

РЕФЕРАТ

ЗА ИЗБОР НА ЕДЕН НАСТАВНИК ВО СИТЕ ЗВАЊА ЗА НАСТАВНО-НАУЧНАТА ОБЛАСТ ПРИМЕНЕТА КИНЕЗИОЛОГИЈА (5.09.01.02) НА ФАКУЛТЕТ ЗА МЕДИЦИНСКИ НАУКИ ПРИ УНИВЕРЗИТЕТ „ГОЦЕ ДЕЛЧЕВ“ ВО ШТИП

Со Одлука бр. 2002 - 176/5 донесена на 342. седница на Наставно-научниот совет на Факултетот за медицински науки, одржана на 30.6.2025 година, определени сме за членови на Рецензентска комисија за избор на наставник во сите звања за наставно-научната област *применета кинезиологија (5.09.01.02)* на Факултет за медицински науки при Универзитет „Гоце Делчев“ во Штип во состав:

- **проф. д-р Ленче Николовска**, редовен професор за наставно-научната област применета кинезиологија, Факултет за медицински науки при Универзитет „Гоце Делчев“ во Штип - претседател;

- **проф. д-р Вујица Живковиќ**, редовен професор по предметите Основи на кинезитерапија, Кинезитерапија, Примена на кинезитерапија во спорт, Факултет за физичко образование, спорт и здравје на Универзитет „Св. Кирил и Методиј“ во Скопје – член;

- **проф. д-р Серјожа Гонтарев**, редовен професор за наставно-научната област применета кинезиологија, Факултет за физичко образование, спорт и здравје на Универзитет „Св. Кирил и Методиј“ во Скопје – член.

Конкурсот за овој избор беше објавен во „Вечер“ и „Коха“ на 4.6.2025 година и во предвидениот рок се пријави кандидатката д-р Тамара Аџиска, асистент на Факултетот за медицински науки при Универзитет „Гоце Делчев“ – Штип.

Кандидатката д-р Тамара Аџиска, родена Страторска, врз основа на распишаниот Конкурс, уредно, навремено и во комплет заедно со пријавата ги има доставено следниве документи: 1.Пријава; 2.Дипломи за завршено соодветно образование (еден примерок од дипломата оригинал и копија заверена кај нотар); 3.Уверение за положени испити од прв и втор циклус на студии; 4.Кратка биографија; 5.Список на објавени научни и стручни трудови; 6.По еден примерок од трудовите; 7.Потврда за познавање на англиски јазик; 8.Препорака од двајца професора; 9.Еден примерок од докторски труд; 10.Уверение за државјанство.

Врз основа на приложената документација од кандидатката, чест ни е на Наставно-научниот совет на Факултет за медицински науки да му го поднесеме следниов извештај.

ИЗВЕШТАЈ

Биографски податоци

Кандидатката д-р Тамара Аџиска, родена Страторска, е родена на 25.9.1987 во Кочани. Основно образование завршува во ОУ „Никола Петров Русински“ - с.Русиново, а средно образование завршува во ДСУ „Ацо Русковски“ - Берово.

На 30.9.2010 година завршува четиригодишни додипломски студии на Катедрата по медицинска рехабилитација и ерготерапија при Медицински универзитет во Плевен, Р. Бугарија, и се стекнува со звање дипломиран медицински рехабилитатор и ерготерапевт. Дипломата е нострифицирана од страна на Министерството за образование и наука на РС Македонија со Одлука бр.09-8640/1

од 7.11.2010 г. По поднесеното барање за еквиваленција на оценките од 26.1.2012 г., врз основа на споредбата и пресметката на оценките направена од страна на МОН, бр.13-436/2, просечната оценка во Р. Македонија изнесува 8,88.

Своето образование го продолжува на Медицински универзитет во Плевен, Р. Бугарија, на Катедрата по медицинска рехабилитација и ерготерапија, каде што завршува постдипломски студии на 11.7.2011 г., во научната област медицинска рехабилитација и ерготерапија. Тема на магистерскиот труд е „Медицинска рехабилитација и ерготерапија при пациенти с цервикоартроза“. Дипломата е нострифицирана од страна на Министерството за образование и наука на Р. Македонија, со Одлука бр. 14-7648/1 од 2.12.2011 г. По поднесеното барање за еквиваленција на оценките од 26.1.2012 г., врз основа на споредбата и пресметката на оценките направена од страна на МОН, бр.13-435/2, просечната оценка во РС Македонија изнесува 9,68.

На 25.3.2024 г. завршува трет циклус докторски студии во научната област кинезитерапија на Факултет за јавно здравје, здравствени грижи и спорт при Југозападен универзитет „Неофит Рилски“ – Благоевград, Р. Бугарија. Тема на докторската дисертација е „Медицинска рехабилитација при пациенти с цервикоартроза“. Дипломата е нострифицирана од страна на Министерството за образование и наука на РС Македонија, со Одлука бр.24-534992 од 30.10.2024 г., утврдено на Записник бр.24-11202/1 од 21.10.2024 г. за стекнат научен степен доктор по применета кинезиологија (кинезитерапија), со просечна оценка 10,00.

Во декември 2019 г. е вработена како асистент на Факултетот за медицински науки при Универзитет „Гоце Делчев“ во Штип.

