



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Российский государственный университет
физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК)»



ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА: ДОСТИЖЕНИЯ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ

Материалы V Всероссийской
научно-практической конференции
с международным участием
25-26 мая 2016 г.

Москва 2016

**MINISTRY OF SPORT OF THE RUSSIAN FEDERATION
Federal State Budget Educational Establishment
of Higher Education
«RUSSIAN STATE UNIVERSITY OF PHYSICAL EDUCATION,
SPORT, YOUTH AND TOURISM» (SCOLIPE)**

**KINESITHERAPY: ACHIEVEMENTS
AND DEVELOPMENT PROSPECTS**

**PROCEEDINGS OF V ALL-RUSSIAN SCIENTIFIC
AND PRACTICAL CONFERENCE
WITH THE INTERNATIONAL PARTICIPATION:
MAY, 25-26, 2016 YEAR**

Moscow 2016

УДК 378.679.6(470)
ISBN 978-5-905760-54-9

Лечебная физическая культура: достижения и перспективы развития: материалы V Всероссийской научно-практической конференции с международным участием 25-26 мая 2016 г. // Под общей редакцией Н.Л. Ивановой, О.В. Козыревой. – М.: РГУФКСМиТ, 2016. – 318 с.: илл.

В сборнике представлены материалы V Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Лечебная физическая культура: достижения и перспективы развития». В нём рассматриваются теоретико-методические и практические вопросы организации лечебной физической культуры (ЛФК), массажа, врачебного контроля и комплексной реабилитации различных категорий занимающихся: лиц с нарушениями в состоянии здоровья, спортсменов, инвалидов.

Освещены проблемы в области ЛФК в травматологии, ортопедии, клинике внутренних болезней и неврологии в условиях различных лечебно-профилактических, оздоровительных учреждений. Представлены данные о современном состоянии системы классического, лечебного и спортивного массажа. Затронуты вопросы профилактики возникновения травм и заболеваний у спортсменов.

Материалы предназначены для специалистов-практиков, научных работников, педагогов, врачей, преподавателей, соискателей, аспирантов, магистрантов, могут быть интересны для студентов различных вузов, специализирующихся в области ЛФК, спорта, здравоохранения и других смежных отраслей.

Материалы представлены в редакции авторов.

ISBN 978-5-905760-54-9

© НОУ РГУФКСМиТ, 2016

СОДЕРЖАНИЕ

Приветствие участникам конференции ректора РГУФКСМиТ А.Н. Блеера	10
Приветствие участникам конференции проректора по научной работе и экономике Брестского государственного университета имени А.С.Пушкина А.Е.Будько	11
Козырева О.В. К вопросу о периодизации в лечебной физической культуре.....	12
Иванова Н.Л. У истоков кафедры лечебной физической культуры гцолифк: профессор И.А. Багашев.....	18
Анопченко А.С., Агранович Н.В. Возможность применения лечебной физической культуры в профилактических мероприятиях у больных с артериальной гипертензией..	28
Антипова Е.В., Антипов В.А., Толкунова К.М. Некоторые организационные аспекты физической реабилитации для людей старшего возраста по месту жительства населения.....	31
Ахмерова К.Ш., Гридин Л.А., Матюнина Ю.В., Медведева Е.А., Ли Чжэ Сун, Фадеев А.В. Комплексная коррекция вертеброгенной дорсопатии у хоккеистов методами остеопатии, иппотерапии и трансдермальной терапией разогревающими пластырями «Интрарич Хот».....	36
Бабыдов Е.А., Козырева О.В. Диагностика состояния ослабленных мышц у лиц 25-35 лет с кифолордотической осанкой.....	40
Бижева Ц.С. Исследование влияния кинезитерапии на осуществление повседневной деятельности в раннем послеоперационном периоде после ламинэктомии...	44
Бритвина В.В., Швыгина Н.В. Влияние танцевальной аэробикой в стиле «Зумба» на коррекцию телосложения женщин в возрасте 21-30 лет.....	48
Власова Н.А., Левашов П.Н., Власов Е.Н. Особенности предварительного массажа в «Дартц».....	52
Высогорцева О.Н. Реабилитация с применением магниторезонансной терапии и физических тренировок больных, перенесших инфаркт миокарда с нарушенной функцией левого желудочка.....	59
Высогорцева О.Н. Физическая реабилитация детей с врожденным диспластическим синдромом и патологией височно-нижнечелюстного сустава.....	63
Герасевич А.Н., Кожановская Н.Г., Пархоц Е.Г., Ковшик В.Л. Вариабельность сердечного ритма школьников со сколиозом в процессе физической реабилитации в период напряженной учебы.....	68

