

## **Streszczenie**

### **Wstęp**

Dyskektomia lędźwiowa jest najczęściej wykonywanym zabiegiem w przebiegu radikulopatii na podłożu dyskopatii. Brakuje doniesień naukowych, które pokazują skuteczność programów pooperacyjnych, które powodują wzrost sprawności funkcjonalnej.

### **Cel**

Celem pracy była ocena zmiany sprawności psychofizycznej pacjentów po dyskektomii lędźwiowej w zależności od pooperacyjnego programu rehabilitacji.

### **Materiał i metoda badań**

Zbadano 60 osób. Zostali rozdzieleni na 2 grupy ze względu na rodzaj rehabilitacji. Badani zakwalifikowani do programu zostali losowo przydzieleni do dwóch grup: **Grupa I** – realizująca program rehabilitacji złożony ze standardowego postępowania fizjoterapeutycznego, fizykoterapii i ćwiczeń domowych. **Grupa II** – realizująca program rehabilitacji złożony ze standardowego postępowania fizjoterapeutycznego, fizykoterapii, elementów terapii manualnej oraz ćwiczeń domowych. Randomizacja zostanie wykonana za pomocą programu MATLAB (MathWorks, Inc. 2018, Massachusetts) z nakładką RARtool. Program terapii rozpoczął się od 15 doby po zabiegu operacyjnym i realizowany był przez 3 miesiące. Ćwiczenia były wykonywane dwa razy w tygodniu w warunkach ambulatoryjnych i kontynuowane samodzielnie przez pacjenta w domu. Wszyscy badani od momentu pierwszej doby do 15 doby, rozumianej jako rozpoczęcie programu, wykonywali taką samą interwencję, która jest prowadzona w warunkach szpitalnych oraz w warunkach domowych.

### **WNIOSKI**

1. Obie autorskie metody rehabilitacji pooperacyjnej miały pozytywny i znamieny statystycznie wpływ na poprawę parametrów psychofizycznych:
  - a) bólów krzyża i rwy kulszowej;
  - b) jakości funkcjonowania i życia wg skali ODI i SF-36;
  - c) zakresu ruchomości kręgosłupa;
  - d) równowagi statycznej ciała.
2. Uzupełnienie rehabilitacji o terapię manualną:
  - a) znamienne bardziej zredukowało bóle krzyża i rwę kulszową niż protokół rehabilitacji bez terapii manualnej;
  - b) znamienne bardziej poprawiło jakość życia wg skali SF-36 i ODI, ale nie wg skali RM;
  - c) znamienne bardziej poprawiło równowagę statyczną.

### **Implikacje praktyczne**

Techniki terapii manualnej dodane do tradycyjnego modelu usprawniania pooperacyjnego po dyskektomii, wykazują wyższą skuteczność w obniżaniu dolegliwości bólowych, zwiększają równowagę, zmniejszają poziom niepełnosprawności oraz powodują wzrost jakości życia.