Законски и подзаконски услови што треба да ги исполнува кандидатот за избор во звање доцент

Општи услови за избор:

1. Диплома за доктор на науки од соодветната научна област;
2. Остварен просечен успех од најмалку 8 на студиите на прв и втор циклус за секој циклус посебно (остварен просек на додипломски четиригодишни студии, прв циклус) 8,88 и остварениот просек на постдипломски студии (втор циклус) 9,68;
3. Објавени најмалку четири научноистражувачки трудови во соодветната област во меѓународни научни списанија или меѓународни научни публикации, согласно со Законот за високото образование, во последните пет години пред објавување на огласот за избор:

Р. бр.	Автор	Наслов на трудот	Списание/публикација	Години на излегување на списанието
1.	Stratorska, Tamara and Krstev, Toshe and Nikolovska, Lence (2024)	<i>Comparison of kinesitherapy and powerplate in patients with cervicoarthrosis</i>	MEDIS - Medical Science and Research, 3 (2). pp. 53-57.	2021 г.
2.	Stratorska, Tamara (2022)	<i>Lumbar pain rehabilitation in patients after reconstruction of the anterior cruciate ligament</i>	Knowledge - International Journal, 50 (4). pp. 505-508. ISSN 2545-4439	2009 г.

3.	Stratorska, Tamara (2021)	<i>Physiotherapeutic methodology for patients with multiple sclerosis</i>	Knowlwdge - International Journal, 49 (4). pp. 817-819. ISSN 2545-4439	2009 г.
4.	Krstev, Toshe and Vasileva, Dance and Nikolovska, Lence and Stratorska, Tamara (2024)	<i>Possibilities to Influence the Functional Possibilities in the Knee Joint Through the Application of Tissue Flossing</i>	Journal of Neurosonology and Cerebral Hemodynamics, 20 (2). pp. 137-143. ISSN 1312-6431 I.F.:0.1	2005 г.

5. Smlanski, Metodi and Krstev, Toshe and **Stratorska, Tamara** (2024) *Qualitative analysis of the motoric activity in children with Down syndrome*. Knowledge - International Journal, 67 (4). pp. 635-639. ISSN 2545-4439

6. Nikolovska, Lence and Zlatkov, Petar and **Stratorska, Tamara** (2024) *Effectiveness of physical rehabilitation and kinesitherapy in patients with ankylosis spondilitis (Morbus Bechterev)*. OAIJOARU Open Access International Journal of Academic Research UNIVERSES, 2 (2). pp. 82-94. ISSN 2955-2117

7. Krstev, Toshe and Vasileva, Dance and Nikolovska, Lence and **Stratorska, Tamara** (2024) *Evaluation of the effectiveness of dry needling in the treatment of chronic lumbosacral pain*. In: Tenth national congress of the BSNCH, 22-23 Nov 2024, Sofia, Bulgaria.

8. Mitrova, Hristina and Krstev, Toshe and **Stratorska, Tamara** and Nikolovska, Lence and Vasileva, Dance (2021) *Кинитерапија и рехабилитација при сколиоза у лица с пречки в развитието*. In: Предизвикателства пред општественото здравје, 05 - 07 Nov 2021, Blagoevgrad, Bulgaria.

Учебник:

Krstev, Toshe and **Stratorska, Tamara** and Kolevska Monika (2022) *Мануелно мускулно тестирање и постизометрична релаксација*. Универзитет „Гоце Делчев” - Штип, Штип. ISBN 978-608-244-915-9.

Научни трудови објавени во меѓународно научно списание во последните пет години

1. **Stratorska, Tamara** and Krstev, Toshe and Nikolovska, Lence (2024) *Comparison of kinesitherapy and powerplate in patients with cervicoarthrosis*. MEDIS – Medical Science and Research, 3 (2). pp. 53-57.

Оваа студија има за цел да ја спореди ефикасноста на две терапевтски интервенции, кинезитерапија (аналитички вежби) и powerplate, во зајакнувањето на мускулната сила и подобрување на опсегот на движење во цервикалниот дел. Осумнаесет пациенти беа поделени на експериментална (n=10) и контролна (n=8) група. Контролната група доби физикална медицина и кинезитерапија, додека експерименталната групата беше подложена на терапија со физикална медицина и powerplate, и двете во период од 21 ден. Клиничките проценки беа спроведени пред и по завршувањето на терапија. Резултатите укажаа на подобрување на симптомите во двете групи, но подобри резултати се забележани во контролната група. Понатаму, контролната група покажа позначајни подобрувања во опсегот на движење во споредба со експерименталната група. Кинезитерапијата покажа поголема ефикасност од терапијата со powerplate, веројатно поради нејзините

насочени мускулни вежби и изотонична комбинација на изометриска контракција, наспроти брзите и бројни контракции предизвикани од powerplate. Овие наоди ја нагласуваат важноста на приспособените терапевтски пристапи за подобрување на мускулната сила и подвижноста на цервикалниот 'рбет.

2. **Stratorska, Tamara** (2022) *Lumbar pain rehabilitation in patients after reconstruction of the anterior cruciate ligament*. Knowledge - International Journal, 50 (4). pp. 505-508. ISSN 2545-4439.

