

РЕЗЮМЕТА НА НАУЧНИТЕ ТРУДОВЕ НА БЪЛГАРСКИ И АНГЛИЙСКИ ЕЗИК

на Гл. ас. Жана Георгиева Павловска, д.03.

Катедра „Здравни грижи“, Филиал Велико Търново

МУ „Проф. д-р П. Стоянов“ – Варна

представени за участие в конкурс за заемане на академична длъжност „доцент“
в област на висше образование 7. Здравеопазване и спорт, професионално направление
7.4 Обществено здраве, специалност „Управление на здравните грижи“,
обнародван в Държавен вестник бр. 7 от 23.01.2024 г.

Представените научни трудове са общо 26, групирани в две части:

I. Включени в академична справка по образец, доказващи минималните изисквания за заемане на академична длъжност „доцент“:

Показател А1. Дисертационен труд за придобиване на образователна и научна степен „доктор“ – 1 брой

Показател В3. Публикуван хабилитационен труд – монография – 1 брой

Показател Г7. Публикации и доклади в научни издания, реферирани и индексирани в световноизвестни бази данни с научна информация – 2 броя

Показател Г8. Публикации и доклади в нереферирани списания с научно рецензиране или публикувани в редактирани колективни томове – 5 броя

Показател Г9. Публикувана глава от колективна монография – 1 брой

II. Пълнотестови публикации в научни списания и сборници, извън минималните наукометрични изисквания за заемане на академична длъжност „доцент“ – 16 броя

I. Научни трудове, включени в академична справка по образец, доказващи минималните изисквания за заемане на академична длъжност „доцент“	
A1.	Дисертационен труд за придобиване на образователна и научна степен „доктор“ Павловска, Ж. ПРОДЪЛЖАВАЩОТО ОБУЧЕНИЕ НА АКУШЕРКАТА – ИНОВАТИВНИ ОБРАЗОВАТЕЛНИ ПОДХОДИ, МУ – Варна, 2020 г.
Резюме Синхронизирането на професионалната компетентност с европейските стратегии и политики, частичната автономност на регулираната професия „Акушерка“, научния напредък, технологичното развитие и мобилността са основни причини да се предприеме разработване на иновативни модели за качествена оценка на продължаващото обучение, които гарантират ефективна професионална практика и безопасност за пациентите. Целта на проучването е на базата на направен анализ за продължаващото акушерско обучение в европейските системи и проучено мнение на различни групи респонденти, да се направи SWOT анализ на съществуващата действителност у нас и се предложи иновативен модел за оценка на резултатите от продължаващото обучение.	

За проучването са използвани: документално – съдържателен метод, качествен контент-анализ на документи, анкетен метод, SWOT анализ и статистически методи.

Сравнителният анализ на системите за продължаващо акушерско обучение в Европа показва, че продължаващо обучение в България отговаря на критериите на СЗО за правна регулация, организация, обучение, основаващо се на научни изследвания, доказателства и компетентност и се предоставя чрез разнообразни дейности.

Според анализа на нормативни документи, регламентиращи обучението на акушерките в България няма утвърдени стандарти за качество на продължаващото обучение, оценяването се основава на количествено измерими показатели, което не гарантира качество на придобитите знания, умения, компетенции.

Повечето акушерки оценяват положително продължаващото обучение, водещи мотиви за включване в дейности за повишаване на квалификацията са разширяване на знанията и уменията.

Студентите показват по-активни намерения в сравнение с акушерките да повишават квалификацията си и да се развиват професионално.

Разгледани са проблемите и трудностите, които имат акушерките и ръководителите при осъществяване на дейностите по продължаващото обучение.

Разработени са **Алгоритъм за ефективно управление на продължаващо обучение, Модел за оценка на продължаващо обучение** на акушерката и инструментариум, включващ **Карта за оценка на професионално развитие и Професионално портфолио**.

Разработеният от нас **Модел за оценка на продължаващото обучение** се очаква да засили контрола по осъществяване на дейностите, да мотивира акушерките за участие в продължаващото обучение и да активира работодателите за включване в професионалното развитие на персонала.

Zhana Pavlovska, CONTINUING EDUCATION OF MIDWIFE – INNOVATIVE EDUCATIONAL APPROACHES

Abstract

The synchronization of professional competence with European strategies and policies, the partial autonomy of the regulated profession of “Midwife”, scientific progress, technological development and mobility are basic reasons to undertake the work of innovative models for quality assessment of continuing education, which ensure effective professional practice and safety for patients.

The research’s **objective** is based on an analysis of continuing midwife’s education in European systems and surveyed opinion of different groups of respondents, a SWOT analysis of the existing reality in our country to be created and an innovative model for evaluating the results of continuing education to be proposed.

The following have been used for the research: documentary – content method, qualitative content analysis, questionnaire method, SWOT analysis and statistical methods.

A comparative analysis of continuing obstetric educational systems in Europe reveals that continuing education in Bulgaria meets WHO criteria for legal regulation, organization, education based on research, evidence and competence and is provided through a variety of activities.

According to the analysis of normative documents regulating the education of midwives in Bulgaria there are no approved standards for quality of continuing education, the assessment is based on quantitatively measurable indicators, which does not guarantee the quality of acquired knowledge, skills, competencies.

Most midwives evaluate positively the continuing education, the leading motives for involvement in activities for qualification rising are the expansion of knowledge and skills.

Students demonstrate more active intentions compared to midwives to improve their qualification skills and develop professionally.

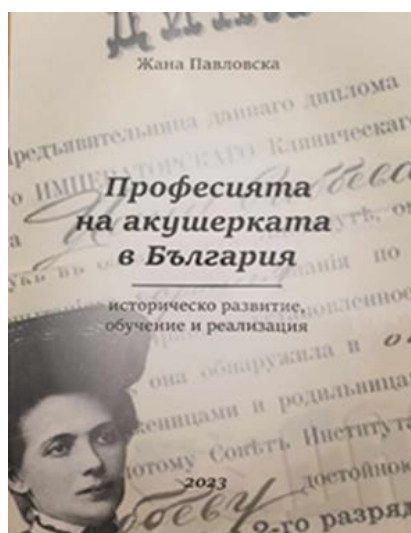
The problems and difficulties that midwives and managers have in carrying out continuing education activities are discussed.

An Algorithm for the effective management of continuing education, a Model for evaluating the midwife's continuing education and a toolkit including a Professional development assessment card and a Professional portfolio have been developed.

The Continuing education assessment model developed by us will strengthen control over the implementation of activities, motivate midwives to participate in continuing education and activate employers to involve in the professional development of staff.

ВЗ.

Публикуван хабилитационен труд – монография
Павловска, Ж. ПРОФЕСИЯТА НА АКУШЕРКАТА В БЪЛГАРИЯ –
ИСТОРИЧЕСКО РАЗВИТИЕ, ОБУЧЕНИЕ И РЕАЛИЗАЦИЯ, 2023 г.,
Университетско издателство на МУ – Варна, ISBN 978-619-221-442-5, 206 стр.



Резюме на български и английски език – в документи 16. 1. и 16. 2.

Г7. Публикации и доклади в научни издания, реферирани и индексирани в световноизвестни бази данни с научна информация	
Г7.1.	<i>Павловска, Ж. ПУБЛИЦИСТИЧНА ДЕЙНОСТ НА ЦОНКА СЪБЕВА – ПЪРВАТА ДИПЛОМИРАНА ТЪРНОВСКА АКУШЕРКА, Сестринско дело, под печат, ISSN 1310-7496 УДК641.235.5</i>
Резюме Първите дипломирани акушерки в България се появяват в края на XIX, началото на XX век. Сред най-известните са Райна Попгеоргиева, Христина Хранова, Виктория Бикова, Василка Куртева, Златина Недева, отдали много за развитието на акушерската професия в България. Към тях можем да причислим и Цонка Събева – първата дипломирана акушерка в Търново, която се изявява и като талантлив публицист. Цел: Да се представи и анализира публицистичната дейност на първата дипломирана акушерка в Търново. Материал и методи: Използван е документален, исторически метод и преглед на архивни документи. Цонка Събева е сред първите акушерки, допринесли за развитието на акушерската професията в България със знанията и професионалните си умения. В бурните Следосвобожденски години тя се изявява и като талантлив публицист. В началото пише кратки дописки, по-късно публикациите ѝ стават по-обширни и по-критични. В тях тя разглежда медицински и социални проблеми като абортите, туберкулозата и др. Апелира за издигане на здравно-културното ниво на жените и борба за трезвеност. Като активист на женското движение се противопоставя на експлоатацията на женския труд и дискриминацията, призовава за подобряване положението на работещата жена и за равни права с мъжете. Pavlovska, Zh. PUBLICISTIC ACTIVITY OF TSONKA SABEVA – THE FIRST GRADUATED MIDWIFE IN TARNOVO Abstract The first graduated midwives in Bulgaria appear at the end of the XIX and the beginning of the XX century. Among the most famous are Raina Popgeorgieva, Hristina Hranova, Vasilka Kurteva, Viktoriya Bikova, Zlatina Nedeva, who contributed a lot to the establishment and development of the midwifery profession in Bulgaria. Among them we can count the midwife Tsonka Sabeva – the first graduated midwife in Tarnovo, who is also a talented publicist. Purpose: The publicistic activity of the first graduated midwife in Tarnovo to be presented and analyzed. Material and methods: documentary, historical method and review of archival documents have been used. Tsonka Sabeva is among the first midwives who contribute to the development of the midwifery profession in Bulgaria with her knowledge and professional skills. In the stormy Post-liberation years, she also appears as a talented publicist. In the beginning, she writes short notes, over time her publications become more extensive and more critical. In them, she addresses medical and social issues such as abortion and tuberculosis. Appeals to raise the health and cultural level of women and fight for sobriety. As an activist of the women's movement, she opposes the exploitation of women's work and discrimination, calls for	

