

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

3. lékařská fakulta - Univerzita Karlova v Praze

Autor práce: Veronika Sirkovská
Vedoucí práce: MDDr. Soňa Rampová
Název práce: Přínos cvičení Spirální stabilizace páteře v praxi dentální hygienistky a zubního lékaře
Autor posudku: Mrg. Petra Křížová, DiS., 3.LF UK - Stomatologická klinika FNKV
petra.krizova@lf3.cuni.cz

Oponent ~~konzultant~~, vedoucí práce

Body

V hodnocení využijte slovní vyjádření s respektováním charakteru a zaměření práce

0-4

1 Aktuálnost problematiky, originalita práce

4

Zvolené téma je dobře vybrané. Zpracování této problematiky považuji za velmi přínosné. Profese dentální hygienistky a zubního lékaře jsou fyzicky velmi náročné. Každý den pracují v ergonomicky obtížných polohách, kdy si mohou přetěžovat pohybový aparát. Dlouholetá praxe může vést k nevratným změnám, které mohou mít vliv na zdraví, i na jejich efektivitu práce. Dentální hygienistky i zubní lékaři často nejsou schopni pracovat ergonomicky správně. Proto je dobrá kombinace práce a relaxace, odpočinku, sportu či protažení během pracovního dne či ve svém volnu.

Cílem práce je zjistit výskyt bolesti a onemocnění pohybového aparátu, způsob kompenzace a řešení bolesti v odborné stomatologické veřejnosti. Společně s tím zhodnotit účinnost a efektivitu cvičení SM systému, a přivést co nejhodnotnější poznatky a výhody do praxe dentální hygienistky a zubního lékaře. V teoretické části popisuje princip cvičení SM, který doplnila vlastní fotodokumentací s ukázkou postojů/ pozic a cviků.

Pro zjištění dat vytvořila dotazníky.

Na závěr vytvořila prospekt, který obsahuje jednoduché cviky, s jednoduchým popisem.

2 Samostatnost zpracování, pohled autora do problematiky, práce s literaturou a přehled domácích i zahraničních literárních pramenů

4

Kladně hodnotím rozhodnutí autorky zpracovat toto téma.

Práce je členěna na teoretickou a praktickou část dle požadavků, které jsou kladeny na tento typ práce. Absolventka je orientovaná ve zpracované předkládané problematice v rozsahu kladeném na náplň studia tohoto oboru. Oceňuji přehledný seznam použité literatury, zastoupení nejen domácích, ale i zahraničních aktuálních literárních zdrojů. Práce s textem a zpracování odborné literatury odpovídá kladeným požadavkům.

3 Samostatné zvládnutí odborného problému, zpracování získaných údajů, odborného textu

4

Zadané odborné téma je dobře zpracováno. Může být pomůckou při praktické výuce studentů v oboru Dentální hygiena

Obsah je přehledně a srozumitelně členěn. V teoretické části podává autorka přehled o ergonomii, její historii, nejčastějších chybách a následkům nesprávné ergonomie. V další části byl popsán SM systému, který doplnila vlastními fotografiemi.

Praktická část se skládá z vypracování a následného zhodnocení 3 vlastních dotazníků. První vyplnilo 335 zubních lékařů a dentálních hygienistek. Druhý byl rozdán 10 studentkám 3.LF UK. Třetí byl pro odbornou veřejnost, která se zúčastnila lekcí cvičení SM systému. Začalo jich 10, skončilo jich 6. Zpracováním dotazníků a sledováním výsledků cvičení, získala odpovědi na své otázky a hypotézy.

Součástí přílohy je přehledná tabulka zjištění progresu v průběhu cvičení a dotazníky.

Praktickým výstupem práce je velmi povedený prospekt, který obsahuje jednoduché cviky, které jsou stručně a jasně popsány. Prospekt je vytvořen s cílem zvýšení povědomí odborníků o možnosti cvičení. Informací v oblasti zdraví a prevence není nikdy dost.

4 Formální zpracování práce, jazyková a stylistická úroveň, rozsah práce, grafická úprava práce, dodržení publikační normy

4

Členění celé bakalářské práce odpovídá požadavkům kladeným na tento typ publikace. Práce je členěna do kapitol a podkapitol ve správném poměru. Celá práce se skládá z 143 stran, včetně 16 stran příloh, 52 obrázků, 55 grafů, 1 tabulka.

Technika citací a správnost bibliografických odkazů respektují doporučenou ISO normu.

Teoretická část je přehledně a čtivě sepsána. V textu nalézám jisté stylistické neobratnosti, které však nesnižují odbornou kvalitu textu. Gramatická správnost i kvalita obrázků je vyhovující. U každého obrázku je citován zdroj. Po formální stránce je práce vyhovující.

3
dy
cel
ke

16

**Poznámky,
doplňky
posuzovatele:**

Práce byla zpracovávána v období přísných celostátních karanténních opatření proti šíření nemoci Covid-19.

**Otázky k
obhajobě:**

Co dělalo autorce největší obtíže při vlastní praktické práci?

Čím ji práce obohatila?

Proč se studie se cvičením nezúčastnilo více dobrovolníků?

Hodnocení celkem: *Doporučuji*

Návrh klasifikace práce: *výborně*

Datum:

1. srpna 2020

Podpis:

* *nehodící se vymažte nebo škrtněte*