Гершбург М.И. Восстановление сенсомоторного контроля спортсменов после операций и травм.....	75
Гершбург М.И., Грачёва А.В. Программа послеоперационной реабилитации спортсменов с разрывом ахиллова сухожилия.....	81
Голозубец Т.С., Добрынина Л.А. Физическая реабилитация школьников со сколиотической болезнью с использованием физиороллов и коррекционных подвижных игр.....	85
Григорова-Петрова К. Л. Возможности кинезитерапии для воздействия дисфагии в раннем периоде после ишемического инсульта.....	89
Гридин Л.А., Сафоничева О.Г., Медведева Е.А., Фролов В.А., Фадеев А.В. Инновационные технологии остеопатии и трансдермальной терапии разогревающими пластырями «Интрарич Хот» в комплексной профилактике спортивного травматизма.....	93
Громова Е.С. Применение лечебной физической культуры для реабилитации детей с ограниченными возможностями в условиях восстановительного центра.....	98
Добрынина Л.А., Голозубец Т.С. Физическая реабилитация женщин 30-35 лет с варикозным расширением вен нижних конечностей в послеродовом периоде.....	103
Добрынина Л.А., Ткаченко С.А. Хореотерапия в физической реабилитации лиц после аортокоронарного шунтирования.....	108
Емельянова М.А., Маркаров Г.С. Эффективность применения Артромота при переломах костей голени в нижней трети после оперативного лечения по данным электромиографии...	112
Еремин Д.Н. Особенности гидрокинезотерапии детей младшего школьного возраста с подростковой болезнью Езлахера-Блаунта.....	114
Еремин А.Н. Содержание физической реабилитации женщин с адгезивным капсулитом в различные периоды заболевания.....	117
Жигалова Н.Б., Иванова Н.Л. Метод хореотерапии в реабилитации спортсменов сложнокоординационных видов спорта и артистов цирка после травм голеностопного сустава.....	119
Жук И.А., Петрова А. Использование дельфинотерапии в реабилитации детей с детским церебральным параличом.....	124
Жук И.А. Возможности лечебной верховой езды в реабилитации.....	127