improving the situation of working women and for equal rights with men.	
Г7. 2.	Павловска, Ж. ПРЕГЛЕД НА РЕГУЛАЦИЯТА И ОРГАНИЗАЦИЯТА НА АКУШЕРСКАТА ПОМОЩ В БЪЛГАРИЯ СЛЕД СВОБОЖДЕНИЕТО, Сестринско дело, под печат, ISSN 1310-7496 УДК641.235.5
Резюме По време на Възраждането българските Градски общини и Женските дружества развиват широка благотворителна дейност и изпращат в чужбина будни младежи и девойки да учат за лекари и акушерки, които след Освобождението поставят основата на акушерската помощ. Цел: Да се представи и анализира регулацията и организацията на акушерската помощ в България в първите години след Освобождението. Материал и методи: Използван е документален, исторически метод и преглед на архивни документи. Първият закон за здравеопазване в Княжество България е „Временни правила за устройството на медицинското управление в България“ от 1879 г., съставен от д-р Димитър Моллов и предвижда профилактика и оказване на акушерска болнична помощ. Последваща регулация на акушерските дейности налагат: „Инструкция за практикуващите в страната акушерки“ от 1882 г. на д-р Грим, „Санитарният закон“ от 1888 г. и произтичащият от него „Правилник за санитарните служби“ от 1889 г. Най-обстойно практиката на акушерката е представена в „Правилник за правата и задълженията на акушерките“ от 1903 г., където прозира и намесата на първата самостоятелна професионалната организация „Акушерка“. Паралелно с регулацията се развива акушерската помощ в България – от частна практика на завършили в чужбина акушерки до общински акушерки и работещи в болници акушерки, завършили в България. Pavlovska, Zh. OVERVIEW OF THE REGULATION AND ORGANIZATION OF OBSTETRICAL CARE AFTER LIBERATION Abstract During the Renaissance, the Bulgarian City Municipalities and Women’s Societies develop a wide charitable activity and send awake young men and women abroad to study as doctors and midwives, who after the Liberation lay the foundation of obstetric care. Objective: To present and analyze the regulation and organization of obstetric care in Bulgaria in the first years after Liberation. Material and methods: A documentary, historical method and a review of archival documents have been used. The first health care law in the Principality of Bulgaria is “Temporary Rules for the Organization of the Medical Administration in Bulgaria” from 1879, compiled by Dr. Dimitar Mollov and provides for prevention and provision of obstetrical hospital care. Subsequent regulation of midwifery activities is imposed by Dr. Grimm’s “Instruction for Midwives Practicing in the Country” of 1882, the “Sanitary Law” of 1888 and the resulting “Regulations for Sanitary Services” of 1889. Most comprehensively the practice of the midwife is presented in the “Regulations for the Rights and Duties of Midwives” from 1903, where the intervention of the first independent professional organization “Midwifery” is visible. In parallel	

with the regulation, midwifery care in Bulgaria is developing – from private practice of midwives graduated abroad to municipal midwives and midwives working in hospitals, graduated in Bulgaria.	
Г8. Публикации и доклади в нереферирані списания с научно рецензиране или публикувани в редактирани колективни томове	
Г8. 1.	Павловска, Ж. Д. Димитрова, Т. Алексиева. ИЗСЛЕДВАНЕ НА ИСТОРИЕСКОТО НАСЛЕДСТВО ВЪВ ВЕЛИКОТЪРНОВСКИЯ КРАЙ, СВЪРЗАНО С АКУШЕРСКИТЕ ПРАКТИКИ, Сборник доклади от Юбилейна научна конференция „Съвременни тенденции в здравните грижи“ – Сливен, 2018 г. публикуван във Варненски медицински форум, т.7, 2018, Прил. 4, с. 398-405, ISSN 1314-8338
Резюме Настоящият исторически обзор проследява историческите документи от времето на Втората българска държава (XII –XIV век) до края на двадесети век, свързани с акушерските практики във Великотърновския край. За целта са използвани исторически и документален метод, а сведенията са интерпретирани и систематизирани. Данните сочат, че здравните и акушерски практики в този край на България са първообрази на съвременните акушерски грижи, уникални по своя характер и пример за съвременното поколение. Проучени са 9 източника (писмени извори и вещевени исторически паметници от фонда на Регионалния исторически музей и фонда на Регионалната библиотека във Велико Търново) в периода април – юни 2018 г. Изложението е систематизирано хронологично. Pavlovska, Zh. D. Dimitrova, T. Aleksieva. STUDI OF THE HISTORICAL HERITAGE IN VELIKO TARNOVO REGION RELETED TO MIDWIFERY PRACTICES Abstract Current historical review studies historical documents dated since the time of Second Bulgarian Kingdom (XII –XIV century) till the end of XX century, all concerned to midwives' practices in Veliko Tarnovo part of the country. The report is based on historical as well as documentary method while the information is interpreted and systemised. The data reveals that health and midwife practices in this part of Bulgaria are prototypes of modern midwifery practices, which have unique character and are example also for modern generation. Nine sources are researched in the period April – June 2018 (record sources and material evidences from funds of the Regional Historical Museum and Regional Library in Veliko Tarnovo). The expose is chronically structured.	
Г8. 2.	Павловска, Ж. Я. Маркова, М. Костадинова. ПРОУЧВАНЕ НА ГЛАСИТЕ ЗА ПРОДЪЛЖАВАЩО ОБУЧЕНИЕ НА СТУДЕНТИ ОТ СПЕЦИАЛНОСТ „АКУШЕРКА“, Сборник доклади от Юбилейна научна конференция „Съвременни тенденции в здравните грижи“ – Сливен, 2018 г. публикуван във

Резюме

Периодът на придобиване на базово обучение в университета трябва да подготви бъдещите акушерки и да осигури компетенциите, необходими за изпълнение на работни задачи през време на началния период след дипломирането им, както и за етапите на бъдещото им професионално развитие, което ще се осъществи посредством продължаващото обучение. **Цел** на проучването е да се изследват нагласите за продължаващо обучение на студентите от специалност „Акушерка“. **Материал и методи:** Обект на проучването са 112 студенти от трети и четвърти курс, от специалността „Акушерка“ от: МУ – София, МУ – Плевен, РУ „Ангел Кънчев“, МУ – Варна и филиалите във Велико Търново, Шумен и Сливен. Предмет на проучването са нагласите на студентите от специалност „Акушерка“ за включване във формите на продължаващото обучение в процеса на бъдещата им професионална реализация. Използвани са **документален метод** чрез проучване на достъпна литература и **социологически метод**, който включва анкетно анонимно проучване. **Резултатите** от проучването показват положителна нагласа на бъдещите акушерки към продължаващото обучение и готовност за включване в различните форми. **Изводи:** По-голяма част от студентите са убедени, че за да практикуват успешно професията си трябва непрекъснато да повишават своята квалификация. Водещи мотиви са: повишаване и поддържане на професионалната квалификация, възможност за кариерно развитие, личностно самоусъвършенстване, възможност за по-добро реализиране на пазара на труда. Преподавателите от университета и акушерките-наставници имат водеща роля в процеса на професионално ориентиране и развитие на бъдещите акушерки.

Pavlovska, Zh.Y. Markova, M. Kostadinova. STUDY OF THE INTENTIONS FOR CONTINUING EDUCATION OF THE MIDWIFERY STUDENTS

Abstract

The period of basic education in the university have to prepare future midwives and ensure their competencies needed for working tasks execution immediately after their graduation and later for the stages in their future professional development which will be executed by continuous education. **The research objective** is studying of continuous education arrangements for the students from Midwives specialization. **Research and methods:** Research objects are 112 students from third and fourth year of education of Midwives specialty studying in: Medical University – Sofia, Medical University – Pleven, Angel Kanchev Russe University, Medical University – Varna and its affiliates in Veliko Tarnovo, Shumen and Sliven. The research subject is connected with adjustments of Midwives specialty students to participate in continuous education forms in the process of their professional realisation. Documentary and sociological methods are applied. Documentary method presents in the shape of accessible literature research, while sociological method includes anonymous inquiry. **The results** show positive adjustment of future midwives toward continuous education and readiness for participation in different forms of this kind of education. **Deductions:** Most of the students are convinced that they need

continuously to raise their qualification in order to practise successfully their profession. Leading impulses are: raising and maintenance of their professional qualification, carrier promotion possibility, personal self-improvement, better realisation on the labour market. Lecturers and midwives supervisors belong a leading role in the process of professional orientation and development of future midwives.	
Г8. 3.	Павловска, Ж. ИНОВАТИВЕН МОДЕЛ ЗА ОЦЕНКА НА ПРОДЪЛЖАВАЩОТО ОБУЧЕНИЕ НА АКУШЕРКАТА, Сборник доклади от юбилейна научна конференция с международно участие „Нови подходи в обществената здравна политика“, Плевен 2020, с. 279-284, Издателски център на МУ – Плевен, ISBN978-954-756-254-7
Резюме Въведение Продължаващото обучение на акушерката в България използва количествено измерим метод за оценка, базиращ се на входящи данни. Тенденцията в съвременното продължаващото обучение е въвеждане на иновативни подходи и модели за качествена оценка. Цел На базата на проучена литература и мнение на акушерки и ръководители по здравни грижи да се направи SWOT анализ на съществуващата действителност у нас и се предложи иновативен модел за качествена оценка на резултатите от продължаващото обучение. Материал и методи Проучени са нормативни документи на СЗО, ЕС и България. Използвани са Документален метод, SWOT анализ, статистически методи. Проведена е анонимна анкета с 324 акушерки и 58 ръководители по здравни грижи. Резултати Проучването установи, че 15% от акушерките не са запознати с необходимостта от продължаващо обучение, 42% не притежават сертификати, при ръководителите по здравни грижи – 1/3 нямат сертификати. SWOT анализът показва, че българското продължаващо обучение в по-голямата си част отговаря на изискванията на СЗО, но липсват стандарти, качествено измерима оценка, финансиране и стимулиране от работодателите и държавата. Обсъждане Слаба страна в системата на продължаващо обучение у нас е оценката, която е силен мотивиращ фактор когато е обективна. Предложеният Модел за оценка включва сформирание на „Съвет по качество“ към местното дружество на БАПЗГ в лечебното заведение, с представители на „Съвета по здравни грижи“ и работодателя. Заключение Въвеждането на Модел за оценка ще допринесе за качествен контрол и оценка, ще мотивира акушерките. Включването на работодателите в Модела ще засили информираността и участието им в планирането, управлението и финансирането на продължаващото обучение. Pavlovska, Zh. INNOVATIVE MODEL FOR MIDWIFE 'S CONTINUING EDUCATION ASSESSMENT Summary Introduction: The continuing education of midwife in Bulgaria uses a quantitatively measurable method of assessment based on input data. The trend in modern continuing education is the introduction of innovative approaches and models for quality estimation. Purpose: on the	

studied literature basis and opinion of midwives and health care managers to make a SWOT analysis of the existing reality in our country and to offer an innovative model for quality assessment of the results of continuing education. **Material and methods:** Normative documents of the WHO, the EU and Bulgaria have been researched. Documentary method, SWOT analysis, statistical methods have been used. An anonymous survey has been conducted with 324 midwives and 58 health care managers. **Results:** The survey has found that 15% of midwives are not aware of the need for continuing education, 42% do not have certificates, and health care managers – 1/3 do not have certificates. The SWOT analysis shows that the Bulgarian continuing education for the most part meets the requirements of the WHO, but there are no standards, qualitatively measurable assessment, financing and incentives from employers and the state. **Discussion:** a weak point in the system of continuing education in our country is the assessment, which is a strong motivated factor when it is objective. The proposed Assessment Model includes the formation of a “Quality Council” at the local BAHCP company in the medical institution, with representatives of the “Health Care Council” and the employer. **Conclusion:** The introduction of an Assessment Model will contribute to quality control and evaluation, will motivate midwives also. The involvement of employers in the Model will increase their awareness and participation in the planning, management and financing of continuing education.

