

**DR JACEK TUZ, FIZJOTERAPEUTA, Terapeuta Dyplomowany (Dip. MDT)  
i Instruktor Międzynarodowego Instytutu McKenziego (MDT Faculty)**

Absolwent Zamiejscowego Wydziału Wychowania Fizycznego AWF Poznań w Gorzowie Wielkopolskim - magister wychowania fizycznego (1993) oraz Wydziału Wychowania Fizycznego Akademii Wychowania Fizycznego w Katowicach - magister fizjoterapii (1997). Doktor nauk o zdrowiu (2023), Śląski Uniwersytet Medyczny w Katowicach, Wydział Nauk o Zdrowiu na podstawie konspektu rozprawy doktorskiej składającej się z cyklu publikacji pt: „Trend sekularny fizjologicznych krzywizn kręgosłupa u osób młodych w obserwacji dziesięcioletniej”.

Uczestnik wielu szkoleń podyplomowych m.in. metody Kaltenborna-Evjentha, PNF, Lechnert–Schrott, jak również FDM w ramach organizacji IFDMO (zdany egzamin na stopień „FDM practitioner”).

Od 1999 roku rozpoczął edukację z zakresu systemu Mechanicznego Diagnozowania i Terapii (Metody McKenziego) uzyskując w 2000 roku stopień Terapeuty Certyfikowanego Międzynarodowego Instytutu McKenziego (Cred. MDT).

W 2002 roku rozpoczął kształcenie w ramach programu dyplomowego Międzynarodowego Instytutu McKenziego, a w 2003 roku (Rzym) zdał egzamin uzyskując Dyplom z zakresu Mechanicznego Diagnozowania i Terapii (Dip. MDT).

Pod koniec 2008 roku uzyskał prawo uczenia metody McKenziego na terenie Polski, a od roku 2015 uprawnienia do prowadzenia wszystkich stopni kursu podstawowego z zakresu Mechanicznego Diagnozowania i Terapii.

Od roku 2023 jest jedynym licencjonowanym Instrukтором Międzynarodowego Instytutu McKenziego w Polsce.

Podkreśla wartość diagnostyczną Metody McKenziego szczególnie potrzebną w czasach kiedy większość skupia się na nauczaniu technik, a nie do ich kwalifikowaniu. Jego ulubioną grupą pacjentów stanowią osoby skierowane na zabieg operacyjny kręgosłupa. Stosując system MDT w połączeniu z precyzyjnymi zastrzykami dokręgosłupowymi (wg standardu IPSIS wykonywanymi przez anestezjologa) około 70% pacjentów nie musi być operowanych.

Ale też podkreśla użyteczność Metody McKenziego w fizjoterapii stomatologicznej czy uroginekologicznej.

Przez długie lata pracował na Oddziale Rehabilitacji Narządu Ruchu w Łędzinach.

Od roku 1998 prowadzi prywatną praktykę fizjoterapeutyczną oraz jest twórcą i pomysłodawcą projektu „Fizjoterapia MDT” w Tychach, w którym szczególnie wykorzystuje potencjał diagnostyczny Metody McKenziego. W pracy korzysta również z modelu FDM. Chętnie prowadzi wykłady, prelekcje, pogadanki, warsztaty nie tylko z Metody McKenziego, ale także z zakresu fizjoprofilaktyki.

Był członkiem zespołu ekspertów ds. fizjoprofilaktyki Krajowej Izby Fizjoterapeutów, a także członkiem Komisji Rewizyjnej KIF na lata 2016-2020.

Prywatnie - szczęśliwy mąż i ojciec trójki chłopców. Kocha spędzać czas ze swoją małżonką - od ponad dwudziestu pięciu lat nie nudzi Jego Jej towarzystwo. Pasjami kibicuje swoim synom - dwóch z nich uprawia siatkówkę. Interesuje się sportem, zwłaszcza siatkówką z racji jej uprawiania przez synów, jak i koszykówką, którą sam kiedyś aktywnie uprawiał. Pasjonat i kibic żużla. Pozazawodowo czynnie uczestniczy w pomocy ludziom chorym. Lubi wyzwania ....

