowego, uzupełnionych 23 tabelami oraz 17 wykresami. Piśmiennictwo specjalistyczne obejmuje 96 pozycji.

Rozprawę doktorską magister Ewy Szczepaniak-Kucharskiej rozpoczyna wstęp, w którym omawia problematykę związaną z mechanicznym bólem kręgosłupa, anatomię kręgosłupa oraz diagnostykę bóli. Rozdział ten kończy opis metod leczenia mechanicznego bólu kręgosłupa.

W rozdziale 2 Doktorantka przedstawiła cele swojej pracy, które obejmowały ocenę skuteczności stosowanych ćwiczeń u pacjentów z mechanicznym bólem kręgosłupa, ocenę wpływu posiadania wiedzy oraz przestrzegania zasad ergonomii

na stanowisku pracy na mechaniczny ból kręgosłupa, a także ocenę wpływu aktywności fizycznej badanych na dolegliwości bólowe kręgosłupa.

W celu realizacji zamierzonych celów Doktorantka przeprowadziła analizę retrospektywną 90 pacjentów, w tym 40 kobiet i 50 mężczyzn, w średnim wieku 34 lat, którzy pracowali długotrwale, od 6 do 10 godzin dziennie, w pozycji siedzącej (praca przy komputerze) w dużym zakładzie produkcyjnym na terenie Łodzi i zgłaszali mechaniczny ból kręgosłupa.

Pacjenci zostali podzieleni na trzy grupy - po 30 osób w każdej w zależności od rodzaju wykonywanych ćwiczeń. Każdy pacjent został dokładnie poinformowany jak prawidłowo wykonywać zadane ćwiczenia. Program ćwiczeń trwał 3 miesiące. Pacjenci zostali zakwalifikowani do jednej z grup badanej na podstawie indywidualnego wywiadu medycznego.

Do analizy danych Doktorantka wykorzystwała informacje uzyskane z wypełnionych przez pacjentów ankiet oraz analizy kwestionariuszy, w tym Rolland-Morris, Oswestry i SF-12. Dane sporządzano dla każdego pacjenta przed rozpoczęciem programu ćwiczeń, jak i po jego zakończeniu.

Wyniki badań opracowano statystycznie przy pomocy wybranych testów.

W kolejnym 4 rozdziale Doktorantka omówiła wyniki przeprowadzonych badań, które przedstawiła w logicznych tabelach i wykresach umożliwiającym dokładne ich przeanalizowanie.

Z przeprowadzonych badań wynika, że stosowanie ćwiczeń wzmacniających u pacjentów z mechanicznym bólem kręgosłupa w znacznej mierze poprawia funkcję i zmniejsza dolegliwości bóle kręgosłupa. Posiadanie wiedzy oraz przestrzeganie zasad ergonomii na stanowisku pracy zmniejsza częstość, a także intensywność mechanicznego bólu kręgosłupa. Stwierdzono też, że aktywność fizyczna wpływa na zmniejszenie odczuwania dolegliwości bólowych kręgosłupa.

Przed ćwiczeniami średni poziom bólu wynosił 4 pkt, po ćwiczeniach zmalał do 2.5 punktu. Doktorantka wykazała, że dolegliwości bólowe kręgosłupa zaczynały się zwykle po 7-10 latach pracy w pozycji siedzącej. W tej grupie badanych zaobserwowano także największą rozpiętość oceny bólu kręgosłupa. Staż pracy oraz liczba godzin spędzonych w pozycji siedzącej w istotny sposób wpływał na nasilenie się dolegliwości bólowych kręgosłupa. Pozytywnym wynikiem badań Doktorantki była obserwacja wykazująca, że większość z badanych znała i przestrzegała zasady prawidłowej pracy w pozycji siedzącej.

Badania wykazały także, że najbardziej skuteczne okazały się ćwiczenia wzmacniające mięśnie w grupie wiekowej 32-41 lat.

W dalszej części rozprawy Doktorantka przeprowadza dojrzałą i rzeczową dyskusję w której zawarła szczegółową analizę wyników uzyskanych na podstawie przeprowadzonych badań. Doktorantka analizując szczegółowo wyniki swoich badań czyni swoisty wkład w rozwiązywaniu istotnych problemów związanych z omawianą problematyką. Polemika, którą przeprowadza jest dojrzała i rzeczowa. Zawiera najistotniejsze problemy poruszane w rozprawie doktorskiej. Poszczególne omawiane parametry omawia z dużą dokładnością, w czym pomagają czytelne tabele.

Wnioski, w liczbie 3, zawarte w rozdziale 6 stanowią podsumowanie badań mgr Ewy Szczepaniak-Kucharskiej. Mają one głównie znaczenie praktyczne i poznawcze, a także duże znaczenie dla badaczy zajmujących się problematyką chorób kręgosłupa.

Spis piśmiennictwa zawiera 96 pozycji i pochodzi z ostatnich 20 lat, poza rodzimym, w zasadzie angielskojęzyczne z dość dobrą reprezentacją prac z ostatnich 5 lat. Poszczególne pozycje piśmiennictwa są poprawnie cytowane w rozprawie.

Ostatni rozdział pracy stanowią streszczenia w języku polskim i angielskim

Na podstawie oceny całości pracy stwierdzam, że Autorka wykazała umiejętność wyboru aktualnego zagadnienia naukowego, dobrała właściwą metodykę pracy i przeprowadziła badania stosując prawidłowo dobrane metody. Wnioski pracy zredagowała w oparciu o uzyskane wyniki, które, w mojej ocenie, mają znaczenie praktyczne dla lekarzy zajmującymi się problematyką dolegliwości bólowych kręgosłupa,

Rozprawa doktorska magister Ewy Szczepaniak-Kucharskiej pt.: *„Ocena skuteczności stosowania ćwiczeń wzmacniających vs rozluźniających u pacjentów pracujących długotrwale w pozycji siedzącej z mechanicznym bólem kręgosłupa.*

stanowi interesujący i nowatorski dorobek Autorki i jednocześnie oryginalne podejście do problemu naukowego jakim są bóle kręgosłupa. Przedstawiona mi do oceny praca świadczy o umiejętności formułowania problemów i założeń badawczych, a także o trafności wyboru metod i narzędzi badawczych.

Rozprawa została starannie napisana i estetycznie udokumentowana.

Doktorantka wykazała dużą dociekliwość badawczą, dobre przygotowanie fachowe oraz konsekwencję w realizacji wybranego zagadnienia naukowego. Przedstawiona praca prezentuje dobrą ogólną wiedzę teoretyczną w dyscyplinie nauk medycznych, sama zaś Kandydatka udowodniła, że potrafi samodzielnie przeprowadzić ciekawe badania naukowe.

Praca ta daje podstawy do stwierdzenia, że rozprawa doktorska spełnia warunki określone w art. 187 Ustawy z dnia 20 lipca 2018 roku - Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (Dz. U. 2018 poz. 1668).

Z przekonaniem o jej wartości naukowej, a szczególnie praktycznej, mam zaszczyt przedstawić Prodzikanowi ds. Nauki Wydziału Lekarskiego Uniwersytetu Medycznego w Łodzi wniosek o dopuszczenie magister Ewy Szczepaniak-Kucharskiej do dalszych etapów przewodu doktorskiego.



Prof. dr hab. med. Marek Synder