Г8. 4.	Маркова, Я. С. Борисова, Ж. Павловска, ИЗСЛЕДВАНЕ НЕОБХОДИМОСТА ОТ МЕДИКО-СОЦИАЛНА ПОМОЩ У ДОМА НА ВЪЗРАСТНИ И СТАРИ ХОРАИ, Сборник доклади от Юбилейна научна конференция „Съвременни тенденции в здравните грижи“ – Сливен, 2018 г. публикуван във Варненски медицински форум, т.7, 2018, Прил. 4, с. 186-190, ISSN 1314-8338
--------	---

Резюме

В световен мащаб нараства броят на възрастното население (лицата над 65 години), едновременно с това се увеличава и делът на старите хора (лицата над 80 години). Това налага разрешаването на конкретни икономически проблеми, спешно решаване на задачи, свързани с развитието и предлагането на здравните и социалните услуги. Най-уязвима група от населението са самотно живеещите възрастни, стари хора и инвалиди. При организацията на медикосоциална помощ за самотно живеещи възрастни и стари хора е необходимо да се направи оценка на техните остатъчни възможности и да се отчете сложният характер на техните нужди от медицинска и социална помощ. **Цел:** Да се направи проучване и да се определят най-важните потребности от медицинска и социална помощ на възрастните и стари, самотно живеещи хора. **Материали и методи:** Обект на изследването са потребностите от медико-социални услуги и оценка на най-необходимите от тях за самотно живеещите възрастни и стари хора в домашни условия. Използвани методи: социологическо проучване (анонимна анкета); статистическа обработка и графична интерпретация на получените резултати. **Резултати и обсъждане:** Резултатите от изследването показват, че е необходимо да се отчита комплексният характер на

потребностите им, диференциране на нуждите им, произтичащи от възрастта и индивидуалните особености на индивида. **Изводи:** Съществуващата система на медицинска и социална помощ на този етап не може да отговори в пълна степен за удовлетворяване нуждите на самотно живеещите възрастни и стари хора в домашна среда.

Markova, Y. S. Borisova, Zh. Pavlovska. STUDY OF THE NEED FOR HOME-BASED MEDICAL AND SOCIAL ASSISTANCE FOR OLDER ADULTS AND ELDERLY PEOPLE

Abstract

The number of older adults (people above 65 years) is increasing globally, while simultaneously the number of elderly people (individuals more than 80 years) is becoming higher and higher. This requires solving specific economic problems, and urgent resolution of tasks related to the development and provision of health and social services. The most vulnerable population group consists of solitary older adults, elderly people and disabled. In the organization of medico-social help of solitary older adults and elderly people it is necessary to assess their residual capacity and take into account the complexity of their medical and social care needs. **Aim:** The aim of this article is to study and identify the most important medical and social care needs of solitary older adults and elderly people. **Materials and Methods:** The subject of the study is the need for medical and social services and the assessment of the most needed ones for the older adults and the elderly living alone at home. **Methods used:** sociological survey (anonymous poll); statistical processing and graphical interpretation of the results obtained. **Results and Discussion:** The results of the study show that it is necessary to take into account the complex nature of their needs, differentiating the needs arising from the age and the individual characteristics of the person. **Conclusion:** The currently available system of medical and social help cannot respond in accordance with the needs of solitary older adults and elderly people in home settings.

Г8. 5.	Димитрова, Д. Ж. Павловска, Д. Петрова, В. Михайлова. ВЛИЯНИЕ НА СЕКСУАЛНИЯ ДЕБЮТ ВЪРХУ ИНТИМНИЯ ЖИВОТ НА ИНДИВИДА, <i>Доклади от Юбилейната научна конференция „Съвременни тенденции в здравните грижи“ – Сливен, 2018, Варненски медицински форум, т. 7, 2018, прил. 4, с. 229-233, ISSN 1314-8338</i>
---------------	--

Резюме

Сексуалният дебют бележи нов етап в живота на личността. Той е преход към света на възрастните, нов стадий в развитието и революционен скок в разбирането на любовта. **Целта** на настоящото изследване е да се проучи влиянието на сексуалния дебют върху последващите интимни преживявания на индивида. **Материал и методи:** Проучено е мнението на 100 жени на средна възраст 29,3 години. Използвана е авторска анкетна карта с 8 въпроса. Единият от въпросите включва четиристепенна Ликертова скала за оценка на нагласите към интимните отношения и любовта. Изследването е проведено в периода 01.05.2018-30.06.2018 г., а данните са обработени с Excel 2013. **Резултатите** сочат, че

средната възраст за начало на половия живот е 16,6 години. Хората с негативен спомен от първия сексуален контакт: са по-склонни да се разделят с партньора си, ако спрат да го обичат; по-рядко се влюбват; по-слабо вярват, че съществува „вечна любов”, в сравнение с жените с позитивен опит. Не е установена статистически значима разлика относно влиянието на сексуалния дебют върху стабилността на връзката.

Dimitrova, D. Zh. Pavlovska, D. Petrova, V. Mihajlova. THE INFLUENCE OF THE SEXUAL DEBUT ON THE INTIMATE LIFE OF THE INDIVIDUAL

Abstract

Introduction: The sexual debut notes a new stage of person`s development. It is a way toward the world of adults, a new stage in development and a revolutionary step in the understanding of love. **Aim:** The purpose of this study is to investigate the influence of the sexual debut on the next sexual experiences of the person. **Materials and Methods:** We studied the opinion of 100 women aged 29 to 30 years. An original inquiry card that comprised 8 questions was used. One of the questions included a four-level Likert-type scale for appraising the intimate relationships and love. The study was conducted between 1/05/2018 and 30/06/2018, and the data were analyzed using Excel 2013 software. **Results:** The results show that the average age for starting a sexual life is 16.6 years. People who have negative experience from their first sexual act are more inclined to split up with their partners, if they stopped loving them, they rarely fall in love, hardly believe in the existence of “eternal love” in comparison with women with positive experience. There is no considerable difference concerning the influence of sexual debut on the stability of the relationship.

Г9.	Публикувана глава от колективна монография <i>Димитрова, Д. Хр. Маджова, С. Михайлова, Т. Боева, Ж. Павловска, Р. Денкова,</i> ЗДРАВΟΣЛОВЕН НАЧИН НА ЖИВОТ ПО ВРЕМЕ НА БРЕМЕННОСТ: ГЛАВА II ЗДРАВΟΣЛОВНО ХРАНЕНЕ ПО ВРЕМЕ НА БРЕМЕННОСТ, УИ <i>на МУ – Варна, 2022 г.с.28-45, ISBN 978-619-221-408-1 (единствен автор на</i> <i>въпросната глава Жана Павловска)</i>
-----	--

Резюме

Бременността е физиологично състояние, при което преобладават процесите на синтез с повишена кослородна консумация. Растящият плод се нуждае от хранителни и биологично активни вещества, особено лесноусвоими пълноценни белтъци, полиненаситени мастни киселини, минерални вещества и витамини. През I триместър енергийните потребности се повишават незначително, с около 70-100 ккал/дневно, през II триместър енергийният внос се повишава с около 250 ккал/дневно, а през III триместър – до 500 ккал/дневно. Недостатъчният енергиен внос през втората половина на бременността крие риск от забавяне в растежа на плода. За задоволяване на повишените потребности от белтъци, по време на бременност се препоръчва продукти от животински произход с висока хранителна плътност, както и варива, богати на растителни белтъци. Мазнините се

увеличават пропорционално на срока на бременността чрез консумация на лесноусвоими мазнини (млечно масло) и около 30% растителни мазнини, които съдържат необходимите за развитието на плода полиненаситени мастни киселини и токофероли. От въглехидратите се предпочитат лесноразграждащите се. Особено важен аспект на здравословното протичане на бременността са витамините и минералите. Значение има не само количеството им, но и съотношението между тях. Бременните жени се нуждаят от повишени количества калций, фосфор, магнезий, витамин D, витамин C, фолиева киселина, желязо, йод, цинк, мед и селен. Негативните поведенчески навици като консумация на алкохол, кафе, газирани напитки и тютюнопушене са рискови фактори при бременност и кърмене.

Dimitrova, D. Hr. Madzhova, S. Mihailova, T. Boeva, Zh. Pavlovska, R. Denkova:
LIFESTYLE DURING PREGNANCY: CHARPET II HEALTHY EATING DURING PREGNANCY

Abstract

Pregnancy is a physiological state in which synthesis processes with increased oxygen consumption predominate. The growing fetus needs nutrients and biologically active substances, especially easily digestible complete proteins, polyunsaturated fatty acids, minerals and vitamins. In the I-st trimester, energy needs increase slightly, by about 70-100 kcal/day, in the II-nd trimester, the energy intake increases by about 250 kcal/day, and in the III-rd trimester – up to 500 kcal/day. Insufficient energy intake during the second half of pregnancy poses a risk of fetal growth retardation. In order to meet the increased needs of proteins, during pregnancy products of animal origin with a high nutritional density, as well as pulses rich in vegetable proteins, are recommended. Fats increase proportionally to the duration of pregnancy by consuming easily digestible fats (milk butter) and about 30% vegetable fats, which contain polyunsaturated fatty acids and tocopherols necessary for the development of the fetus. Easily degradable carbohydrates are preferred. Vitamins and minerals are a particularly important aspect of a healthy pregnancy. Not only their quantity is important, but also the ratio between them. Pregnant women need increased amounts of calcium, phosphorus, magnesium, vitamin D, vitamin C, folic acid, iron, iodine, zinc, copper and selenium. Negative behavioral habits such as consumption of alcohol, coffee, carbonated drinks and smoking are risk factors during pregnancy and breastfeeding.