Захезин И.Б., Вакслейгер П.С., Ивашкин А.С.	
Мануальный лимфодренаж и акупрессура как метод лечения отеков, развивающихся после травм и оперативных вмешательств.....	129
Ишмеева З.Б., Богданова Г.Н.	
Воздействие экотоксикантов в крови на психоэмоциональный статус спортсменов.....	132
Костов Р.В., Михайлова Н.И., Мегова Т.Н., Крстев Т.И., Страторска Т.Д.	
Эффект применения мануально-терапевтических техник по Maitland для восстановления суставной кинематики коленного комплекса.....	134
Крайджикова Л.О., Крстев Т.И., Николовска Л.С., Страторска Т.Д., Шахин С.	
Кинезитерапевтическая методика для улучшения качества жизни при хроническом болевом синдроме в лумбосакральной области.....	138
Кузнецова М.А.	
Опыт применения ЛФК в реабилитации детей с неврологической патологией.....	143
Кънчев Д.Р.	
Исследование равновесия, координации, статической физической нагрузки и упражнения для стимуляции кинестетической сенсорной системы посредством швейцарского шара.....	146
Кънчев Д.Р.	
Исследование равновесия, координации, статической физической нагрузки и примерные упражнения для сенсомоторной стимуляции посредством упражнений для координации и равновесия.....	152
Левашов П.Н., Власова Н.А.	
Воздействие массажа и мини-бани «Термика» на некоторые физические качества фехтовальщиков.....	156
Майорникова С.А.	
Восстановление активных движений у постинсультных больных в остром периоде.....	162
Майорникова С.А., Ткаченко С.А., Шарапова Л.А.	
Скандинавская ходьба в физической реабилитации женщин пожилого возраста с гипертонической болезнью II стадии.....	167
Мегова Т.Н., Костов Р.В., Михайлова Н.И., Крайджикова Л.О.	
Двигательная активность для стимулирования роста и физического развития в младенческом возрасте (1-3 месяц).....	172
Мещеряков А.В.	
Функциональная диагностика студентов специального медицинского отделения в практике физического воспитания и реабилитации.....	175
Мирошников А.Б.	
Практика в реабилитации гипертонической болезни. Фокус на силовую работу (обзор литературы).....	179

Михайлова М.Г. Физическая реабилитация спортсменов-фристайлистов с артрозом коленного сустава.....	183
Михайлова Н.И., Мегова Т.Н., Костов Р.В., Крстев Т.И., Николовска Л.С. Реабилитация при эндопротезировании коленного сустава.....	187
Мишин В.А., Лисицкая Т.С. LOW PRESSURE FITNESS – инновационная методика упражнений для мышечного корсета и реабилитации тазового дна.....	191
Морозов А.П. Физическая реабилитация постинсультных больных: содержание двигательного режима на поликлиническом этапе.....	196
Новикова Т.В. Основные аспекты применения танцевальной терапии в реабилитации детей.....	199
Попов С.Н. Циклические упражнения ходьба и бег в оздоровительной физической культуре и реабилитации.....	203
Попова Д., Митова Е., Митова С., Граматикова М. Исследование последствий применения способов мобилизации мягких тканей при лечении хронических болевых синдромов в пояснично- крестцовой области.....	208
Румянцева М.В., Иванова Н.Л. Программа физической реабилитации юных горнолыжниц после реконструкции передней крестообразной связки в условиях фитнес-центра	213
Савельева В.В. Гиротоник-терапия как метод физической реабилитации спортсменов после травм опорно-двигательного аппарата.....	218
Спиридонов Е.А., Воробьев О.Н. Учет индивидуальных биоритмологических особенностей при различных неврологических заболеваниях: опыт практического применения.....	223
Тарабрина Н.Ю., Грабовская Е.Ю. Вестибуло-респираторные реакции и их миорефлекторная коррекция у спортсменов.....	227
Тицкая Е.В., Антипова И.И., Барабаш Л.В., Абдулкина Н.Г., Достовалова О.В. Комплексный метод реабилитации спортсменов высокой квалификации с заболеваниями суставов и периартикулярных тканей с использованием лечебных физических факторов.....	232
Ткаченко С.А., Рыболовлев А.А. Новые технологии для оценки подвижности и восстановления при заболеваниях позвоночника (на примере BTS GEMINI).....	237
Туманянц К.Н., Ярмолюк Н.С., Колотилова О.И., Архангельская Е.В. Изменение функционального состояния подростков 14-15 лет с	

