



### CURRICULUM VITAE

Name and Surname: Dilara KARA  
Academic Title: Assistant Professor  
Work Address:  
Email: dilara.kara@afsu.edu.tr  
Foreign Languages Known (Score and Year): English, C1 Advanced, 2018

| Degree            | Department/Program                      | University           | Year |
|-------------------|-----------------------------------------|----------------------|------|
| Doctorate         | SPOR FİZYOTERAPİSTLİĞİ (DR)             | Hacettepe University | 2023 |
| Master's Degree   | SPOR FİZYOTERAPİSTLİĞİ (YL)<br>(TEZLİ)  | Hacettepe University | 2016 |
| Bachelor's Degree | FİZYOTERAPİ VE REHABİLİTASYON<br>BÖLÜMÜ | Hacettepe University | 2014 |

Master's Thesis Title (abstract attached) and Thesis Supervisor(s):

Skapular retraksiyon egzersizlerinin asemptomatik ve subakromiyal sıkışma sendromu olan bireylerde trapezius kas aktivasyonu üzerine etkisinin karşılaştırılması

Doctoral Thesis/Proficiency Study/Medical Specialization Thesis Title (abstract attached) and Supervisor(s):

Rotator kılıf tendinopatisinde kan akımı kısıtlanmalı egzersiz eğitiminin kas kalınlığı ve semptomlara etkisinin araştırılması

| Position Title      | Workplace                                 | Year           |
|---------------------|-------------------------------------------|----------------|
| Assistant Professor | Afyonkarahisar Health Sciences University | 2024-Continues |
| Research Assistant  | Hacettepe University                      | 2015-2024      |

Roles in Projects:

Kan Akımı Kısıtlanmalı Kuvvet Antrenmanında Yüklenme Düzeyinin ve Antrenman Geçmişinin Fizyolojik ve Biyokimyasal Yanıtlara Etkisi (2025 - Continues)

Rekreasyonel Voleybol Oyuncularında Spinal Stabilizasyon Becerisi ve Üst Ekstremitte Stabilizasyonunun Spora Özel Nörokognitif Becerilerle İlişkisi (2024 - Continues)

Hacettepe Üniversitesi ve Akyurt Toplum Sağlığı Merkezi Obezite Tarama Projesi (2018 - 2019)

Aktif Hacettepe (2014 - 2017)

Administrative Duties:

Head of Main Science/Science Department - Afyonkarahisar Health Sciences University (2024 - Continues)

Awards:

İhsan Doğramacı Üstün Başarı Ödülü (2015)

Undergraduate and graduate level courses taught in the last two years (If offered, summer courses will also be added to the table):

| Academic Year | Semester | Course Name                                  | Weekly Hours |           | Number of Students |
|---------------|----------|----------------------------------------------|--------------|-----------|--------------------|
|               |          |                                              | Theoretical  | Practical |                    |
| 2024          | Spring   | Fizyoterapi ve Rehabilitasyona Giriş ve Etik |              |           |                    |
| 2024          | Spring   | Manipülatif Tedavi Teknikleri II             |              |           |                    |
| 2024          | Spring   | Ortopedik Rehabilitasyon                     |              |           |                    |
| 2024          | Spring   | Ortez ve Protez Rehabilitasyonu              |              |           |                    |
| 2024          | Spring   | Kanıtı Dayalı Egzersiz Uygulamaları          |              |           |                    |
| 2024          | Fall     | Fizyoterapi ve Rehabilitasyona Giriş ve Etik |              |           |                    |
| 2024          | Fall     | Manipülatif Tedavi Teknikleri II             |              |           |                    |
| 2024          | Fall     | Ortopedik Rehabilitasyon                     |              |           |                    |
| 2024          | Fall     | Ortez ve Protez Rehabilitasyonu              |              |           |                    |
| 2024          | Fall     | Kanıtı Dayalı Egzersiz Uygulamaları          |              |           |                    |