II. Пълнотестови публикации в научни списания и сборници, извън минималните наукометрични изисквания за заемане на академична длъжност „доцент“

1.	Павловска, Ж. Я. Маркова. ПРОФЕСИОНАЛНА РЕАЛИЗАЦИЯ НА ПЪРВИ ВИПУСК АКУШЕРКИ И МЕДИЦИНСКИ СЕСТРИ, ЗАВЪРШИЛИ ВЪВ ФИЛИАЛ ВЕЛИКО ТЪРНОВО НА МУ – ВАРНА, Сборник докладни от XVI Национален форум „Здравните специалисти – ключ към по-добро обществено здраве“ – Шумен, 2022, с. 30-39, Издателство на МУ – Варна, ISBN 978-619-221-430-2
----	--

Резюме

Разкриването на филиали към медицинските университети е положителна стъпка за преодоляване на дефицита от специалисти по здравни грижи. **Целта** на настоящото проучване е да се изследва и анализира началния период на професионална реализация на завършилите медицински сестри и акушерки от първи випуск на Филиал Велико Търново към МУ – Варна. **Материал и методи:** чрез самостоятелно разработена анкетна карта е проучено е мнението на 17 акушерки и 12 медицински сестри, дипломирали се през 2019 г. Използвани са документален, социологически (анкетен), статистически метод и графично представяне на резултатите. **Резултати:** Всички анкетирани медицински сестри и акушерки работят по специалността си, предимно в лечебни заведения за болнична помощ. Изборът на работно място при повечето е свързан с процеса на обучение. Периодът на адаптация за половината от тях е продължил около месец, при една трета е преминал по време на обучението, а за останалите е продължил по-дълго. Добрата теоретична и практическа подготовка, както и доброто отношение на медицински сестри и акушерките по места, подпомага по-бързата адаптация. Старшите медицински сестри и лекарите (при акушерките) също са подкрепили започващата работа. Една четвърт от медицинските сестри и една трета от акушерките надграждат обучението си чрез придобиване на магистратура, останалите разчитат на курсове и самообучение. Едва половината от анкетираните са доволни от заплащането си, но повечето споделят, че работата ги удовлетворява. **Заключение:** Завършилите медицински сестри и акушерки от първи випуск на Филиал Велико Търново успешно упражняват професиите си, бързо се адаптират и продължават да надграждат образованието си.

Pavlovska, Zh. Y. Markova. PROFESSIONAL IMPLEMENTATION OF THE FIRST GRADUATION OF MIDWIVES AND NURSES GRADUATED IN THE VELIKO TARNOVO AFFILIATE OF MEDICAL UNIVERSITY OF VARNA

Abstract

The opening of affiliations to medical universities is a positive step to address the shortage of healthcare professionals. **The purpose** of the present study is to investigate and analyze the initial period of professional realization of the graduates of nurses and midwives from the first graduation of the Veliko Tarnovo Affiliate of the Medical University – Varna. **Material and methods:** through a self-developed questionnaire, the opinion of 17 midwives and 12 nurses who graduated in 2019 has been studied. Documentary, sociological (survey), statistical method and graphical presentation of the results have been used. **Results:** all surveyed nurses and midwives work in their specialty, mostly in hospital care facilities. The choice of workplace for most is related to the training process. The adaptation period for half lasted about a month, for a third it passed during education, and for the rest it lasted longer. Good theoretical and practical preparation, as well as the good attitude of nurses and midwives in places, supports faster adaptation. Senior nurses and doctors (with midwives) have also supported those starting work. A quarter of nurses and a third of midwives upgrade their education by obtaining a master's degree, the rest rely on courses and self-study. Only half of those surveyed are satisfied with their pay,

but most declare that their work satisfies them. **Conclusion:** graduated nurses and midwives from the first graduating class of the Veliko Tarnovo Affiliate successfully practice their professions, quickly adapt and continue to upgrade their education.

2.

Павловска, Ж. РЕТРОСПЕКЦИЯ НА ПРОФЕСИОНАЛНИТЕ ОРГАНИЗАЦИИ НА АКУШЕРКИТЕ В БЪЛГАРИЯ, *Социална медицина, 2020, бр. 2, с. 4-10, Издателство на МУ – Варна, ISSN 2603-3779*

Резюме

Въведение: Професията на акушерката е една от най-хуманните, но както всяка професия е свързана и с придобиване на материални ценности. В условия на конкуренция и частна практика се налага да се търсят форми на професионална защита, което води до възникването на професионални организации. **Цел** на настоящото изследване е да се проучи историята на създаване и дейност на професионалните организации на акушерките в България от началото на XX век до наши дни. **Материал и методи:** Използван е документален, исторически метод и преглед на архивни документи. **Резултати и обсъждане:** Още в края на XIX век акушерките се включват в основания от фелдшерите професионален съюз, а през 1901 г. основават своя самостоятелна професионална организация „Акушерка“. Участват активно във всички създадени професионални организации на медицинските работници: дружество „Здраве“, Съюз на санитарния и ветеринарния персонал, Съюз на здравните деятели, Комунистически съюз на медико-санитарните работници и др. Имат изключително дейна акушерска секция и водят активен организационен живот. Целите и исканията им в защита на професионалните и материални интереси са реалистични, в интерес на родилната помощ и общественото здраве. В наши дни акушерките задължително членуват в Българска асоциация на професионалистите по здравни грижи (БАПЗГ), който е регулаторен орган, а част от тях участват и в Алианса на българските акушерки (АБА), неправителствена акушерска организация. **Заклучение:** Ретроспективният преглед на професионалните организации на акушерките показва тяхната голяма активност, запазила и разширила се през годините и днес призната от редица международни организации като Европейската асоциация на акушерките (ЕМА), Международната конфедерация на акушерките (ICM) и други.

Pavlovska, Zh. RETROSPECTION OF PROFESSIONAL ORGANIZATIONS OF MIDWIVES IN BULGARIA

Abstract

Introduction: The midwife's profession is one of the most humane, but like any other profession, it is also related to the acquisition of material values. In conditions of competition and private practice, it is necessary to look for forms of professional protection, which leads to the emergence of professional organizations. **Material and methods:** documentary, historical method and review of archival documents have been used. **Results and discussion:** Already at the end of the XIX-th century, midwives joined a professional union founded by feldshers, and in 1901 they founded their own independent professional organization “Midwife”. They actively

participate in all established professional organizations of medical workers: Health Society, Union of Sanitary and Veterinary Personnel, Union of Health Workers, Communist Union of Medical-Sanitary Workers, etc. They have an extremely active obstetric section and lead an active organizational life. Their goals and demands in defense of professional and material interests are realistic, in the interest of maternity care and public health. Nowadays, midwives have to be members of Bulgarian Association of Health Professionals in Nursing, which is a regulatory body, and some of them also participate in Alliance of Bulgarian Midwives – a non-governmental midwifery organization. Conclusion: A retrospective review of professional organizations of midwives shows exceptional activity on their part, which has been maintained and expanded over the years and today recognized by a number of international organizations such as the European Midwives Association (EMA), the International Confederation of Midwives (ICM) and etc.	3. Павловска, Ж. ПЪРВИТЕ ДИПЛОМИРАНИ АКУШЕРКИ В БЪЛГАРИЯ И ПРОНОСЪТ ИМ ЗА МОДЕРНИЗАЦИЯТА НА ОБЩЕСТВОТО, Асклепий, 2022, с. 37-50, София, Балканска асоциация по история и философия на медицината, ISSN 1310-0637 Резюме Въведение и цел: Райна Попгеоргиева и Христина Хранова са първите дипломирани български акушерки, но към тях можем да причислим имена на видни за времето си акушерки с изразена професионална, а понякога и политическа позиция, допринесли за развитието на здравеопазването и модернизацията на обществото. Материал и методи: Използван е документален, исторически метод и преглед на архивни документи. Резултати и обсъждане: Процесът за налагането на акушерската професията в България е дълъг и труден. Първите акушерки, повечето от тях завършили в чужбина, са допринесли изключително много за осъществяването на този процес със знанията и професионалните си умения, с настойчивостта си да бъдат здравни просветителки сред бременните, майките и жените, с постоянството да отстояват правата си – професионални, граждански и дори политически. Между тях са първата акушерка на Габрово – Мария Патрунчева, първата акушерка на Търново – Цонка Събева, първата председателка на дружество „Акушерка“ – Златина Недева, Виктория Бикова, Василка Куртева и др. Заключение: Приносът на първите акушерки за развитието на обществото е в няколко основни направления: борба за налагане на акушерската професия, здравно-просветна дейност и обучение, борба за професионални права и подобряване положението на акушерките, активно участие в женското движение за граждански и политически права; подобряване здравното благополучие в градовете и селата, благотворителност. Pavlovska, Zh. THE FIRST GRADUATED MIDWIVES IN BULGARIA AND THEIR CONTRIBUTION TO THE MODERNIZATION OF SOCIETY Abstract: Introduction and purpose: Rayna Popgeorgieva and Hristina Hranova are the first

	graduated Bulgarian midwives, but to them we can add names of prominent midwives of their time with a pronounced professional and even political position, who contributed to the development of healthcare and the modernization of society. Material and methods: documentary, historical method and review of archival documents have been used. Results and discussion: The process for establishing the midwifery profession in Bulgaria is long and difficult. The first midwives, most of them graduated abroad, contributed enormously to the implementation of this process with their knowledge and professional skills, with their persistence in spreading health education among pregnant women, mothers and women, with their persistence in defending their rights – professional, civil and even political. Among them are the first midwife of Gabrovo – Maria Patruncheva, the first midwife of Tarnovo – Tsonka Sabeva, the first chairperson of “Midwives” society – Zlatina Nedeva, Victoria Bikova, Vasilka Kurteva and others. Conclusion: The contribution of the first midwives to the development of society is in several main directions: struggle for the imposition of the midwifery profession; health and educational activities and training; battle for professional rights and improving the status of midwives; active participation in the women’s movement for civil and political rights; improving health welfare in cities and villages; charity
4.	<i>Маркова, Я. Ж. Павловска. ЗДРАВНИ ГРИЖИ ЗА УМСТВЕНО УВРЕДЕНИ ЛИЦА – ИСТОРИЧЕСКИ ПРЕГЛЕД, Сборник доклади от XVI Национален форум „Здравните специалисти – ключ към по-добро обществено здраве“ – Шумен, 2022, с. 310-319, Издателство на МУ – Варна, ISBN 978-619-221-430-2</i>
	Резюме В исторически аспект интелектуалните увреждания са документирани под различни наименования. През по-голяма част от човешката история обществото е било немилостиво към хората с някакво увреждане, а тези с интелектуални затруднения са били разглеждани като тежест за техните семейства. Цел: да се открият и проучат литературни и документални исторически източници, даващи информация за възникне на понятието „умствена увреда“. Да се направи исторически преглед на произхода, формирането и развитието на учението за проблема. Да се проследи историческия път на възникване на явлениято, през какви основни етапи в развитието си е преминало и в какво се е превърнало днес. Материали и методи: документални, исторически и литературни източници, отразяващи въвеждането на понятието „умствена увреда“; формирането и развитието на учението за проблема; основните етапи в развитието на проблема и отношението на обществото към тези хора в наши дни, тяхната интеграция и равнопоставеност. Използван метод: документален. Резултати и обсъждане: Изследването на лицата с интелектуално увреждане има дълга история, която може да се раздели на три периода. Първи период – характеризира се с опити за класифициране на интелектуалната недостатъчност. Втори период – разработват се подходи за количествена оценка на степента на умствената увреда. Трети период – период на интензивни изследвания на причините за умствените увреди. Изяснени са много биологични, главно