Евалуација на ефективноста на комплексна програма за физикална терапија и рехабилитација за третман на болки во долниот дел на грбот и забрзување на функционалното закрепнување кај пациенти по реконструкција на предниот вкрстен лигамент поради трауматска руптура. МАТЕРИЈАЛ И МЕТОДИ: Предмет на студијата беа 24 пациенти, поделени во две групи. Програмата за рехабилитација во двете групи вклучуваше ортотична имобилизација, стандардна програма за физиотерапија (вклучувајќи аналитички вежби за екстензори на коленото, постизометриска релаксација на rectus femoris на квадрицепсниот мускул) и преформирани фактори за коленото (фонофореза со нестероидни антиинфламаторни лекови и електрични стимулации на мускулите: vastus medialis и vastus lateralis на квадрицепсниот мускул). Кај пациентите од втората група вклучивме и процедури за лумбалниот 'рбет, кинезитерапија (аналитички вежби за стомачни мускули; стречинг за паравертебрални мускули; мобилизации и манипулации за сакро-илијачни зглобови) и преформирани фактори (нискофреквентно импулсно магнетно поле во лумбалниот регион и терапевтски ултразвук – фонофореза со нестероиден антиинфламаторен лек). За статистичка евалуација користевме ttest (ANOVA) и Wilcoxon rank test (непараметарска корелациона анализа). АНАЛИЗАТА НА РЕЗУЛТАТИТЕ покажува подобрување на симптомите на пациентите, во однос на ублажување на болката во долниот дел на грбот, статичност и подвижност на лумбалниот 'рбет и коленото, намалување на периартикуларниот едем, зголемена јачина на екстензорните мускули на коленото и стомачните мускули, кои беа позначајни кај пациентите од втората група. ЗАКЛУЧОК: Би можеле да препорачаме комплексна програма за забрзување на функционалното закрепнување и спречување на болки во грбот кај сите пациенти по реконструкција на предниот вкрстен лигамент (не само во случаи со изразена паравертебрална болка).

3. **Stratorska, Tamara** (2021) *Physiotherapeutic methodology for patients with multiple sclerosis*. Knowledge - International Journal, 49 (4). pp. 817-819. ISSN 2545-4439

Мултиплекс склероза (МС) најчесто се јавува кај „младите возрасни“ и влијае на најактивниот дел од нивниот живот. Во последните години се направени многу истражувања за потеклото, развојот и коригирањето на неговиот алтернативен третман, но без јасно дефинирани исходи за ниту еден од трите. Кинезитерапијата е еден од главните методи на современата медицина за одржување на здравствената состојбана на пациентите со МС. Целта на оваа студија беше да се следат перформансите на комбинацијата на рутински методи на кинезитерапија (КТ) со миофасцијални техники (МФТ) и автоген тренинг (АТ) кај пациенти со МС. Материјали и методи: 3 жени беа проследени и 2 мажи со клинички докажана мултиплекс склероза во речиси иста фаза на развој. Терапевтскиот комплекс вклучува јонофореза, електро, миофасцијални техники, вежби за горен и долен екстремитет, вежба во суспензија, специјални вежби за координација и рамнотежа, автоген тренинг

од Шулиц. Резултатите по 15-дневен курс на лекување покажаа подобрување на одењето и координацијата (намалување на отпечатокот и елиминација на какви било помагала), намалување на заморот и оптимизирање на психо-емоционалниот статус (проверено со тест за самодоверба, расположение и активност). Дискусија: Примената на нашата методологија води до сузбивање на патолошките модели и градење на нова, зголемена физичка активност и функционална скала на статус на Курцке. Заклучок: И покрај малиот број на субјекти, препорачуваме вклучување на рачни миофасцијални техники и методи на автогени тренинзи во рутинска КТ кај пациенти со мултиплекс склероза

4. Krstev, Toshe and Vasileva, Dance and Nikolovska, Lence and **Stratorska, Tamara** (2024) *Possibilities to Influence the Functional Possibilities in the Knee Joint Through the Application of Tissue Flossing*. Journal of Neurosonology and Cerebral Hemodynamics, 20 (2). pp. 137-143. ISSN 1312-6431

Целта на оваа студија е да се истражат и споредат ефектите на ткивен тејпинг со масажа и истегнување на функционалната состојба на долниот екстремитет (опсег на движење, мускулна сила и болка. Студијата опфатила 16 пациенти кои биле поделени во две групи: група А – контролна (n=8) (мажи=5, жени=3) во просек возраст $36 \pm 4,2$ години и група Б – експериментална (n=8), (мажи=4, жени=4) со просечна возраст од $38 \pm 3,8$ години. Сите пациенти имаат нарушена функција на коленото, вклучително и во различен степен: болка, ограничен опсег на движења и намалена мускулна сила. На контролната група и беше дадена програма која вклучува масажа и истегнување, а на експерименталната група и беше даден ткивен флосинг. Пред и по третманот ги измеривме нивоата на болка, опсегот на движења и мускулната сила. Терапевтските методи во двете групи покажаа позитивни резултати врз состојбата на пациентите, но подобри резултати се пронајдени во експерименталната група. беше забележана статистичка значајна разлика при мерењето на ВАС, опсегот на движење во флексија и динамометрискиот тест.