вегетососудистой дистонией по гипертоническому типу в результате комплексной реабилитации.....	241
Туманянц К.Н., Ярмолюк Н.С., Колотилова О.И., Архангельская Е.В. Комплексная реабилитация женщин больных неврастенией гиперстенической формы.....	243
Усманходжаева А.А., Абдураимов О.Н., Высогорцева О.Н., Нуримов Г.К. Оценка эффективности применения MOTOMED в комплексной реабилитации детей с дестким церебральным параличом.....	246
Цой Л.В., Исомиддинов З.Ж. Особенности массажных методик в тренировочном процессе спортсменов национальных видов борьбы (кураш).....	251
Цой Л.В. Значение занятий физическими упражнениями в повышении качества жизни лиц пожилого и старческого возраста.....	256
Шадрин Д.И., Смирнов Г.И., Лутков В.Ф. Двигательные режимы в ЛФК.....	260
Шакира М.А. Влияние фитнес тренировок на качество жизни и физическую работоспособность пациентов с избыточным весом и низкой физической активностью.....	264
Шкляренок А.П., Ульянов Д.А., Коваленко Т.Г. Новые аспекты в лечебной физической культуре при сколиотической болезни у детей и подростков.....	266
Шулякова О.А. Использование упражнений на диске здоровье в сочетании с оздоровительной ходьбой и Су Джок терапией в реабилитации больных хроническим холециститом.....	272
Шулякова О.А. Методика физической реабилитации постинсультных больных в резидуальном периоде восстановления.....	276
Шумихина И.И. Влияние иппотерапии на функциональное состояние организма школьников с дефектами осанки.....	281
Эйдельман Л.Н. Инновационные подходы в профилактике и коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата у детей дошкольного и младшего школьного возраста.....	283
Babaei Elham, Ghasemi Behnam A comparison of the effects of core stability and physioball exercises on static/dynamic balance of women suffering from multiple sclerosis in Esfahan...	287
Baikееv R.F., Romanov K.P., Abdullayev V.V., Kravtsova O.A. Identification of top class athletes according to the level of mRNA synthesis of HIF1a and HIF1b genes.....	288

Baikeev R.F., Romanov K.P., Abdullayev V.V., Kravtsova O.A.	
Identification of top class athletes according to the level of mRNA synthesis of GPD2, CK and ACTB genes.....	290
Filipova Mariela, Popova Daniela, Georgieva Spaska, Mihaylova Nina	
The role of kinesiotape for diabetes polyneuropathy.....	292
Filipova Mariela, Popova Daniela, Georgieva Spaska, Mihaylova Nina	
Physiotherapy's methods for familial amyloid polyneuropathy.....	294
Ghasemi Behnam, Gholami Borujeni, Nahid Salmani	
A Survey on the effect of core stabilization training program on the static and dynamic balance of mentally retarded students.....	296
Ghasemi Zahra, Ghasemi Behnam	
Effectiveness of Massage and Aromatherapy in Stereotypic behavior in children with autism.....	297
Popova - Dobрева D.A.	
Pelvic floor therapy-development, types of dysfunctions and methods for assessing the function of the low urinary track.....	298
Popova - Dobрева D.A.	
Non operative treatment of low urinary track dysfunction.....	302
Salmani Nahid, Rokhsareh Bandai, Behnam Ghasemi	
The effect of closed kinetic chain exercises on dynamic balance in elderly women	306
Shokina-Kuperman O.A.	
Physical Therapy Treatments and Rehabilitation Programs for the Senior Citizens.....	306
Памяти коллеги и друга – Иванова Александра Анатольевича.....	310
Сведения об авторах.....	311

4. Крайджикова Л. Методика на мобилизиращ масаж при мускулно-скелетна дисфункция на коленна става. Кинезитерапия и рехабилитация, том VIII, 2009, 3-4, 78-84.

5. Крайджикова Л., А. Калинику. Възстановяване на мускулния баланс след мекотъканна лезия на колянна става. Спорт и наука, година LIV, 2010, 6, 104-109.

6. Крайджикова Л., С. Гацова, Л. Николовска. Кинезитерапия след ендопротезиране на колянна става в ранния следоперативен период. В сб. Оптимизация на съчетаването на съвременни мануални техники при третирането на мускулно-скелетни дисфункции. София, НСА ПРЕС, 2011, 124-129.