генетични фактори, водещи до умствена изостаналост, което позволява да се постигнат известни успехи в нейната профилактика. **Заключение:** Въз основа на историческия преглед на различните етапи в изучаването на умствената увреда и различните възгледи по проблема става ясно, че той привлича вниманието на лекари от различните епохи.

Markova, Y. Zh. Pavlovska. HEALTHCARE FOR PERSONS WITH A MENTAL DISABILITY – A HISTORICAL

Abstract

Historically, intellectual disabilities have been recorded under various names. For most of human history, society has been relentless toward people with some kind of disability, and those with intellectual difficulties have been regarded as a burden to their families. **Aim:** to discover and study literary and documentary historical sources that provide information on the term ‘mental disability. To conduct a historical survey of the origin, formation and development of the principles of the problem. To track the history of the emergence of this phenomenon, its major stages it went through and what it has become today. **Materials and Methods:** documentary, historical and literary sources that have recorded the introduction of the term ‘mental disability’; documentary, historical and literary sources covering the term ‘mental disability’; formation and development of the principles of the problem; the major stages in the problem's development, as well as society’s attitude toward these people nowadays, their integration and equality. Method Used: documentary. **Results and Discussion:** the study of persons with a mental disability has a long history that can be divided into three periods. The First Period – is characterised by attempts to classify intellectual disability. The Second Period – approaches toward quantitative evaluation of the degree of mental disability are developed. The Third Period – is a period of intensive studies of the causes of mental disability. Many biological, mainly genetic factors, resulting in mental disability have been clarified, which has led to some success in its prevention. **Conclusion:** building on the historical survey of the various stages of studying mental disability and the various points of view on the problem, it becomes clear that it has drawn doctors’ attention back in time.

- | | |
|----|---|
| 5. | Павловска, Ж. ПРОУЧВАНЕ НА СТРАТЕГИИТЕ ЗА ПОДГОТОВКАТА ЗА ИЗПИТИ НА СТУДЕНТИТЕ – ПЪРВОКУРСНИЦИ ОТ СПЕЦИАЛНОСТИТЕ „АКУШЕРКА“ И „МЕДИЦИНСКА СЕСТРА“, Варненски медицински форум , т. 5, 2016, бр. 2, с. 236- 240, ISSN 1314-8338 |
|----|---|

Резюме

Въведение: Предизпитната подготовка и явяването на изпит са важни моменти в живота на студентите. Съществуват убедителни доказателства, че стресът оказва негативно влияние на нервната, сърдечно-съдовата и имунната система, но главният фактор, който провокира стреса, това са отрицателните преживявания. За студентите, които се намират в стрес, проблемът да вземат изпитите е голям. От значение е и степента на социална адаптация. Всички тези проблеми са изключително важни, защото от успеха, който ще постигнат в обучението, зависи тяхната професионална реализация в бъдеще.

Цел на проучването: Да се изследват стратегиите за подготовка за изпити на студентите първокурсници от специалностите „Акушерка“ и „Медицинска сестра“ във Филиал Велико Търново и необходимостта от разработване на „Програма за адаптация“. **Материал и методи:** Проучено е мнението на 19 акушерки и 21 медицински сестри от Филиал Велико Търново. Използвани са документален метод, социологически метод (анкета) и графичен анализ. **Резултати:** Голям процент (над 50%) от студенти първокурсници не използват подходящи стратегии за подготовка. Не планират подготовката си за изпити и не считат, че текущият контрол е важен. Само 12.5% заявяват, че са напълно удовлетворени от представянето си по време на изпити. Това поражда необходимост от разработване на „Програма за адаптация“, която ще подпомогне усвояването на трайни знания, самостоятелна работа, правилно планиране на времето и формиране на устойчив интерес към избраната професия.

Pavlovska, Zh. RESEARCH OF PREPARATION EXAMS STRATEGIES APPLIED TO FIRST - YEAR UNIVERSITY STUDENTS FOR THE MIDWIFE AND NURSE SPECIALIST

Abstract

Introduction: Pre-exam preparation and exams are important moments of students' life. There are proven evidences that stress plays negative influence to nervous, cardio-vascular and immune system. No doubt, basic provocative stress factor is negative experience. Student trouble for passing exams is higher for these students who are under stress influence. Social adaptation level is also put into consideration. All these problems are highly important because students' future professional realization depends on education success. **Objective:** Research of preparation exams strategies applied to first-year university students for the midwife and nurse specialists in Affiliate Veliko Tarnovo, as well as necessity of „Adaptation Program” development. **Research and methods:** The opinion of 19 midwives and 21 nurses, students in Affiliate Veliko Tarnovo of Medical University Varna, is researched. Documentary, sociological (inquiry) method and graphic analysis have been used for the purpose of research. **Results:** Major percentages (more than 50%) of first-year students do not use proper preparation strategies. They do not plan their preparation for coming exams and do not believe that current control is important. Only 12.5% of students state that are fully satisfied of their exam performance work. This fact gives raise to necessity of „Adaptation Program” development. The program will support solid knowledge assimilation, self-dependent work, and proper time planning and set up of stable interest toward chosen profession.

6.

Павловска, Ж. Я. Маркова. ПРИЧИНИ ЗА СТРЕС ПРИ СТУДЕНТИТЕ ОТ ФИЛИАЛ – ВЕЛИКО ТЪРНОВО НА МУ „ПРОФ. Д-Р П. СТОЯНОВ“ ВАРНА, Варненски медицински форум, т. 5, 2016, прил. 4, с. 57-61, ISSN 1314-833

Резюме

Въведение: Основната функция на учебната дейност в университета се състои в качествена подготовка на висококвалифицирани специалисти. Обучението на студентите

се измерва с успеха, който са постигнали, но от голямо значение е и това как това обучение се отразява върху физическото и психическото им здраве. Умственият труд е основна дейност в обучението. Съпроводен с продължително нервно-психическо напрежение, може да предизвика напрежение и стрес. **Цел на проучването:** Да се идентифицират причините, проявленията и прийомите за преодоляване на стреса при студентите първокурсници от специалностите „Акушерка“ и „Медицинска сестра“ във Филиал Велико Търново с цел запазване на тяхното физическо и психическо здраве. **Материал и методи:** Проучено е мнението на 19 студенти от специалността „Акушерка“ и 20 студенти от специалността „Медицинска сестра“ от Филиал Велико Търново. Използвани са документален, социологически метод и графичен анализ. **Резултати:** Стресът при студентите е променлива величина. През първия семестър преобладава „тревожност и безпокойство през цялото време“ - 47%, през втория семестър водещ при акушерките е „стрес с непостоянен характер“ - 36%, а при медицинските сестри - „силната тревожност“, 38%. Най-високо е нивото на стрес преди изпит. През първия семестър водещите причини са свързани с изпитите, а през втория семестър – с учебния процес. По време на семестъра преобладават емоционалните проявления на стреса, а по време на изпити – физиологичните. Прийомите, които използват за преодоляване на стреса, се променят към по-природосъобразни.

Pavlovska, Zh. Y. Markova. STRESS REASONS AMONG UNIVERSITY STUDENTS AT THE VELIKO TARNOVO AFFILIATE OF THE MEDICAL UNIVERSITY OF VARNA
Abstract

Introduction: The quality preparation of highly qualified and competitive specialists is the basic academic process function in the university. Students' education is measured by achieved academic grade. How does this education reflect to overall students evolution and how it builds up students as personalities and their physical and mental health is with high importance. Intellectual work is basic action into education. Assisted by extended nervous-psychological tension it could provoke mental burn out, tension and stress which could be expressed in different negative activities. **Objective:** Stress reasons, their behavior and overcome manners applied to first-year university students for the Midwives and Nurse Specialists studied in Affiliate Veliko Tarnovo to be identified with the main reason of students physical and mental health prevention as well as form up of positive attitude toward academic process. **Research and methods:** 19 Midwives and 20 Nurse Specialists, all aged between 19 and 53 studied in Affiliate Veliko Tarnovo, point of view has been researched. Documentary and sociological (inquiry) methods and graphic analysis have been used for the purpose of current research. **Results:** Stress applied to first-year students has been changed throughout the time. “Anxiety and inconvenience during all the time” is typical for first university term – 47 % while “Changeable character stress” applied to Midwives – 36 % and “High anxiety” for the Nurse Specialists – 38 % are leaders during second semester. The highest stress level is measured in priority of exam. The stress reasons are also changed. During first term basic reasons are collected around exams while during the second one – overall reasons connected with academic process. Basic emotional stress activities during

