

Streszczenie rozprawy doktorskiej na temat:

„Ocena skuteczności terapeutycznej metody McKenzie wzbogaconej technikami energii mięśniowej w leczeniu przewlekłego zespołu bólowego lędźwiowego odcinka kręgosłupa”.

Promotor: dr hab. med. prof. AWF Tadeusz Trzaska

Promotor pomocniczy: dr hab. Paweł Szulc

Doktorant: mgr Michał Wendt

Celem niniejszej pracy było zbadanie efektywności kombinacji metody McKenziego z Technikami Energii Mięśniowej (MET) i porównanie z wynikami leczenia klasyczną metodą McKenziego oraz standardowym leczeniem fizjoterapeutycznym przewlekłego bólu odcinka lędźwiowego kręgosłupa.

Materiał badawczy stanowiło 60 osób w przedziale wiekowym pomiędzy 33-53 lata. Wszyscy pacjenci charakteryzowali się przewlekłym zespołem bólowym lędźwiowego odcinka kręgosłupa, a ich objawy trwały dłużej niż 3 miesiące. Materiał badawczy został rozdzielony do jednej z trzech grup terapeutycznych (po 20 osób w każdej): 1) Metoda McKenzie wzbogacona o Techniki Energii Mięśniowej, 2) klasyczna metoda McKenzie, 3) standardowa fizjoterapia (masaż klasyczny, ćwiczenia wzmacniające, laseroterapia, elektroterapia TENS). Wszystkie trzy terapie zaplanowano na 10 zabiegów. W badaniu wykorzystano następujące metody badawcze: elektrogoniometr tensometryczny firmy Penny & Giles, kwestionariusz Owestry (ODI) oraz skala bólowa VAS. Zebrane dane poddano statystycznej analizie korzystając z oprogramowania Statistica 10.0.

Uzyskane wyniki wskazały, iż metoda McKenziego wzbogacona o MET w największym stopniu poprawiła ruchomość we wszystkich odcinkach kręgosłupa. Zaobserwowano wyraźne zmniejszenie dolegliwości bólowych oraz poziomu niesprawności (ODI) po zastosowaniu klasycznej ($p < 0.001$) oraz wzbogaconej wersji metody McKenziego ($p < 0.001$). Nie wystąpiły natomiast różnice statystyczne ($p > 0.05$) pomiędzy tymi dwoma metodami. Standardowa fizjoterapia wywołała najmniejszą poprawę w odniesieniu do zakresu ruchomości kręgosłupa, poziomu niesprawności oraz stopnia odczuwanego bólu.

Łączenie metod terapeutycznych może okazać się bardziej efektywne w rehabilitacji przewlekłego bólu lędźwiowego odcinka kręgosłupa, co w efekcie przełoży się na zmniejszenie kosztów związanych z leczeniem tego schorzenia. Proponowana terapia może wpłynąć na poprawę jakości życia osób cierpiących z powodu przewlekłego bólu lędźwiowego odcinka kręgosłupa.