## **PUBLICATIONS**

### **A. Articles published in international peer-reviewed journals:**

- A1. "Comparison of 1-and 3-Week Immobilization Following Arthroscopic Shoulder Stabilization: Results of a Prospective Study", Physiotherapy Canada, 2025.
- A2. "Effect of thoracic mobilization on acmio-humeral distance, thoracic kyphosis angle, pain and shoulder function in patients with subacromial impingement syndrome: A randomized controlled trial", European Spine Journal, 2025.
- A3. "Blood Flow Restriction Training in Patients with Rotator Cuff Tendinopathy: A Randomized, Assessor-Blinded, Controlled Trial", Clinical Journal of Sport Medicine, 2024.
- A4. "Effects of Different Frequencies of Physical Therapy Visits on Shoulder Function After Arthroscopic Rotator Cuff Repair", PHYSICAL THERAPY, 2023.
- A5. "Recovery of the shoulder kinematics after reverse shoulder arthroplasty", CLINICAL BIOMECHANICS, 2023.
- A6. "Electromyography study of six parts of the latissimus dorsi during reaching tasks while seated: A comparison between healthy subjects and stroke patients", Journal of Electromyography and Kinesiology, 2023.
- A7. "Theraband Applications for Improved Upper Extremity Wall-Slide Exercises", Journal of athletic training, 2022.
- A8. "Tender point examination with palpation in different shoulder pathologies: A retrospective study", Journal of Orthopaedic Science, 2022.
- A9. "Shoulder-Abduction Angle and Trapezius Muscle Activity During Scapular-Retraction Exercise", Journal of Athletic Training, 2021.
- A10. "The repeatability of 3-dimensional scapular kinematic analysis during bilateral upper extremity movements", Journal of Bodywork and Movement Therapy, 2020.
- A11. "Knee Strength Recovery And Factors Affecting Knee Strength After Anterior Cruciate Ligament Reconstruction", MEDICINE AND SCIENCE IN SPORTS AND EXERCISE, 2020.
- A12. "Trapezius muscle activation levels and ratios during scapular retraction exercises: A comparative study between patients with subacromial impingement syndrome and healthy controls", CLINICAL BIOMECHANICS, 2019.
- A13. "Shoulder kinematics and mobility adaptations in water-polo players", The Journal of sports medicine and physical fitness, 2018.
- A14. "Subakromiyal sıkışma sendromu olan bireylerde farklı dirsek açılarında yapılan skapular retraksiyon egzersizleri sırasında trapezius kas aktivasyonu", Acta Orthopaedica et Traumatologica Turcica, 2016.
- A15. "TURKISH VERSION OF THE FORGOTTEN JOINT SCORE 12 FJS 12 WITH RELIABILITY AND VALIDITY", International Journal of Rheumatic Diseases, 2016.
- A16. "IS IT EASY FOR THE PATIENT TO FORGET THE ARTIFICIAL JOINT FOLLOWING TOTAL KNEE ARTHROPLASTY?", Osteoarthritis and Cartilage, 2016.
- A17. "Can Patients Forget Their Artificial Joint after Arthroplasty", Arthritis & Rheumatology, 2015.
- A18. "Total Diz Artroplastisi Sonrası Gelişen Hareket Korkusunun İncelenmesi", Acta Orthopaedica et Traumatologica Turcica, 2015.

## **B. Papers presented at international scientific meetings and published in proceedings:**

B1. "Long-term Rotator Cuff Strength And Shoulder Function In Nonoperative Vs. Operative Treatment Of Midshaft Clavicle Fractures", ACSM25 Annual Meeting, 2025.