both terms are: fear and anxiety, and confidence loss while behavior activities are: time deficiency, sleep disturbance, low work efficiency. Physical stress activities of different human organs and systems are dominant during examination term. Students' used manners to get better of stress are changed in the time to more natural and more mental work hygiene.	
7.	Павловска, Ж. Я. Маркова. ЗАВИСИМОСТ МЕЖДУ СТРЕСОУСТОЙЧИВОСТТА И ПОСТИГНАТИТЕ РЕЗУЛТАТИ ОТ УЧЕБНИЯ ПРОЦЕС ПРИ СТУДЕНТИТЕ ОТ ФИЛИАЛ ВЕЛИКО ТЪРНОВО, <i>Варненски медицински форум</i>, т. 5, 2016, прил. 4, с. 62-66, ISSN 1314-8338
Резюме Въведение: Обикновено стресът се възприема като негативно състояние, причиняващо вреда на организма и психиката, но в отговор на преживения стрес човек може да промени своето поведение, да натрупа опит, да увеличи уменията си за справяне и повиши своята стресоустойчивост. Стresoустойчивостта е личностно свойство, характеризиращо се с повишена устойчивост към стресори от различно естество и способност за по-лесно преодоляване състоянието на стрес. Свързана с учебната дейност тя включва ниска личностна и ситуативна тревожност, ниско ниво на нервно-психическото напрежение, адекватна самооценка, висока работоспособност, емоционална устойчивост, които обезпечават успешното реализиране на учебните цели. Цел на проучването: да се установи има ли пряка зависимост между стресоустойчивостта на студентите от специалностите „Акушерка“ и „Медицинска сестра“ във Филиал - Велико Търново и успеха, който са постигнали. Материал и методи: направена е оценка на стресоустойчивостта на 19 студенти от специалността „Акушерка“ и 20 студенти от специалността „Медицинска сестра“ от Филиал – Велико Търново на възраст от 19 до 53 години и е съпоставена със средния успех, който са постигнали. Използвани са документален метод, психометричен метод и графичен анализ. Резултати: Няма големи различия в измерената стресоустойчивост при студентите от специалностите „Акушерка“ и „Медицинска сестра“- преобладаващата оценка е удовлетворителна. Зависимостта между стресоустойчивостта и постигнатия успех не е пряка, защото зависи от други фактори, както вътрешни - тип висша нервна дейност, темперамент, опит, ценностна ориентация, мотивация, така и външни - обкръжение, учебна среда и др., някои от които могат да бъдат успешно повлиявани чрез успешна адаптация, тренировка, специфичната култура на поведение, психична регулация и саморегулация. Pavlovska, Zh. Y. Markova. RELATIONSHIP BETWEEN STRESS RESISTANCE AND ACHIEVED ACADEMIC RESULTS BY THE STUDENTS AT THE VELIKO TARNOVO AFFILIATE Introduction: Stress process is usually taken as a negative state which is bad for human system as well as human mentality. Person could change his/her behavior, gain some experience, and raise skills up to fight with stress and increase stress steadiness as response to experienced	

stress. Stress stability is a special personal feature, which is characterized by heightened stability toward different nature stress factors and ability to overcome easier stress situation. In the field of academic activity it includes: low personal and situational anxiety, low nervous-psychological tension level, adequate self-estimation, high working capacity, emotional hardness and all mentioned above guarantee successful academic objectives realization. **Objective:** Find the rule out if there is a direct dependency between stress stability of Midwives and Nurse Specialists studied in Affiliate Veliko Tarnovo from one hand and achieved academic grade (marks) from another. **Research and methods:** Stress stability evaluation of 19 Midwives and 20 Nurse Specialists all aged between 19 and 53 studied in Affiliate Veliko Tarnovo has been put into comparison with average achieved academic grade. Documentary, psychometric methods and graphic analysis have been used for the purpose of current research. **Results:** No significant differences in measured stress stability of Midwives and Nurse Specialist are reported. Stress stability assessment of both specialists is mostly satisfactory. The relationship between stress stability and achieved academic process results is not direct, because it depends on different factors – internal (type of higher nervous activity, temper, experience, value orientation, motivation) and external (surroundings, academic environment). Some of these factors could be positively influenced by successful adaptation, training, specific behavior culture, psychological regulation and self-regulation.

8.

Павловска, Ж. Я. Маркова. КОПИНГ ПОВЕДЕНИЕ ПРИ СТУДЕНТИТЕ ОТ СПЕЦИАЛНОСТИТЕ „АКУШЕРКА“ И „МЕДИЦИНСКА СЕСТРА“ ВЪВ ФИЛИАЛ – ВЕЛИКО ТЪРНОВО, Сборник доклади от XII Национален форум на специалистите по здравни грижи „Непрекъснати здравни грижи – условие за високо качество на живот“, Шумен, 2016, с. 254-258, ISBN 978-619-221-081-6

Резюме

Въведение: Обучението на студентите по медицина и медицински специалности е свързано със значителен дистрес, който може да доведе до влошаване на физическото и психическото им здраве. Проявленията на стреса са най-различни като тревожност, депресия, бърнаут. За да не стане негова жертва, индивидът прибегва към стратегии за справяне или т. н. копинг. Това е поведение, което е зависимо от стреса и е разновидност на социалното поведение. Копингът включва различни стилове на справяне: стил, ориентиран към решаване на проблеми; емоционално- ориентиран стил; стил, ориентиран към избягване. **Цел на проучването** е копинг поведението на студентите от специалностите „Акушерка“ и „Медицинска сестра“ на Филиал-Велико Търново и стратегиите, които използват за справяне със стреса. **Материал и методи:** проучено е копинг поведението на 39 студенти от специалностите „Акушерка“ и „Медицинска сестра“ от Филиал -Велико Търново, на възраст от 19 до 53 години. Използвани са документален метод, психометричен метод и графичен анализ. Психометричният метод включва методика за многоизмерно измерване на копинга CISS - Coping Inventory for Stressful Situations - GRI-V1, разработена от канадския психолог Н. С. Едлер в съавторство с Д. А.

Паркър. **Резултати:** Най- много студенти използват проблемно ориентиран копинг (ПОК), следвани от избягващ копинг (ИКС) и емоционално ориентиран копинг (ЕОК). Студентите използващи ПОК и ЕОК имат по- висок успех от студентите използващи ИКС. Изследването дава възможност да бъдат по-точно идентифицирани проблемните студенти и да бъдат поощрявани да използват по-ефективни и по- адаптивни копинг стилове.

Pavlovska, Zh. Y. Markova. COPING BEHAVIOR APPLIED TO MIDWIFES AND NURSE SPECIALISTS STUDENTS IN AFFILIATE VELIKO TARNOVO

Summary

Introduction: Students of medicine and medicine specialist education is related to significant distress which could change physical and psychological health for worse. Stress activities could be different such as anxiety, depression and burn out. Avoiding to be a stress victim, person resorts to stress coping strategies known shortly as coping. This is a behavior, which is stress dependable and it is a social behavior variety. Coping includes different styles of get better of stress: problem focused, emotionally focused and avoiding coping style. **Objective:** coping behavior of Midwives and Nurse Specialists studied in Affiliate Veliko Tarnovo and stress coping strategies used to overcome stress. **Research and methods:** 39 students coping behavior of Midwives and Nurse Specialists, all aged between 19 and 53 studied in Affiliate Veliko Tarnovo, has been researched. Documentary, psychometric and graphic analysis have been used for the purpose of the current research. Psychometric method includes of methods of CISS - Coping Inventory for Stressful Situations - GRI-V1, created by the Canadian psychologist Edler, N. C. assisted by Parkar, D. A. **Results:** Most of the students used problem-focused coping (PFC), followed by avoiding coping style (ACS) and emotionally focused coping (EFC). Students applied PFC and EFC have higher scores in accordance with these used ACS. This research gives a chance problematic students to be identified more precisely as well as to be encouraged to use more efficient and more adaptive coping styles.

9.

Маркова, Я. Ж. Павловска. АНАЛИЗ НА ПОТРЕБНОСТИТЕ ПРИ ОБГРИЖВАНЕ НА ВЪЗРАСТНИ ХОРА В БЪЛГАРИЯ, Сборник доклади от XII Национален форум на специалистите по здравни грижи „Непрекъснати здравни грижи – условие за високо качество на живот“, Шумен, 2016, с. 101-105, ISBN 978-619-221-081-6

Резюме

В България населението застарява и заедно с това започват здравословни проблеми и невъзможност да се изпълняват някои ежедневни задачи. Това е сериозен проблем, който налага да бъдат изследвани потребностите при обгрижване на възрастни хора в домашни условия и предприемане на адекватни мерки за осигуряване на достоен живот. С настоящото проучване се прави анализ на проблемите, тенденциите на развитие и се предлагат мерки за решаването им. **Цел:** да се проучи мнението на пациентите от листата на общопрактикуващ лекар в малък провинциален град в Северна България относно необходимостта от обгрижване в домашни условия. **Материали и методи:** проучено е

мнението на 52 пациенти на възраст на 80 и повече години от листата на общо практикуващ лекар в малък провинциален град в Северна България относно необходимостта от обгрижване в домашни условия. **Използвани методи:** документален метод; социологическо проучване (анонимна анкета); графичен анализ. **Резултати и обсъждане:** от медицинската документация се установи, че пациентите на възраст на 80 и повече години от листата на общопрактикуващият лекар са приблизително 10%; от социологическото проучване - имат сериозни здравословни проблеми, значително намалена самостоятелност, голям процент са самотно живеещи. **Заключение:** значителен дял на старите хора, нуждаещи се от посещение от личен лекар или специалист в дома, необходимост от оказване на помощ е ежедневието, нужда от специализирана медицинска помощ в домашни условия.

Markova, Y. Zh. Pavlovska. ANALYSIS OF THE NEEDS FOR CARE OF THE ELDERLY IN BULGARIA

Abstract

Population in Bulgaria advances in years, together with this fact health problems start and not possibility is a barrier for people to execute their daily routines. Actually this is a serious trouble which dictates necessities analysis in time of old people care in home conditions and adequate measures for deserving life should be taken. Current research makes analysis of problems, trends for development and measures for decision of them are proposed. **Objective:** patients' opinion to be researched. Participating patients are included in General Practitioner Doctor's (GP) list who serves in a small provincial town in Northern Bulgaria, because of care needs in home circumstances. **Research and methods:** 52 patients, over 80 years existing in General Practitioner (GP) register in a small provincial Northern Bulgarian town, opinion has been researched because of the care needs in home surroundings. Used methods: documentary, sociological (inquiry) method and graphic analysis. **Results and discussion:** Based on medical documentation, patients over 80 years from GP's list are around 10 %. Focused category has serious health problems, vastly reduced selfdependence and high percentage are lonely living, all these facts are based on sociological research. **Conclusion:** significant portion of old people have needs of: GP or doctor specialist visiting hours in their homes, render daily help need, and specialized medical help in home conditions.

