



... *Twoja droga do zdrowia*

Absolwent Akademii Wychowania Fizycznego im. J. Kukuczki w Katowicach – mgr wychowania fizycznego- 1997, mgr fizjoterapii- 1998 – dysertacja doktorska: ” Fizykalne metody drenażu limfatycznego w regeneracji powysiłkowej mięśni przedramion” - 2015

Działalność dydaktyczna Prowadzenie zajęć z następujących przedmiotów:

- Terapia manualna
- Teoria fizjoterapii
- Teoria i praktyka masażu
- Odnowa biologiczna
- Kompleksowa Terapia Obrzęków

Kształcenie kadry naukowej (liczba wypromowanych licencjatów, magistrów, doktorów)

- wypromowani licencjaci i magistry – 31
- wypromowani podyplomowi kursanci z zakresu kompleksowej terapii obrzęków oraz suchoigłowej terapii punktów spustowych - 240

Podstawowe osiągnięcia naukowo – badawcze (liczba publikacji)

- monografie – 1
- monografie (współautor) – 2
- skrypty – 1
- artykuły naukowe w tym z IF – 16
- opublikowane referaty naukowe – 3
- prace naukowo-badawcze – 3
- recenzje-1
- projekty badawcze -3
- aktywny udział w konferencjach międzynarodowych w ostatnich 3 latach - 6

Główny obszar zainteresowań naukowych i dydaktycznych

- Fizjoterapia obrzęków limfatycznych
- Medycyna sportowa
- Teoria treningu
- Metody odnowy biologicznej w sporcie
- Terapia manualna
- Masaż leczniczy
- Sucha igła terapia
- Diagnostyka usg układu mięśniowo-szkieletowego w fizjoterapii

Doświadczenia praktyczne/uprawnienia zawodowe

- Instruktor odnowy biologicznej
- Instruktor piłki ręcznej
- Trener sportów walki (8 Dan), head coach Klubu Octagon Żory, fizjoterapeuta odpowiedzialny za czołowych zawodników MMA w tym Jan Błachowicz, Artur Kornik Sowiński, Łukasz Stanek
- Konsultant fizjoterapeutyczny żorskich klubów sportowych
- Ukończonych blisko 30 kursów w zakresie medycyny sportowej , terapii manualnej, osteopatii, masażu, diagnostyki usg, suchej igłoterapii, kinezyterapii, nurorehabilitacji, iniekcji dostawowych.
- Instruktor koncepcji leczenia obrzęków wg doktora Asdonka
- Instruktor suchej igłoterapii • Stażysta Asdonk Klinik St. Blasien w Niemczech – 07.2006 oraz 08.2007
- Stażysta w Kanadyjskich Klinikach oraz University of British Columbia – 09.2016
- Właściciel od 1998 roku NZOZ Provita w Żorach (www-rehabilitacja-provita.pl) z poradniami : rehabilitacyjną, ortopedyczno-traumatologiczną, neurochirurgiczną, flebologiczną, chirurgii naczyń, angiologiczną. Placówka obsługuje blisko 15.000 pacjentów w trybie prywatnych porad.
- Nauczyciel od 2007 roku w Medycznym Centrum Kształcenia Ustawicznego i Zawodowego w Raciborzu
- Wykładowca od 2005 roku w Wydziale Medycznym GWSH im. W. Korfanego w Katowicach Konsultant Medyczny Firmy Hasmed Bielsko Biała w zakresie terapii fizykalnej obrzęków
- Autor pierwszego na polskim rynku opracowania z zakresu Fizjoterapii Sportowej (

ponad 500 stron praktycznego podręcznika)

Członkostwo w organizacjach

- Polskie Towarzystwo Fizjoterapii – przewodniczący sekcji leczenia obrzęków
- Polskie Towarzystwo Medycyny Manualnej – vice prezes
- Polska Federacja Dalekowschodnich Sztuk Walk Honorowy członek Klubu „Ludzie Masażu w Polsce”

Wykaz publikacji:

1. **Trybulski R.:** Wykorzystanie systemu hivamat 200 w leczeniu ran. Rehabilitacja w praktyce 2008, nr 1, s. 28-33.
2. **Trybulski R.:** Terapia fizykalna głęboką oscylacją i elektrostymulacja body flow w uzupełnieniu leczenia obrzęków. Rehabilitacja w praktyce, 2011, nr 6, s. 49-55.
3. **Trybulski R.:** Zastosowanie systemu deep oscylation w terapii otwartych ran, odleżyn i zmian cukrzycowych. W: Przewodnik metodyczny po wybranych zabiegach fizykalnych, pod. red. Bauer A., Wicheć M. Markmed, 2012, s. 168-175.
4. **Karwacińska J., Kiebzak W., Stepanek-Finda B., Kowalski I. M., Protasiewicz-Fałdowska H., Trybulski R., Starczyńska M.:** Ocena skuteczności stosowania kinesiologii taping na blizny przerostowe, keloidy i przykurcze bliznowate. Polish Annals of Medicine, 2012, t. 19, s. 50-57.
5. **Bartelmus E., Knapik H., Trybulski R.:** Różnicowanie obrzęków ciążowych. Skuteczne formy fizjoterapii w profilaktyce i terapii. Dni Medycyny Społecznej i Zdrowia Publicznego - Zielona Góra 2012, Polska 2012 - priorytet zdrowia publicznego". Wydawnictwo Lubuska Wyższa Szkoła Zdrowia Publicznego, Zielona Góra 2012, s. 21.
6. **Smykła A., Walewicz K., Trybulski R., Halski T., Kucharzewski M., Kucio C., Mikusek W., Klakla K., Taradaj J.:** Effect of Kinesiology Taping (KT) on breast cancer-related lymphedema: a randomized single blind controlled pilot study. BioMed Research International, 2013, vol. 2013, (article ID 767106)
7. **Trybulski R., Szapel K., Jasienga J.:** Techniki terapeutyczne w leczeniu mięśniowo-powięziowych punktów spustowych (MPPS). Medycyna Manualna, 2013, t. 17, nr 4.
8. **Trybulski R.:** Metoda Deep Oscillation w leczeniu stopy cukrzycowej. Praktyczna fizjoterapia & rehabilitacja, 2016, nr 68, s. 22-29.
9. **Trybulski R., Żebrowska A.:** Fizykalne metody drenażu w regeneracji powysiłkowej mięśni. Czasopismo Ortopedia, Traumatologia, Rehabilitacja, Vol 18, Suplement 1, 2016.
10. **Trybulski R.:** Fizykalne metody drenażu limfatycznego we wczesnej fazie fizjoterapii pourazowej narządu ruchu, Medycyna Manualna, 3, 2015

11. **Trybulski R. i inni**: Wykorzystanie głębokiej oscylacji i elektrostymulacji mięśni gładkich w niwelowaniu wybranych parametrów zmęczenia mięśniowego. Fizjoterapia Polska, nr 2, 2016
12. **Trybulski R. i inni** : Obrzęk tłuszczowy i inne lipodystrofie w praktyce fizjoterapeuty. Praktyczna fizjoterapia & rehabilitacja, 2016, nr s. 8-18
13. **Trybulski i inni**, pod red. Marzena Netczuk-Gwoździwicz, Robert Netczuk : „Współczesne problemy sportów, sztuk, systemów walki i samoobrony”: Wydawnictwo: Centrum Profilaktyki Społecznej, Wyższa Szkoła Oficerska Wojsk Lądowych we Wrocławiu 2017
14. **D. Olędzki, R. Trybulski i inni**: „Wartość testu Lewita w różnicowaniu jednocześnie występującej dysfunkcji stawu krzyżowo-biodrowego i wysklepienia podłużnego stopy u dzieci z zaburzeniami statyki ciała” : Medycyna Manualna nr 2, 2017
15. **A Żebrowska , R. Trybulski i inni** : „Effect of Physical Methods of Lymphatic Drainage on Postexercise Recovery of Mixed Martial Arts Athletes” Clinical Journal of Sport Medicine (CJSM-16-463R1) 2017
16. **R. Trybulski , A. Lizak i inni** : " Wybrane aspekty badania fizjoterapeutycznego w chorobach neurologicznych" Praktyczna Fizjoterapia & Rehabilitacja ISSN2081-187X nr 91 Luty 2018
17. **pod red. R, Trybulski , M. Wiecheć** : Fizjoterapia sportowa- skuteczna diagnoza, terapia i powrót do sportu - podręcznik : Forum Media Poznań,, ISBN 978-83-260-2986-8 maj 2018
18. **Chrzoszcz, P., Derbisz, K., Suszński, K., Miodoński, J., Trybulski, R., Lewin-Kowalik, J., & Marcol, W.** (2018). Application of peripheral nerve conduits in clinical practice: A literature review. Neurologia i Neurochirurgia Polska.
19. **Olga Lakomy, Robert Trybulski, Artur Gołaś, Aleksandra Zebrowska**. "Knee dislocation. Comprehensive rehabilitation program after two-stage ligament reconstruction" has been accepted for publication - Sports, Health and Exercise Medicine, ISBN 978-1-83880-400-8 - (2019)
20. **MARIOLA GEPFERT, ALEKSANDRA FILIP, MACIEJ KOSTRZEWA, PAULINA KRÓLIKOWSKA, GRZEGORZ HAJDUK, ROBERT TRYBULSKI, MICHAŁ KRZYSZTOFIK** - Analysis of power output and bar velocity during various techniques of the bench press among women. Institute of Sport Sciences, Jerzy Kukuczka Academy of Physical Education in Katowice, Poland Galen-Orthopaedics, Bierun, Poland Medical Department, School of Economic, Katowice, Poland Provita Zory Medical Center, Poland ABSTRACT - (2020)