5. Smlanski, Metodi and Krstev, Toshe and **Stratorska, Tamara** (2024) *Qualitative analysis of the motoric activity in children with Down syndrome*. Knowledge - International Journal, 67 (4). pp. 635-639. ISSN 2545-4439

Дауновиот синдром е првиот опишан и најчест синдром во хуманата популација. Во литературата овој синдром може да се сретне под термините Даунов синдром, монголоизам, монголоидна дистрофија, трисомија на 21 хромозом или трисомија на G групата. Овој синдром клинички прв го дефинираше Џон Хајден Даун Down во 1866 година под името монголоидна идиопатија. Присуството на оваа екстра копија предизвикува промени во нормалниот развој на мозокот и на телото, што доведува до тешкотии во извршувањето на интелектуалните и физички активности. Овие нарушувања може да бидат благи до умерено изразени. Целта на ова истражување е преку набљудување и анализа да се процени нивото на психомоторен развој, како и да се анализираат ограничувањата и отстапките од нормалниот моторен развој кај деца со Синдром на Даун Материјали и методи. Истражувањето претставува набљудување и квалитативна анализа на психомоторните способности на пет деца на различна возраст. Во истражувањето се вклучени 5 деца со синдром на Даун. Децата се на возраст од 5 до 46 месеци и се на различен степен на физички развој. Резултати: Сите 5 деца во поголем или помал степен страдаат од хипотонија и сите демонстрираат послаб мускулен тонус во нозете отколку во рацете. Детето А покажува развој на тонус од остро хипотонично (5 месеци) до умерено хипотонично; Б и Ц се умерено хипотонични;

Д е меѓу остра и умерена хипотонија, додека Е има слаба хипотонија на рацете и умерена на нозете. Паралелно на ова кај сите деца се забележуваат отстапки од нормалниот психомоторен развој и покажуваат во различен степен развивање на компензаторни механизми и движења во набљудуваните положби. Заклучок: Моторниот развој, особено стоечката положба и способноста за одење, е одложен. Моторната активност поврзана со исполнувањето на моторните пресвртници е неконзистентна и ограничена. Анализата на движењата и активноста укажува на ограничувања како последица на слаба стабилизирачка способност на речиси сите зглобови. Рамнотежата и моторните функции се меѓусебно во корелација, така што двата аспекти на развојот треба да се земат заедно при физикална терапија кај деца со Даунов синдром. Уште по раѓањето бебињата со Даунов синдром треба да бидат опфатени со систематизирани и посебно за нив подготвени програми на терапија, вежби и активности, кои се насочени кон развојните отстапувања, стимулација на постојните способности и корекција на моторните модели.

6. Nikolovska, Lence and Zlatkov, Petar and **Stratorska, Tamara** (2024) *Effectiveness of physical rehabilitation and kinesitherapy in patients with ankylosis spondylitis (Morbus Bechterev)*. OAIJOARU Open Access International Journal of Academic Research UNIVERSES, 2 (2). pp. 82-94. ISSN 2955-2117

Кон крајот на 19 век, рускиот невролог, неврофизиолог и психијатар Владимир Бехтерев даде клинички опис на болеста. Првиот ја раздвојува болеста како независна нозолошка единица. Болеста е позната и како Бехтерева болест. Главната карактеристика на патолошкиот процес кај Бехтерев болеста е тенденцијата кон брз почеток на калцификација на сврзното апарат во 'рбетот, а поточно формирање на таканаречените „коскени мостови“ помеѓу прешлените. На периферијата на телата на прешлените се наоѓаат коскени мостови формирана помеѓу нивните тела, кои изгледаат како „бамбусов стап“ на рендген. Истото процес влијае на задниот столб на 'рбетот. Целта на истражувањето е: да се проучи ефективноста на третманот со физички рехабилитација и кинезитерапија кај пациенти со анкилозен спондилитис. Методи на истражување: Истражувањето е спроведено во Рекреативниот центар при Универзитет „Гоце Делчев“ во Штип и термална бања Кежовица при „Клиничка болница“ - Штип. Во истражувањето се вклучени 17 пациенти со дијагноза на анкилозен спондилитис, од кои 11 пациенти се од машки пол, а 6 од нив се женски. Резултат: Кај пациентите од втората група кај кои се применува хидрокинезитерапија, постигнати се многу подобри резултати во споредба со пациентите од првата група.

Учество на научен собир со реферат (постер/усно), концерт во странство:

7. Krstev, Toshe and Vasileva, Dance and Nikolovska, Lence and **Stratorska, Tamara** (2024) *Evaluation of the effectiveness of dry needling in the treatment of chronic lumbosacral pain*. In: Tenth national congress of the BSNCH, 22-23 Nov 2024, Sofia, Bulgaria.

Цел: Да се процени ефективноста на имплементацијата сува игла (DNT) како дополнителен терапевтски лек средство за подобрување на болката, функционалните способности и квалитетот на животот кај пациенти со лумбосакрална болка што значи по текот на ишијалниот нерв. Материјали и методи: Вкупно 35 пациенти со хронична лумбосакрална болка беа вклучени во студијата, болка што значи долж ишијатичниот нерв и нарушена сензомоторна функција. Пациентите беа поделени во две групи. Тие биле подложени на курс на лекување

од 10 процедури во текот на две недели, кои вклучуваа масажа на лумбосакралната област и долните екстремитети користејќи класичен метод и збир на вежби за зајакнување на мускулите во лумбалниот предел и долните екстремитети. Програмата за експериментална група (ЕГ) беше дополнета со третман на „предизвикувањата“ на долниот екстремитет според моделот на фасцијална дисторзија *типалдос*, ставајќи суви игли по должината на ишијатичниот нерв и на најболните точки по текот на погодените мускули – тригер поени (ТП). За следење на ефектот на применетата методологија, нивото на болка беше мерено со визуелна аналогна скала, скала за болка (VAS), опсег на движења (гониометрија) и мускулна сила (динамометрија) на почетокот и крајот од текот на лекувањето. Резултати: Применетите терапевтски методи покажа позитивно влијание врз состојбата на пациентите во двете групи, при што пациентите во експерименталната група покажаа подобри конечни резултати. Статистичка значајност беше забележано при мерењето на VAS, волуменот на движење (кон флексија).