10.

Маркова, Я. Ж. Павловска. ИЗСЛЕДВАНЕ НА ЗДРАВНАТА И СЕКСУАЛНА КУЛТУРА И ВЛИЯНИЕТО ИМ ВЪРХУ РЕПРОДУКТИВНИТЕ НАМЕРЕНИЯ НА СТУДЕНТИТЕ ОТ МЕДИЦИНСКИ УНИВЕРСИТЕТ – ВАРНА, ФИЛИАЛ ВЕЛИКО ТЪРНОВО, Сборник доклади от XIII Национален форум на специалистите по здравни грижи с международно участие – Шумен, 2017, с. 183-100, ISBN 978-619-978-619-221-168-4

Резюме

Сексуалната култура и сексуалното поведение са важни фактори, както за формирането на пълноценни личности, така и за възникване на редица медицински и

психо-социални проблеми. Най-значимите от тях са: ранна и нежелана бременност; изкуствени аборти с риск за увреждане на репродуктивното здраве; заболявания, предавани по полов път. Бъдещите медицински специалисти е необходимо да бъдат адекватно информирани, за да са отговорни към своето здраве и това на околните. **Цел:** да се проучи здравната и сексуална култура и нейното влияние върху репродуктивните намерения на студенти от специалност „Медицинска сестра“ във Филиал-Велико Търново на МУ Варна. **Материали и методи:** проучено е мнението на 47 студенти от I-II-III курс от специалност „Медицинска сестра“ във Филиал-Велико Търново на МУ „Проф. д-р Параскев Стоянов“ - Варна. Използвани методи: използвани са документален метод, социологическо проучване (анонимна анкета). Анкетната карта съдържа 16 въпроса: 13 затворени и 3 отворени въпроса. Данните са представени графично. **Резултати и обсъждане:** анкетираните студентите посочват като основен източник на информация по въпросите на сексуална култура - семейството, на второ място – приятели; на трето – училището, четвърто място – литература, а медицинския специалист заема пето място. Основно средство, използвано от младите хора за контрацепция е презервативът. Повече от половината анкетирани, смятат че не е необходимо официално сключването на граждански брак. **Изводи:** младите хора оценяват раждаемостта в България като недостатъчна за увеличаване населението на страната; дават отрицателна оценка за демографската политика в страната. Повече от половината анкетирани са посочили увеличаване на финансовите възможности като условие за раждане на повече деца.

Markova, Y. Zh. Pavlovska. RESEARCH OF HEALTH AND SEXUAL CULTURE AND THEIR INFLUENCE TO REPRODUCTIVE INTENTIONS OF MEDICAL UNIVERSITY - VARNA, AFFILIATE VELIKO TARNOVO STUDENTS

Summary

Sexual cultures together with sexual behavior are important factors for both: development of complete personalities as well as origination of many medical and psycho-social troubles. Most significant of them are: early and unwanted pregnancy; artificial abortions with risk of reproductive health injury; sex drive illnesses; illegitimate children and lonely mothers. Future medical experts should be adequately informed in order to be responsible to their and surrounded people health. **Research objective:** health and sexual culture study and their influence to reproductive intentions of “Medical nurses” specialists in affiliate Veliko Tarnovo of Medical University Varna. **Research and methods:** The opinion of 47 students 1, 2 and 3 year of education by the class of “Medical nurses” in affiliate Veliko Tarnovo of Medical University „Prof. Dr. Paraskev Stoyanov” Varna has been researched. 184 Applied methods: documentary, sociological (anonymous inquiry) and graphic analysis. Inquiry consists of 16 questions: 13 closed and 3 open questions. **Results and discussion:** researched students indicate as a basic information source for the sexual culture issues: family is on first position, followed by friends, school on third position, then literature and medical specialist is ranked on fifth place. Condom is the basic contraceptive mean used by young people. Most of half interviewed believe that official civil marriage is not necessary. **Deduction:** young generations estimate that birth rate in Bulgaria

is not enough for increase the country population; they give negative assessment for country demographic policy. Most of half interviewed specify increased financial opportunity as a condition for more born children.	
11.	Павловска, Ж. Я. Маркова. ЖЕНСКИТЕ ДРУЖЕСТВА В ТЪРНОВСКИЯ РЕГИОН ОТ ПЕРИОДА НА ВЪЗРАЖДАНЕТО ДО ОСВОБОЖДЕНИЕТО – ЛЮЛКА НА ПРОСВЕЩЕНИЕ, ПАТРИОТИЗЪМ И МИЛОСЪРДИЕ, Сборник доклади от Трета международна конференция „Здравните грижи – принос за качествена живот“, Варна, 2021, с. 289-300, Издателство на МУ – Варна, ISBN 978-619-221-365-7
Резюме Въведение: Сложните процеси и явления, извършващи се в българското възрожденско общество в средата на XIX век оказват влияние за възникване на нови, прогресивни идеи за равенство между мъжа и жената и еднакво образование. В резултат на това, част от жените започват да търсят поле за изява и да участват активно в обществения живот като се организират в женски дружества. Материал и методи: Използван е документален, исторически метод и преглед на архивни документи. Резултати и обсъждане: Независимо от различията в целите и задачите, които си поставят женските дружества се очертават няколко основни направления в дейността им: подпомагане на девическото образование, издигане на просветното равнище на българката, оказване помощ на нуждаещи след Априлското въстание, подпомагане на българското опълчение, руските войски и бежанците по време на Освободителната война. Някои дружества, като това в Горна Оряховица се включват в подготовката и участват в Априлското въстание, други като „Милосърдие“ са поактивни при решаването на бежанския въпрос, създават и издържат първия родилен дом – „Къщата на лихусите“. Женските дружества подпомагат българката да се образова и да придобие професия – на учителка, акушерка, с което допринасят за развитието на обществото като цяло. Заключение: Разнообразната дейност на женските дружества не може да се разглежда изолирано от общите процеси и явления във възрожденското общество. С навлизането и активното си участие в обществения живот жените допринасят за установяване на едно по-хуманно, милосърдно и образовано общество. Pavlovska, Zh. Y. Markova. WOMEN'S ASSOCIATIONS IN THE TARNOVO REGION FROM THE PERIOD OF REVIVAL TO THE LIBERATION – A CRADLE OF ENLIGHTENMENT, PATRIOTISM AND CHARITY Abstract Introduction: The complex processes and phenomena taking place in the Bulgarian Revival society in the middle of the XIX century have influenced the emergence of new, progressive ideas for equality between men and women and equal education. As a result, some women start looking for a place to express themselves and take an active part in public life by organizing themselves in women's societies. Material and Methods: documentary, historical	

method and review of archival documents are used. **Results and discussion:** Despite the differences in the goals and tasks set by women's societies, there are several main areas in their activities: supporting maiden's education; raising the educational level of Bulgarian women; providing assistance to those in need after the April Uprising; supporting the Bulgarian militia, Russian troops and refugees during the Liberation War. Some associations, such as the one in Gorna Oryahovitsa, are involved in the preparation and participation in the April Uprising, others, such as “Milosardie” (on English “Mercy”), are more active in resolving the refugee issue, creating and maintaining the first maternity home – “House of Likhus”. Women's societies help the Bulgarian woman to get an education and acquire a profession – of a teacher, a midwife, which contributes to the development of society as a whole. **Conclusion:** The diverse activity of women's societies cannot be considered in isolation from the general processes and phenomena in the Revival society. By entering and actively participating in public life, women contribute to the establishment of a more humane, compassionate and educated society.

12.

Маркова, Я. Ж. Павловска. ИСТОРИЧЕСКИ ПРЕГЛЕД НА РАЗВИТИЕТО НА АПТЕЧНОТО ДЕЛО В ТЪРНОВО ПРЕЗ КЪСНОТО СРЕДНОВЕКОВИЕ И ВЪЗРАЖДАНЕТО, Сборник доклади от Трета международна конференция „Здравните грижи – принос за качествена живот“, Варна, 2021, с. 300-306, Издателство на МУ – Варна, ISBN 978-619-221-365-7

Резюме

През Средновековието манастирите изпълняват функциите не само на религиозни, но са и средища на културни и научни центрове. Добрата езикова подготовка на техните служители създава възможности за запознаване с новости и открития в областта на медицината. В началото на Възраждането медицинската практика и приготвянето на лекарства имат хаотичен характер и липсват подготвени и компетентни хора. В резултат на това се появяват опустошителни епидемии, болести и висока смъртност. Всичко това създава предпоставки и необходимост от хора, специализирани в определени области на медицината и оказващи помощ на нуждаещите се. **Цел:** да се открият и проучат литературни и документални исторически източници, даващи информация за първата открита аптека в Търново и развитие на аптечното дело в града. **Материали и методи:** документални, исторически и литературни източници, отразяващи възникването и развитието на аптечното дело в Търново. Използван метод: документален. **Резултати и обсъждане:** Заболяемостта и интересът към книгата сред населението на Търново са предпоставки за търсене на медицинска литература. Много семейства с будно съзнание насочвали децата си към завършване на медицина и фармация в чужбина. **Заключение:** Медицинското обслужване на населението в Търново през Възраждането се извършва от народни лечители и дипломирани лекари, получили образование в чужбина. Стопанският и културен възход на града водят до откриване на болница, създаването на аптеки. Първите аптеки в Търново са били и първите аптеки в България.

Markova, Y. Zh. Pavlovska. HISTORICAL SURVEY OF THE DEVELOPMENT OF PHARMACY ACTIVITY IN TARNOVO DURING LATE MIDDLE AGES AND THE NATIONAL REVIVAL

Abstract

In the Middle Ages monasteries were not just religious but also scholarly and cultural centres. The adequate linguistic background of their people enabled them to get acquainted with novelties and discoveries in the field of medicine. At the beginning of the National Revival, medical practice and medication preparation were quite chaotic, people lacked competence and proper training. This resulted in devastating epidemics, diseases and a high death rate. This created prerequisites and need for people who specialised in certain areas of medicine, and provided health care to those in need. **Aim:** to discover and study literature and documentary sources giving information about the first pharmacy opened in Tarnovo, and the development of pharmacy activity in the town. **Materials and Methods:** documentary, historical and literature sources covering the development of pharmacy activity in Tarnovo. The method used: documentary. **Results and discussion:** the morbidity rate and the interest in the book among Veliko Tarnovo residents necessitated the search for medical literature. Many intelligent and educated families made their children study medicine and pharmacology abroad. **Conclusion:** Health care for the residents of Tarnovo during the National Revival was provided by certified doctors who got their degrees abroad, and by traditional healers. The economic and cultural rise of the town led to the establishment of a hospital and pharmacies. The first pharmacies in Tarnovo were also the first pharmacies in Bulgaria.