## **C. National/international books written or chapters in books:**

### **C2. Chapters in national/international books written:**

- C2.1. "Vakalarla Sporda Fizyoterapi ve Rehabilitasyon", Hipokrat Yayıncılık, 2025.
- C2.2. "Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Olgu Çözümlemeleri", Hipokrat Yayıncılık, 2023.
- C2.3. "Sporda Fizyoterapi ve Rehabilitasyon", Hipokrat Yayınevi, 2023.
- C2.4. "Functional Exercise Anatomy and Physiology for Physiotherapists", Cham: Springer International Publishing, 2023.
- C2.5. "Üst Ekstremitte Yaralanmalarında Rehabilitasyon", Hipokrat, 2021.
- C2.6. "Sık Yapılan Ortopedik Ameliyatlar Ve Rehabilitasyon Yaklaşımları", İstanbul Tıp Kitapevleri, 2021.
- C2.7. "Fizyoterapistler için İşlevsel Egzersiz Anatomi ve Fizyolojisi", Hipokrat, 2021.
- C2.8. "Spor Yaralanmalarının Rehabilitasyonunda Nöromusküler Yaklaşımlar", Türkiye Klinikleri, 2019.
- C2.9. "Tanıdan Tedaviye Lipödem Sağlık Profesyonelleri İçin Rehber Kitap", Hipokrat Kitabevi, 2018.
- C2.10. "Fizyoterapi Seminerleri", H.Ü.S.B.F. Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, 2016.

## **D. Articles published in national peer-reviewed journals:**

- D1. "FİZİKSEL AKTİVİTE KONUSUNDA FARKINDALIK EĞİTİMİ ALAN GENÇ BİREYLERİN AKTİVİTE SEVİYELERİNDEKİ DEĞİŞİMİN İNCELENMESİ", ERGOTERAPİ VE REHABİLİTASYON, 2019.
- D2. "Asemptomatik adölesan voleybolcularda üst/alt trapez kası kuvvet oranlarının incelenmesi: pilot çalışma.", Journal of Exercise Therapy and Rehabilitation, 2019.
- D3. "Artroskopik anterior omuz instabilite cerrahisi sonrası kontralateral tarafta kas atrofisinde rehabilitasyon: vaka raporu", Journal of Exercise Therapy and Rehabilitation, 2018.
- D4. "Validity and reliability of Turkish version of the Forgotten Joint Score-12", Journal of Exercise Therapy and Rehabilitation, 2017.
- D5. "Total dirsek artroplastisi uygulanan hastanın uzun dönem fonksiyonel sonuçları Vaka raporu", Türk Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi, 2016.
- D6. "İleri yaş kalça ve diz artroplastisi sonrası yapay eklem alışmay etkileri mi", Türk Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi, 2016.
- D7. "Omuz stabilizasyon cerrahisi yapılan bireylerde kinezyofobinin üstekstremitte performansına etkisi pilot çalışma", Türk Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi, 2016.
- D8. "Farklı omuz patolojilerinde hassas noktalar değişir mi", Türk Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi, 2016.
- D9. "Skapula retraksiyon bantlaması üst ekstremitte fonksiyonlarını etkiler mi", Türk Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi, 2016.
- D10. "Profesyonel Su Topu Oyuncularında İzokinetik Omuz Performansı", Türk Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi, 2016.
- D11. "Artroskopik Bankart Tamiri Sonrası İmmobilizasyon Süresi Eklem Hareket Açıklığını Etkiler mi", Türk Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi, 2016.
- D12. "Medial Patellofemoral Ligament Tamiri Yapılan Hastalarda Fonksiyonel Sonuçların İncelenmesi", Türk Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi, 2015.
- D13. "Ön Çapraz Bağ Cerrahisi Sonrası Eklem Pozisyon Hissindeki Hata ve Fonksiyonel Aktiviteyle İlişkisi", Türk Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi, 2015.
- D14. "Tibialis Anterior Tendon Allogrefti ve Hamstring Tendon Ototgrefti ile Ön Çapraz Bağ Tamiri Yapılan Hastaların Fonksiyonel Sonuçları", Türk Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi, 2015.
- D15. "Tüberositas Tibianın Mediale Transferi ile Medial Patellofemoral Ligament Tamiri Yapılan Hastanın Fonksiyonel Sonuçlarının İncelenmesi Vaka Raporu", Türk Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi, 2015.

## **E. Papers presented at national scientific meetings and published in proceedings:**

E1. "Unutulan Eklem Skoru'nun (UES-12) Total diz ve kalça artroplastili hastalarda Türkçe adaptasyonu geçerlik ve güvenilirlik", 26. Ulusal Türk Ortopedi ve Travmatoloji Kongresi, 2016.