8. Mitrova, Hristina and Krstev, Toshe and **Stratorska, Tamara** and Nikolovska, Lence and Vasileva, Dance (2021) *Кинитерапија и рехабилитација при сколиоза у лица с пречки в развитието*. In: Предизвикателства пред општественото здравје, 05 - 07 Nov 2021, Blagoevgrad, Bulgaria.

Искривувањето на рбетот останува релевантен проблем. Наоѓање и прегледување на информации од претходните истражувањата водат до заклучок дека не се посветува доволно внимание на оваа проблематика. Од досегашните информации што ги добивме од претходните истражување, се заклучува дека ова прашање не е доволно проучено. Глобалните податоци се прилично лоши и голем дел од проблемот останува неистражен. Но, природата на развојот и однесувањето на децата со ментална ретардација и карактеристики на корективна гимнастика не дозволува оваа програма целосно да го изврши своето влијание. Оттука и потребата за развивање на нов начин и метод кој би бил поуспешен во справување со овој проблем. Решението е да се вклучат игри во програмите за часови по физичко образование. Како метод на истражувањето користев статистичка анализа на податоци за искривување на рбетот (сколиоза), кај лица со умерена и тешка ментална ретардација во Специјалниот завод - Демир Капија. За време во периодот на истражувањето бев волонтер во Специјалниот завод - Демир Капија. Резултатите покажуваат дека повеќето од корисниците на услугата се мажи со потешки физички и психички пречки. Голем дел од корисниците на специјалниот ЈУ завод во Демир Капија имаат сколиоза. Го применив и комплексот стимулативни и корективни игри според нивните функционални способности. Резултатите покажуваат потреба од соодветно рехабилитација, која за оваа популација мора да биде посебно испланирана и спроведена за соодветно да се задоволат сите потреби и комплексности.

НАУЧНОИСТРАЖУВАЧКА ДЕЈНОСТ И СТРУЧНО-УМЕТНИЧКИ АКТИВНОСТИ

Ас. д-р Тамара Аџиска во изминатиов тригодишен период многу успешно и квалитетно ги извршува работните задачи, изведувајќи вежби во наставата на Медицински факултет на Катедра по физикална медицина при Универзитет „Гоце Делчев“ - Штип за следниве предмети: Физикална медицина со рехабилитација 1, Физикална медицина со рехабилитација 2, Физикална медицина со рехабилитација 3, Ерготерапија, Медицинска рехабилитација и ерготерапија кај лица со посебни

потреби, Кинезитерапија и рехабилитација во гинекологија и акушерство, Кинезитерапија и рехабилитација во хирургија. Исто така, беше ангажирана за изведување на вежби и на студиските програми Општа медицина и Медицински сестри на предметот Физикална медицина со рехабилитација и на студиската програма за акушерки по предметот Кинезитерапија и рехабилитација во гинекологија и акушерство.

Кандидатката ас. д-р Тамара Аџиска активно работи и во полето на научноистражувачката работа за што зборуваат аргументите дека таа е автор и коавтор на научно-стручни трудови, презентирани на домашни и странски научни и стручни собири, со теми од областа на физикалната медицина, кинезитерапија, рехабилитацијата и ерготерапијата. Во продолжение е прикажана кратка евалуација на објавените научни и стручни трудови, каде што кандидатката ас. д-р Тамара Аџиска е автор и коавтор.

Научна евалуација на научните трудови достапни во репозиториум за целиот период до изборот на кандидатката д-р Тамара Аџиска:

1. Научен труд објавен во меѓународно научно списание:

9. Krstev, Toshe and Kraydjikova, Leyla and Shahin, S and Nikolovska, Lence and **Stratorska, Tamara** (2015) *Massage methods for prevention and treatment of lumbosacral pain syndrome*. Journal of Biomedical and Clinical Research, 8 (1). p. 70. ISSN 1313-9053

10. Kraydjikova, Leyla and Nikolovska, Lence and Krstev, Toshe and **Stratorska, Tamara** (2015) *Physiotherapy program for improving the quality of life in patients with coxarthroses*. Journal of Biomedical and Clinical Research, 8 (1). pp. 69-70. ISSN 1313-9053

2. Труд со оригинални научни резултати, објавени во зборник од трудови на научен собир во странство:

11. **Stratorska, Tamara** (2017) *Сравнение на две методики за обработване на тригерни точки при пациенти с цервикоартроза*. XXVI International scientific conference for young scientists 2017, 26 (1). pp. 359-365. ISSN 1314-4669

12. **Stratorska, Tamara** and Nikolovska, Lence and Krstev, Toshe and Vasileva, Dance (2011) *Медицинска рехабилитација и ерготерапија при пациенти с цервикоартроза*. Оптимизација на съчетаването на съвременни мануални техники при третирането на мускулно-скелетни дисфункции. pp. 63-70. ISSN 978-954-718-323-0

