

Wpływ siedzącego trybu życia na dolegliwości bólowe kręgosłupa

Wstęp2

Streszczenie4

Summary..... 5

Słowa kluczowe..... 6

Rozdział 1

Stan wiedzy i analiza literatury z zakresu dolegliwości bólowych kręgosłupa lędźwiowo-krzyżowego u osób pracujących w pozycji siedzącej7

Rozdział 2

Materiał i metodyka badań

2.1. Wprowadzenie27

2.2. Cel i przedmiot badań27

2.3. Metody, techniki, narzędzia badawcze..... 28

2.4. Charakterystyka środowiska i materiał badań30

Rozdział 3

Analiza wyników badań własnych..... 31

Dyskusja..... 57

Zakończenie60

Bibliografia..... 61

Spis tabel64

Spis wykresów..... 65

Aneks..... 66

Kwestionariusz ankiety66