7. Кънчев Д., Филипова М. Кинезитерапия при остеоартроза на колянната става в хроничния период. Физиотерапия, Авангард Прима, София, 2015, 1-2, 33-37, ISSN 1314-4642

8. Gramatikova M., Mitova St., Popova D. Changes in the support stability indicators after arthroscopic knee intervention. International Journal of Kinesiology and Other Related Sciences. Research in Kinesiology 2015, Vol. 43, No. 1, pp. 28-32. UDC 796, ISSN 1857-7679, EBSCO.

9. Maitland G. Peripheral manipulation. 3rd edn. – London: Butterworths, 1991.

10. Maitland G, Hengeveld E., Banks K. Maitlands. Peripheral Manipulation. Elsevier: Butterworth, 2005.

КИНЕЗИТЕРАПЕВТИЧНАЯ МЕТОДИКА ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ ПРИ ХРОНИЧЕСКОМ БОЛЕВОМ СИНДРОМЕ В ЛУМБОСАКРАЛЬНОЙ ОБЛАСТИ

**Крайджикова Л.О.¹, Крстев Т.И.², Николовска Л.С.²,
Страторска Т.Д.², Шахин С.¹**

¹*Национална спортна академия “Васил Левски”,
Болгария, София*

²*Университет „Гоце Делчев”,
Македония, Штип*

Аннотация. Объектом исследования были 33 пациента с хронической болью в спине и подвздошно-крестцовой дисфункцией. Им применялся массаж; постизометрическая релаксация; аналитические упражнения; ежедневные занятия; разновидности ходьбы; автомобилизация; самолечение триггерных точек в домашних условиях. Результаты показывают улучшение физического и психического статуса, который улучшает качество жизни пациентов. Отсутствие осложнений или противопоказаний во время лечения свидетельствует о безопасности физиотерапии.

Ключевые слова: подвздошно-крестцовая дисфункция, хроническая пояснично-крестцовая боль, кинезитерапия, мобилизация.

KINESITERAPEUTIC METHODS TO IMPROVE THE QUALITY OF LIFE IN OF PATIENTS WITH CHRONIC LBP

Kraydjikova L.O.¹, Krstev T.I.², Nikolovska L.S.²,
Stratorska T.D.², Shahin S.¹

¹National Sports Academy "Vasil Levski",
Bulgaria, Sofia

²Universitet "Gotse Delchev",
Macedonia, Schip

Abstract. The object of the study were 33 patients with chronic low back pain and iliosacral dysfunction. They were treated with massage; postizometric relaxation; analytical exercises; activities of daily living; varieties of walking; automobilization; self treatment of trigger points at home. The results show improved physical and mental status, which improves the quality of life of patients. The lack of complications or contraindications during treatment is evidence of a risk-free physiotherapy.

Keywords: iliosacral dysfunction, chronic lumbosacrasl pain, kynesitherapy, mobilization.

Введение. Нарушения функций в нижней части позвоночника – основная причина жалований людей, моложе 45 лет [4, 6, 13]. Механические нарушения позвоночника, т.е. проблемы функциональности, а не органическая патология, вызывают нарушения осанки у детей, подростков, взрослых индивидов [5, 7] и являются причиной свыше 90% болей в этой области [2, 3, 8, 9]. Апробируют много и разнообразные средства для улучшения суставной механики и мышечного баланса в области позвоночника с целью профилактики и улучшения качества жизни [1,10,11,12].

Целью исследования является создание и тестирование кинезитерапевтической (КТ) методики для лечения болевой симптоматики, мобилизации лумбосакрального отдела при функциональных блокадах и улучшения качества жизни.

Объектом исследования были 33 человек (14 мужчин и 19 женщин) с хроническим болевым синдромом в лумбосакральном сегменте, чей средний возраст составляет 42,4 года и которых лечили в амбулаторных условиях.