13. Krstev, Toshe and Nikolovska, Lence and **Stratorska, Tamara** and Vasileva, Dance (2011) *Кинезитерапија при хроничен болков синдром в лумбо-сакралната област*. Оптимизација на съчетаването на съвременни мануални техники при третирането на мускулно-скелетни дисфункции. pp. 94-102. ISSN 978-954-718-323-0

14. Vasileva, Dance and Palova, Sevdalinka and Nikolovska, Lence and Krstev, Toshe and **Stratorska, Tamara** (2011) *Приложение на манипулативен масаж, ставно-мобилизационни и мускулно инхибиторни техники след руптура на ахилесовото сухожилие*. Оптимизација на съчетаването на съвременни мануални техники при третирането на мускулно - скелетни дисфункции. pp. 151-158. ISSN 978-954-718-323-0

15. Kraydjikova, Leyla and Krstev, Toshe and Nikolovska, Lence and **Stratorska, Tamara** and Sahin, Selim (2016) *Кинезитерапевтическая методика для улучшения качества жизни при хроническом болевом синдроме в лумбосакральной области*. In:

Kinesitherapy: achievements and development prospects, Moscow, Russia, 25-26 May 2016.

16. Kostov, R. and Mihailova, N. and Megova, T. and Krstev, Toshe and **Stratorska, Tamara** (2016) *Эффект применения мануально-терапевтических техник по Maitland для восстановления суставной кинематики коленного комплекса*. In: Kinesitherapy: achievements and development prospects, Moscow, Russia, 25-26 May 2016.

17. Kraydjikova, Leyla and Nikolovska, Lence and Krstev, Toshe and **Stratorska, Tamara** and Matzuridis, Andreas and Matzuridis, Atanasios (2015) *Двигателен режим за деца с лека степен на умствена изостаналост*. In: Седем национален конгрес на Асоциацията на физиотерапевтите в България, 5-7 June 2015, Sofia, Bulgaria.

18. Kraydjikova, Leyla and Sahin, Selim and Nikolovska, Lence and Krstev, Toshe and **Stratorska, Tamara** and Konstantinu, Andri (2015) *Масажна методика за профилактика на травматизма и лумбосакралния болков синдром при спортисти*. In: Седем национален конгрес на Асоциацията на физиотерапевтите в България, 5-7 June 2015, Sofia, Bulgaria.

19. Kraydjikova, Leyla and Nikolovska, Lence and Krstev, Toshe and **Stratorska, Tamara** (2015) *Кинезитерапия при функционална блокада шейных сегментов позвоночника*. In: Материалы IV Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, 27-28 May 2015, Moscow, Russia.

20. Kraydjikova, Leyla and Nikolovska, Lence and Krstev, Toshe and **Stratorska, Tamara** and Konstantinu, Andri (2015) *Двигательная программа предупреждения травм и хронических болей в спине у людей, занимающихся спортом*. In: Материалы IV Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, 27-28 May 2015, Moscow, Russia.

21. Krstev, Toshe and Nikolovska, Lence and Kraidjikova, Leila and **Stratorska, Tamara** and Zdravkova, Vaska (2014) *Кинезитерапия при хроничен болков синдром в лумбосакралната област*. In: Национална конференция с международно участие „20 години специалност кинезитерапия“, 30 Oct 2014, Blagoevgrad, Bulgaria.

22. Krstev, Toshe and **Stratorska, Tamara** and Andonova, Tatyana and Vojnikov, M. (2013) *Массажная методика при хроническом болевом синдроме в лумбосакральной области*. Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Лечебная физическая культура: достижения и перспективы развития» - Москва. pp. 120-123. ISSN 978-5-905760-21-1

23. Nikolovska, Lence and **Stratorska, Tamara** and Megova, T. and Mihaylova, N. (2013) *Physiotherapy for patients with cervical spondylarthrosis*. Всероссийской научно-практической конференции с международным участием “Лечебная физическая культура: достижения и перспективы развития” - Москва.

24. Gogen, Sulejman and Nikolovska, Lence and Krstev, Toshe and **Stratorska, Tamara** (2017) *Early postoperative rehabilitation of patients with total endoprosthesis of the hip*. Knowledge - International Journal, Scientific and Applicative Papers, 16.4. pp. 1557-1560. ISSN 1857-923X

25. Krstev, Toshe and **Stratorska, Tamara** and Nikolovska, Lence (2017) *Сравнение на ефективността на два метода за намаляване на мускулен хипертонус*. 26та Международна конференция за млади учени, 26 (1). pp. 374-377. ISSN 1314-3669

26. **Adjiska, Tamara** (2022) *LUMBAR PAIN REHABILITATION IN PATIENTS AFTER RECONSTRUCTION OF THE ANTERIOR CRUCIATE LIGAMENT* Knowledge - International Journal, Scientific and Applicative Paper vol 50.4 pp.505-508. ISSN : 1857-923X

27. **Adjiska, Tamara** (2021) *PHYSIOTHERAPEUTIC METHODOLOGY FOR PATIENTS WITH MULTIPLE SCLEROSIS*, . Knowledge - International Journal, Scientific and Applicative Paper vol 49.4 pp. 817-819, ISSN : 1857-923X

Во земјата:

28. **Stratorska, Tamara** (2017) *Рехабилитација кај пациенти со цервикоартроза. Списание на македонското физиотерапевтско здружение*, 1 (1). pp. 61-64

29. Крстев Т., Николовска Л., Василева Д., **Страторска Т.**, Колевска М., *Кинезитерапија при функционални нарушувања на сакроилиачниот зглоб* In: Втор Конгрес на физиотерапевти на Република Македонија 59-61, 16-18 Sept 2016, Struga, Macedonia

30. Krstev, Toshe and Shishkoski, Mihail and Nikolovska, Lence and **Stratorska, Tamara** and Kolevska, Monika (2015) *The role of the manual therapy in rehabilitating the lumbar syndrome*. In: I Congress of Physical Therapists of the Republic of Macedonia MASA, 26-29 March 2015, Skopje.

31. Vasileva, Dance and Lubenova, Daniela and Nikolovska, Lence and Krstev, Toshe and **Stratorska, Tamara** (2016) *Ефект на кинезитерапијата врз функционалните можности за моторна рековалесценција кај пациенти со супратенториален едностранен мозочен инсулт во хроничен период*. In: Втор Конгрес на физиотерапевти на Република Македонија, 16-18 Sept 2016, Struga, Macedonia.

3. Учество на научен собир со реферат (постер/усно), концерт во странство:

32. Krstev, Toshe and Nikolovska, Lence and Kraidjikova, leila and **Stratorska, Tamara** and Zdravkova, Vaska (2014) *Кинезитерапија при хроничен болков синдром в лумбосакралната област*. In: Национална конференција с меѓународно учество „20 години специалност кинезитерапија“, 30 Oct 2014, Blagoevgrad, Bulgaria.

Во земјава:

33. Kolevska, Monika and Nikolovska, Lence and Krstev, Toshe and **Stratorska, Tamara** (2015) *Manual Therapy of the cervical part*. In: I Congress of Physical Therapists of the Republic of Macedonia MASA, 26-29 March 2015, Skopje.

34. **Stratorska, Tamara** and Stojkova, Vesna and Nikolovska, Lence and Krstev, Toshe and Kolevska, Monika (2015) *Rehabilitation of foot deformities in patients with childhood*. In: I Congress of Physical Therapists of the Republic of Macedonia MASA, 26-29 March 2015, Skopje.

35. Krstev, Toshe and Shishkoski, Mihail and Nikolovska, Lence and **Stratorska, Tamara** and Kolevska, Monika (2015) *The role of the manual therapy in rehabilitating the lumbar syndrome*. In: I Congress of Physical Therapists of the Republic of Macedonia MASA, 26-29 March 2015, Skopje.

4. Кандидатката е автор на учебник што е достапни на Е-библиотека и Репозиториумот на Универзитетот „Гоце Делчев“ - Штип:

36. Krstev, Toshe and **Stratorska, Tamara** and Kolevska, Monika (2022) *Мануелно мускулно тестирање и пост изометрична релаксација*. Универзитет „Гоце Делчев“ - Штип, Штип. ISBN 978-608-244-915-9

37. Topuzov, Ivan and Nikolovska, Lence and Krstev, Toshe and Vasileva, Dance and **Stratorska, Tamara** (2018) *Кинезиологија со патокинезиологија и патобиомеханика*. Национална и универзитетска библиотека „Св. Климент Охридски“, Скопје, Универзитет „Гоце Делчев“ - Штип, Факултет за медицински науки, Штип. ISBN 978-608-244-545-8

5. Кандидатката е автор на позитивно рецензирана скрипта од предавања, практикум и книги коишто се достапни на Е-библиотека и Репозиториумот на Универзитетот „Гоце Делчев“ - Штип:

38. Крајџикова Лејла, Николовска Ленче, Крстев Тоше, Василева Данче, **Страторска Тамара** (2014). *Мануелна терапија и мобилизација на периферни зглобови*. ISBN 978-608-244-311-9.31

39. Николовска Ленче, Крстев Тоше, Василева Данче, **Страторска Тамара** (2014) *Практикум по клиничка кинезитерапија*. ISBN 978-608-244-131-3

40. Nikolovska, Lence and Vasileva, Dance and Krstev, Toshe and **Stratorska, Tamara** (2016) *Клиничка кинезитерапија*. COBISS.MK-ID 101797386 . Национална и универзитетска библиотека „Св. Климент Охридски“, Скопје, Универзитет „Гоце Делчев“ - Штип, Факултет за медицински науки. ISBN 978-608-244-342-3

41. Krstev, Toshe and Nikolovska, Lence and Vasileva, Dance and **Stratorska, Tamara** (2020) *Медицинска масажа*. ISBN 978-608-244-753-7.

СТРУЧНО-АПЛИКАТИВНА И ОРГАНИЗАЦИСКО-РАЗВОЈНА ДЕЈНОСТ

Кандидатката ас. д-р Тамара Аџиска била организатор на неколку стручни работилници на коишто предавачи и демонстратори се реномирани професори и стручњаци од странство:

1. Во соработка со холандската организација `s Heeren Loo била организатор на работилница на тема „Basic Motor Skills of Children with Down syndrome“, за новите методи во рехабилитацијата на деца со Даунов синдром, во која беа вклучени студентите од ВЗШ од студиската програма за Физиотерапевти, како и родители на деца со Даунов синдром.