13.

Павловска, Ж. МЕДИЦИНА И АКУШЕРСКИ ПРАКТИКИ ПО БЪЛГАРСКИТЕ ЗЕМИ В ДРЕВНОСТТА, *Здравни грижи*, 2022, бр. 3, с. 40-47, ISSN 1312-2592

Резюме

Цел на проучването е развитието на медицината по българските земи от най-дълбока древност, с акцент върху акушерските практики. Използвани са исторически и документален метод. Историята на медицината изучава развитието на медицинските знания, достижения и дейности в тясна връзка с развитието на обществото, с културната и духовна история на народите. Първоначално медицината възниква под формата на елементарни грижи, оказвани от по-опитни членове на първобитното общество. В процеса на общественото развитие тези грижи се усъвършенстват, подобряват и разширяват. Медицината на Балканския полуостров обединява традициите на три племенни общности – траки, славяни и прабългари. Траките вярват в различни богове, богини, богочовеци, имащи отношение към здравето, плодородието и плодовитостта на жената. Използват лечебните и профилактични действия на водата, лечението с музика, с билки и минерали. Колективният начин на живот на славяните позволява да се грижат за болните и възрастните. Медицинските им знания имат магическия характер, но прилагат и лечебни средства от растителен произход. Прабългарите вярват в предпазната и очистителна сила

на водата, използват заклинания, ритуални танци, извършват трепанации, които свидетелстват за високо ниво на хирургичното изкуство, познания в асептиката и антисептиката, използват упойки. Влиянието на гръцката медицина по българските земи се изяснява предимно в градовете по Черноморието. През Римската епоха медицината става по-рационална, появяват се лекари, използващи хирургични инструменти, открити при археологически разкопки. Методите за лечение, въведени от прабългарите и славяните се възприемат в новосъздадената славянобългарска държава като същевременно се ползват и тракийските прийоми на лечение, повлияни от античната гръцка и римска медицина.

Pavlovska, Zh. MEDICINE AND OBSTETRICAL PRACTICES IN THE BULGARIAN LANDS IN ANCIENT TIMES

Abstract

The purpose of the study is the development of medicine in the Bulgarian lands from the deepest antiquity, with an emphasis on obstetric practices. Historical and documentary methods have been used. The history of medicine studies the development of medical knowledge, achievements and activities in close connection with the development of society, with the cultural and spiritual history of nations. Initially, medicine arose in the form of rudimentary care provided by more experienced members of primitive society. In the process of social development, these cares are refined, improved and expanded. The medicine of the Balkan Peninsula unites the traditions of three tribal communities – Thracians, Slavs and proto-Bulgarians. The Thracians believe in various gods, goddesses, god-men related to the health, fertility and fecundity of woman. They use the curative and prophylactic effects of water, the treatment with music, with herbs and minerals. The collective way of life of the Slavs allowed them to care for the sick and the elderly. Their medical knowledge has a magical character, but they also use herbal remedies. The proto-Bulgarians believed in the protective and purifying power of water, used spells, ritual dances, performed trepanations, which testify to a high level of surgical art, knowledge of asepsis and antiseptics, and used anesthetics. The influence of Greek medicine on the Bulgarian lands is manifested mainly in the towns along the Black Sea. During the Roman era, medicine became more rational; doctors appeared using surgical tools found in archaeological excavations. The methods of treatment introduced by the proto-Bulgarians and the Slavs are adopted in the newly created Slavic-Bulgarian state, while the Thracian methods of treatment, influenced by ancient Greek and Roman medicine, are used at the same time.

14.

Павловска, Ж. ЛЕЧЕБНО ДЕЛО И АКУШЕРСКА ПОМОЩ В СРЕДНОВЕКОВНА БЪЛГАРИЯ, *Здравни грижи*, 2023, бр. 4, с. 23-28, ISSN 1312-2592

Abstract

Цел на проучването е да обобщи развитието на медицината и акушерската помощ по българските земи през Средновековието. Използвани са исторически и документален метод. Докато в европейските държави по това време настъпва научен и медицински регрес, в България има високо равнище на медицински знания и умения. Създадените два

културни центъра, в Преслав и Охрид от учениците на Кирил и Методий: Наум и Климент Охридски имат пряко отношение към медицината. Виден представител на Преславската школа е Йоан Екзарх. Лечебното дело в Средновековна България се отличава със своето многообразие. Доказано има лекари със светска медицинска подготовка, автори на медицински съчинения, обслужващи предимно високопоставените и обкръжението на княза. Има лечители – служители на религията, има и народни лечители, които прилагат най-разнообразни методи и средства, наследени от траки, прабългари и славяни. Не малко от тези лечители са жени, които практикуват акушерската професия, така, както са я усвоили от своите майки и баби. Някои от християнските практики и обредност, свързани с раждането са се запазили до наши дни. Антифеодалното и антидогматично учение на богомилите, възникнало в България и разпространило се в Европа също оказва влияние върху развитието на медицината в средновековна България.

Pavlovska, Zh. MEDICINE AND OBSTETRICAL CARE IN MEDIEVAL BULGARIA

Abstract

The purpose of the research is to summarize the development of medicine and midwifery in the Bulgarian lands during the Middle Ages. Historical and documentary methods have been used. While scientific and medical regression occurred in European countries at that time, in Bulgaria there is a high level of medical knowledge and skills. The two cultural centres, created in Preslav and Ohrid by the students of Cyril and Methodius Naum and Kliment Ohridski, are directly related to medicine. A prominent representative of the Preslav school is John the Exarch. The healing work in Medieval Bulgaria is distinguished by its diversity. It has been proven that there are doctors with secular medical training, authors of medical works, serving mainly the high-ranking and the prince's entourage. There are healers – servants of religion, there are also folk healers who apply a wide variety of methods and means inherited from Thracians, pre-Bulgarians and Slavs. Not a few of these healers are women who practice the midwifery profession, as they studied it from their mothers and grandmothers. Some of the Christian practices and rites related to childbirth have survived to these days. The anti-feudal and anti-dogmatic teaching of the Bogomils, which originated in Bulgaria and spread in Europe, also influences the development of medicine in medieval Bulgaria.

15.

Павловска, Ж. Д. Димитрова. ЛАКТАЦИЯ И ХРАНИТЕЛЕН РЕЖИМ, Medikal magazine, 2022, бр.104/09, с. 20-22, Изд. Българска медицинска литература, ISSN 1314-9709

Резюме

Раждането е естествен край на бременността, а кърменето е най-природосъобразният начин за хранене на новороденото. Именно затова, здравословното хранене на жената по време на бременност не може да бъде отделено от времето, когато настъпва лактогенезата и лактацията. След раждане се увеличава концентрацията на пролактин, който регулира млечната секреция, намалява нивото на естрогените и прогестерона. Сукането на новороденото не е необходимо условие за започване на

лактогенезата, но е задължително условие за поддържането ѝ. През периода на кърмене нуждите от енергия, макронутриенти и микронутриенти са по-големи в сравнение с тези през бременността. Количественият и качествен състав на майчината кърма се определя от хранителния прием. Тя се явява функция на храната и начина на живот на майката.

***Pavlovska, Zh. D. Dimitrova* LACTATION AND NUTRICIONAL REGIME**

Abstract

Childbirth is the natural end of pregnancy, and breastfeeding is the most natural way to feed a newborn. That is why a woman's healthy diet during pregnancy cannot be separated from the time when lactogenesis and lactation occur. After childbirth, the concentration of prolactin increases, which regulates milk secretion, and the level of estrogens and progesterone decreases. Breastfeeding of the newborn is not a necessary condition for the initiation of lactogenesis, but it is a mandatory condition for its maintenance. During the period of breastfeeding, the needs of energy, macronutrients and micronutrients are greater compared to those during pregnancy. The quantitative and qualitative composition of mother's breast milk is determined by dietary intake. It appears to be a function of the mother's food and her lifestyle.

- | | |
|-----|--|
| 16. | <i>Димитрова, Д. Ж. Павловска. ВИТАМИНИ И БРЕМЕННОСТ, Medikal magazine, 2023, бр.109/02, с. 34-38, Изд. БД Българска медицинска литература, ISSN 1314-9709</i> |
|-----|--|

Резюме

Бременността се характеризира с повишени потребности от енергия, макронутриенти и микронутриенти. През I-ви триместър енергийните потребности се увеличават незначително, с около 70-100 ккал/дневно спрямо тези преди бременността. През II-ия триместър енергийният внос се повишава с около 250 ккал/дневно, а през III-ия – до 500 ккал/дневно. Трябва да се има предвид, че жените във фертилна възраст при умерена физическа активност имат оптимални енергийни потребности в диапазона на 2250-2313 ккал/дневно. Към тях се прибавят необходимите калории според триместъра на бременността. Съществуват убедителни доказателства за връзка между храненето през първите 1000 дни от живота на човек (от зачеването) и риска от затлъстяване, диабет и сърдечно-съдови болести в по-късна възраст. Особено важен аспект на здравословното протичане на бременността е витаминният прием. Витамините са необходими в по-големи количества, предвид усилената белтъчна синтеза и интензивните процеси на растеж на плода. Значение има не само количеството им, но и съотношението между тях.

***Dimitrova, D. Zh. Pavlovska.* VITAMINS AND PREGNANCY**

Abstract

Pregnancy is characterized by increased needs for energy, macronutrients and micronutrients. During the 1st trimester, energy needs increase slightly, by about 70-100 kcal/day compared to those before pregnancy. In the II trimester, the energy intake increases by about 250 kcal/day, and in the III – up to 500 kcal/day. It should be borne in mind that women of

childbearing age with moderate physical activity have optimal energy needs in the range of 2250-2313 kcal/day. The necessary calories are added to them according to the trimester of pregnancy. There is strong evidence of a link between nutrition in the first 1,000 days of a person's life (from conception) and the risk of obesity, diabetes and cardiovascular disease later in life. A particularly important aspect of a healthy pregnancy is vitamin intake. Vitamins are needed in larger quantities, given the increased protein synthesis and intensive growth processes of the fetus. Not only their quantity is important, but also the ratio between them.