Методы исследования. В начале и конце лечебного периода были исследованы: подвижность лумбосакрального отдела позвоночника; мышечный дисбаланс; игра суставов; оценка боли с использованием визуально-аналоговой шкалы (ВАШ) и самооценка общего состояния здоровья пациентами при помощи анкеты SF-36 Health Survey и анкета Роланда-Мориса. Данны анкеты дает точную оценку того, как чувствуют себя пациенты и в какой мере они в состоянии выполнять свои обычные ежедневные действия (ЕЖД).

Методика. Курс лечения включал 10 процедур, которые проводились 5 раз в неделю.

1. Классический лечебный массаж.

2. Постизометрическая релаксация (ПИР).

3. Аналитические упражнения:

– для подвижности в люмбо-сакральной области;

– изометрические упражнения, укрепляющие люмбальный участок спины и таза.

4. Упражнения в ДЕЖ (деятельностях ежедневной жизни).

5. Разновидности ходьбы.

6. Автомобилизация крестцово-подвздошного сустава.

7. Кинезитерапевтический комплекс третирувания триггерных точек, выполняемый самостоятельно в домашней обстановке.

Результаты проведенных исследований обработаны при помощи программы Statistica 10.0® StatSoft Inc. Мы использовали операции для дескриптивной статистики t – тест между зависимыми переменными для проверки разниц и их значимости между измерениями, ANOVA (one way), дополненная post hoc тестированием Turkey HDS для сравнения и определения значимости разниц между группами. Для всех статистических тестов был определен уровень значимости $p=0,05$.

Из проведенного t -теста для зависимых переменных находим статистически значимые разницы в результатах первого и второго изменения боли. Ее редуцирование является ясным указателем положительного эффекта примененных кинезитерапевтических средств. Ее уменьшение вследствие примененных массажных приемов, которые сочетаясь с активными движениями усиливают гиперемию и трофику третируемых структур. Гипотетически это приводит к устранению боли путем удаления продуктов метаболизма и появления эндогенных опиатов.

Обработка триггерных точек, паралельно с ПИР, приводит к более быстрому и продолжительному уменьшению боли и увеличиванию эластичности мышц.

В табл. 1 представлены результаты измерения сокращения и гипертонуса статичных мышц.

Таблица 1

Измерения гипертонуса статичных мышц

Тест	X1	X2	X2-X1	$\pm S (X2-X1)$	t	Df	p
m. quadratus lumborum	2.73	4.39	1.65	1.02	7.71	22	0.00
m. iliopsoas	2.52	4.47	1.95	1.10	8.47	22	0.00
m. erector spinae	2.91	4.43	1.52	1.47	4.95	22	0.00
m. gluteus medius	2.78	4.43	1.65	1.33	5.93	22	0.00
m. piriformis	2.86	4.52	1.65	1.07	7.40	22	0.00

Результаты (в секундах) исследований силовой выдержки показали что начальные результаты самые низкие для четвертой, пятой, восьмой и девятой позиций, так как они вызывают боль.

В табл. 2 представлены результаты трех исследований вопросника Рональда-Мориса.

Таблица 2

Результаты исследований вопросника Рональда-Мориса

Тест	SA	Std. Err
Первое измерение (до начала лечения)	14,82	0,80
Второе измерение (после конца лечения)	1,44 <i>b B</i>	0,23
Третье измерение (за месяц после лечения)	0,72 <i>b B</i>	0,11

Более высокие результаты показывают большие затруднения в повседневной жизни. Выраженное улучшение при всех исследованиях – результат успешного лечения и постепенного возвращения пациентов к повседневной активности. Продолжительный эффект экспериментальной методики обязан комплексу упражнений, которые пациенты продолжают выполнять самостоятельно в домашних условиях в качестве превентивного средства от рецидивов.

Данные третьего измерения с *SF – 36* для физически здорового статуса показывают продолжающую тенденцию к нормализованию. Статистически значимая разница доказывает эффективность экспериментальной методики в долгосрочном плане и лучшую профилактику от рецидивов.