2. Организатор на работилница за кинезиотејпинг, јуни 2013 г., Рекреативен центар при Универзитетот „Гоце Делчев“ - Штип.

3. Организатор на работилница „Рехабилитациски пристап кај деца со Даунов синдром – Лаутеслагер метода“ во соработка со Здружението на физиотерапевти на РМ, октомври 2012 г., Универзитетот „Гоце Делчев“ - Штип.

4. Организатор на Прв конгрес на физиотерапевти, мај 2015 г., Скопје

5. Организатор на Втор конгрес на физиотерапевти, септември 2016 г., Струга.

Техничко унапредување

1. Сертификат – Рехабилитациски пристап кај деца со Даунов синдром – Лаутеслагер метода.

2. Сертификат – Вежби за карлично дно, базирани на принципите на моториката.

3. Сертификат – Примена на деконгестивен третман кај ортопедско-трауматолошки пациенти.

4. Сертификат – Кинезиотејпинг – Kinesio taping.

5. Certificate – TESLA STYM.

6. Certificate – Respiratory Physiotherapy Course in Cystic Fibrosis.

7. Certificate of achievement – Fascial and manual Therapy by Alen Lilic Fizio.

8. Certificate – Zensegrity 1 .

9. Certificate – Zensegrity 2.

10. Certificate – Zensegrity 3.

11. Certificate – Zensegrity 4.

12. Certificate – Zensegrity full practitioner.
13. Удостоверение – Мануелна мобилизација на периферните стави.
14. Сертификат – Работилница за физиотерапевтски третман кај пациенти со хемиплегија и други невролошки состојби со примена на Бобат концепт, моторна реедукација и примена на швајцарска топка.
15. CERTIFICATE – Basic motor skills of children with down syndrome.

ЗАКЛУЧОК И ПРЕДЛОГ

Рецензентската комисија е едногласна во оцената дека со целокупната своја досегашна работа ас. д-р Тамара Аџиска има значаен придонес во наставно-образовната, научноистражувачката, стручно-апликативната и организациско-развијната дејност.

Согласно со Законот за високо образование и Правилникот за посебните услови и постапката за избор во наставно-научни, наставно-стручни, научни, наставни и соработнички звања на Универзитетот „Гоце Делчев“ во Штип, како и согласно со приложената документација, кандидатката ас. д-р Тамара Аџиска ги исполнува критериумите за да биде избрана во звањето доцент и за целокупната активност во извештајот има остварено (НО + НИ + САОР) вкупно 187,5 поени.

Врз основа на приложениот материјал и изнесените податоци, Законот за високо образование и Правилникот за посебни услови и постапката за избор во наставно-научни, наставно-стручни, научни, наставни и соработнички звања на Универзитетот „Гоце Делчев“ во Штип, Рецензентската комисија има особена чест и задоволство да му предложи на Наставно-научниот совет на Факултетот за медицински науки при Универзитет „Гоце Делчев“ во Штип, кандидатката **ас. д-р Тамара Аџиска да биде избрана во звањето доцент за наставно-научната област применета кинезиологија (5.09.01.02) на Факултетот за медицински науки при Универзитет „Гоце Делчев“ во Штип.**

РЕЦЕНЗЕНТСКА КОМИСИЈА

Д-р Ленче Николовска, редовен професор, претседател, с.р.

Д-р Вујица Живковиќ, редовен професор, член, с.р.

Д-р Серјожа Гонтарев, редовен професор, член, с.р.

ТАБЕЛА НА АКТИВНОСТИ КОИ СЕ БОДУВААТ ПРИ ИЗБОР ВО ЗВАЊЕ

Р. бр.	Наставно-образовна дејност	Поени				
2.	Избор во звање асистент	15				
	ВКУПНО	15				
Р. бр.	Научноистражувачка дејност и стручно-уметнички активности	Поени				
		Во земјава		Во странство		Вкупно
		Број	поени	Број	поени	
3.	Научен труд објавен во списание со ИФ (прв автор, втор автор, останати автори) Труд под реден број 4 - останати автори			1	5	5
4.	Научен труд објавен во меѓународно научно списание (прв автор, втор автор, останати автори)			3	9	27
	Труд под реден број 1, 2, 3 - прв автор Труд под реден број 5, 6, 9, 10 - останати автори			4	3	12
5.	Труд со оригинални научни резултати, објавени во зборник од трудови на научен собир: Во земјава: 28,29,30,31 Во странство: 7,8,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20,21,22,23,24,25,26,27	4	2	19	3	65
9.	Учество на научен собир со реферат (постер/ усно), концерт во земјава и во странство: Во земјава: 33, 34, 35 Во странство: 32	3	1	1	1,5	4,5
10.	Одбранета докторска дисертација			1	8	8
12.	Одбранет магистерски труд			1	4	4
20.	Член на организациски или научен одбор на научен собир, фестивал	5	1			5
	ВКУПНО					130,5
Р. бр.	Стручно-апликативна дејност и организациско-развојна дејност	Поени				
		Во земјава		Во странство		Вкупно
		број	поени	број	поени	
1.	Книга/учебник Реден број: 36, 37	2	10			20
15.	Техничко унапредување	12	2	3	2	30
	ВКУПНО					50
	ВКУПНО БОДОВИ ОД СИТЕ ОБЛАСТИ					195,5