#### Publikacje:

1. Tuz J, Maszczyk A, Zwierzchowska A.: Variability of body build and physiological spinal curvatures of young people in an accelerated longitudinal study. *Int J Environ Res Public Health*. 2021. Jul 16;18(14):7590. doi:10.3390/ijerph18147590 (140 punktów MENiSW, IF: 3.390; 80% udziału; autor korespondencyjny)
2. Zwierzchowska A, Tuz J, Grabara M. Is BAI better than BMI in estimating the increment of lumbar lordosis for the caucasian population? *J Back Musculoskelet Rehabil*. 2020; 33(5):849-855. doi: 10.3233/BMR (40 punktów MENiSW, IF: 1.165; 30% udziału)
3. Tuz J, Maszczyk A, Zwierzchowska A.: The use of characteristics and indicators of body construction as predictors in the identification of the angle values of the physiological of the spine in sequential objective testing – mathematical models. (70 punktów MENiSW, 80% udziału, po recenzjach w *Baltic Journal Physical Activity* - przyjęta do druku)
4. Tuz J, Zwierzchowska A.: Fizjoprofilaktyka zespołów bólowych kręgosłupa. W: *Kompendium fizjoprofilaktyki*. Red.: Grygorowicz M, Podhorecka M, UM im. Karola Marcinkowskiego w Poznań, 2020, s. 179-187. (20 punktów MENiSW; 90% udziału).
5. Zwierzchowska A, Tuz J.: Ocena wpływu krzywizn kręgosłupa w płaszczyźnie strzałkowej młodych osób na bóle mięśniowo-szkieletowe. *Evaluation of the impact of sagittal spinal curvatures on musculoskeletal disorders in young people*. *Med Pr*. 2018 Jan 1;69(1):29-36 DOI:10.13075/mp.5893.00558 (15 pkt, IF: 0.886; 30% udziału).

6. Stępień A, Guzek K, Rekowski W, Rekowski W, Fabian K, Tuz J, Graff K.: Analysis of prevalence of asymmetry and muscle tone disorders in the first year of life among youth with idiopathic scoliosis: A retrospective case - control study. J Back Musculoskelet Rehabil. 2022; pp.1-9. doi: 10.3233/BMR-171075. (40 punktów MEN oraz 1.456 IF, 10%).
7. Tuz Jacek. „Badanie i leczenie pacjenta z zespołem bólowym odcinka lędźwiowo-krzyżowego kręgosłupa z deformacją kyfotyczną oraz dekompensacją ipsilateralną” Praktyczna fizjoterapia i rehabilitacja. Marzec 2011, str. 16-18
8. Tuz J, Stengert T. „Badanie i leczenie pacjenta z zespołem bólowym odcinka lędźwiowego kręgosłupa metodą McKenziego” Praktyczna fizjoterapia i rehabilitacja. Luty 2010, str. 30-32
9. Tuz J, Woźny A, Stengert T. „Diagnostyka różnicowa pomiędzy odcinkiem lędźwiowym kręgosłupa a kończyną dolną. Praktyczna fizjoterapia i rehabilitacja. Luty 2011, str. 21-27
10. Tuz J, Stengert T, Analiza przypadku zespołu derangement odcinka szyjnego kręgosłupa z wtórnym zespołem dysfunkcji stawowej stawu ramiennego.
11. Tuz J, Stengert T. Możliwości metody McKenziego w diagnostyce różnicowej pomiędzy kręgosłupem szyjnym a stawem ramiennym. Praktyczna fizjoterapia i rehabilitacja. Wrzesień 2010, str. 12-15.
12. Woźny A, Tomczakowski R, Tuz J, Radło P, Stengert T. Stenoza Kręgosłupa.  
W: Kompleksowe leczenie choroby zwyrodnieniowej stawów. Red. Tomaszewski J.  
Medpress Sport.