Анализируя данные о ментальном здоровом состоянии можно сказать, что примененная кинезитерапия воздействует на эмоциональное состояние пациентов, на их мотивацию, самочувствие и ощущение безопасности.

Выводы

1. Примененная нами КТ программа обеспечивает хорошее обезболивание и локализование боли вблизи крестцово-подвздошного сустава, что уменьшает защищающий мышечный спазм и способствует расслаблению мышц.

2. Вопреки небольшого количества процедур, статистически достоверно нормализовался мышечный тонус и улучшился мышечный баланс.

3. Улучшенный физический статус влияет положительно на ментальное и общее состояние здоровья пациентов.

4. Включение комплекса самостоятельной обработки триггерных точек стретчинг и автомобилизация на долгое время поддерживают эффекты лечения и уменьшают риск от рецидивов.

5. При исследованных нами пациентах не был учтен застой измеряемых данных, нежелательное развитие восстановительных процессов или появившихся

в ходе лечения контраиндикаций, что является доказательством безрискового приложения апробированной методики кинезитерапии.

Литература

1. Готова Ж. (2012). Лечение и профилактика на травматизма в лумбален гръбнак при елитни състезатели по художествена гимнастика. Дисертационен труд, НСА.

2. Готова Ж. (2014) Изучаване двигателната реактивност на лумбалния гръбнак и профилактика на патологии при елитни състезатели по кану-каяк, Спорт и наука, бр. 6/2014, С. 78-82.

3. Костов Р. Физиотерапия при мекотъканни увреди в областта на коленния комплекс (2013). С, Авангард Прима.

4. Костов Р. Основи на мускулно-скелетната рехабилитация (2014). С, Авангард Прима.

5. Крайджикова Л. (2011). Мануални методи за мобилизация при мускулно-скелетни дисфункции в областта на гръбначния стълб. С., Авангард Прима.

6. Кънчев Д. Кинезитерапия при дегенеративни промени в шийния отдел на гръбначния стълб. Второ преработено издание. Авангард прима. София, 2015, С. 146.

7. Митова С., Попова Д., Граматикова М. (2014). Проучване на ефекта от приложението на собствена методика при деца от начална училищна възраст с плоскостъпие. Научни трудове на Русенския университет, СНС-2014 2014, том 53, серия 8.1, С.35-40.

8. Митова С., Попова Д., Граматикова М., Кастелов Р. (2014). Анализ на резултати от скринингово изследване получени чрез система GPS100 за постурален и плантарен анализ. Сборник с резюмета от юбилейна конференция с международно участие „20 години специалност Кинезитерапия“ ЮЗУ „Неофит Рилски“, 30.10.2014 г.- 01.11.2014, Благоевград, С.31-33.

9. Kraydjikova L., Andonova T., Constantinou A., Matzuridis A., Matzuridis A. (2012). Motor program for prevention of recurrent back pain in athletes. Sport & Science, Extra issue 2012, VI International Scientific Congress “Sport, Stress Adaptation”, 17-19 May 2012, P.545-548.

10. Mitova S., Popova D., Gramatikova M. (2014). Postural disorders and spinal deformities in children at primary school age. System for screening, examination, prevention and, treatment. Activities in Physical Education and Sport. 2014, Vol. 4, No. 2, P.172-177.

11. Mitova S., Popova D., Gramatikova M. (2015). Relevance of the issue for healthy lifestyle formation in adolescents. International Journal of Scientific and Professional Issues in Physical Education and Sport “Activities in physical education and sport”, 2015, Vol.5 (2), P. 234-236.

12. Popova D., Mitova St., Gramatikova M. (2015). Research of innovative system abilities for postural analysis and postural disorders assessment. Activities in Physical Education and Sport 2015, Vol. 5, No. 1, P. 30-32.