



ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ  
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟ ΤΜΗΜΑ  
ΑΤΤΙΚΗΣ & ΚΥΚΛΑΔΩΝ



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ  
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ & ΠΡΟΝΟΙΑΣ  
ΤΜΗΜΑ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ  
Π.Μ.Σ. ΝΕΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ ΣΤΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

14-15  
Ιανουαρίου  
2023

# 1<sup>η</sup> ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΔΙΗΜΕΡΙΔΑ

Συνεδριακό Κέντρο Άλσους Αιγάλεω ΠΑ.Δ.Α.



Φυσική Δραστηριότητα  
Αυτοδιαχείριση  
Ποιότητα Ζωής

Ο Ρόλος της  
Φυσικοθεραπείας



### ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

---

Πρόεδρος: Γιόφτσος Γεώργιος  
Μέλη: Κουμαντάκης Γεώργιος  
Μουντζούρη Μαρία  
Πατσάκη Ειρήνη

### ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

---

Πρόεδρος: Καραντίας Θεόδωρος  
Μέλη: Ζέκης Θεόδωρος  
Παπασίμπας Βασίλειος  
Σφetsιώρης Δημήτριος  
Φράγκου Μαρία  
Χάλαρη Ευθυμία  
Εθελοντές: Βακουφτσή Σοφία  
Δεναξά Νεφέλη  
Δήμας Κωνσταντίνος  
Θεοδωροπούλου Εριέτα  
Καλεζάκης Μάνος  
Κοντομουράτογλου Μαρίνα  
Κουτσαγγέλη Μαρία  
Κυριτσοπούλου Ειρήνη  
Μακρή Χρυσούλα  
Μαρουγκάς Μελέτης  
Παύλου Δημήτρης  
Σαριδάκη Ελένη  
Φραγκάκη Φανή

### ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ

---

Καραγιάννη Αικατερίνη  
Πέππα Ειρήνη  
Πετρόπουλος Αθανάσιος



## Μήνυμα Προέδρου Π.Τ. Αττικής & Κυκλάδων Π.Σ.Φ.

Αγαπητοί συνάδελφοι και μελλοντικοί συνάδελφοι,

Πρωταρχικός και σταθερός στόχος του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών είναι η σύνδεση της έρευνας που γίνεται στην Εκπαίδευση με την εργασία Αυτό έχει επιτευχθεί και με την θεσμική εκπροσώπηση και συμμετοχή των Πανεπιστημιακών Τμημάτων Φυσικοθεραπείας στα ετήσια συνέδρια του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών.

Σε αυτό το πλαίσιο η Διοικούσα Επιτροπή του Περιφερειακού Τμήματος Αττικής & Κυκλάδων αποφάσισε να συνεργαστεί με το Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής και το Τμήμα Φυσικοθεραπείας του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής, συνδιοργανώνοντας μια Επιστημονική Διημερίδα.

Είναι ιδιαίτερη η χαρά μας για το αποτέλεσμα που προέκυψε. Η 1<sup>η</sup> Επιστημονική Διημερίδα με θέμα:

**«Φυσική Δραστηριότητα, Αυτοδιαχείριση, Ποιότητα Ζωής: Ο Ρόλος της Φυσικοθεραπείας»**

Ο κόσμος αλλάζει, οι ανάγκες του πληθυσμού αλλάζουν αφού οι μη μεταδιδόμενες ασθένειες κυριαρχούν, το κόστος της υγείας έχει εκτοξευτεί από την αύξηση του προσδόκιμου επιβίωσης και τις συνεπακόλουθες αυξημένες ανάγκες παροχής ποιοτικών υπηρεσιών υγείας και η καλή ποιότητα ζωής είναι κοινή απαίτηση και επιδίωξη.

Οι φυσικοθεραπευτές είμαστε οι επαγγελματίες υγείας που μπορούμε να δώσουμε σωστές, αξιόπιστες και ουσιαστικές λύσεις σε όλα αυτά τα προβλήματα.

Οι γνώσεις της παθολογίας όλων των συστημάτων του ανθρώπινου οργανισμού είναι ο θεμέλιος λίθος της καθημερινής μας κλινικής άσκησης. Η αποκατάσταση είναι το κυριότερο κομμάτι της δουλειάς μας. Η καθοδήγηση των ατόμων με κάποια παθολογία, στην αυτοδιαχείριση του προβλήματός τους είναι επίσης δική μας αρμοδιότητα. Είναι η ώρα να το αναδείξουμε.

Η εξαιρετική θεματολογία της Διημερίδας που πλαισιώνεται από ομιλίες με ισχυρή επιστημονική τεκμηρίωση και τα πολύ ενδιαφέροντα κλινικά εργαστήρια έρχονται να υπηρετήσουν ακριβώς αυτό το σκοπό. Να αναβαθμίσουν τις γνώσεις μας, να αλλάξουν αντιλήψεις & πρακτικές, να εισάγουν νέες τεχνικές, να βελτιώνουν παλαιότερες.

Ευχόμαστε να απολαύσετε τις εργασίες της Διημερίδας!

Για την ΔΕ του ΠΤ Αττικής & Κυκλάδων

Η Πρόεδρος

**Ευθυμία Χάλαρη**

Πρόεδρος Π.Τ. Αττικής & Κυκλάδων Π.Σ.Φ.

## Μήνυμα Προέδρου Τμήματος Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ και Προέδρου Επιστημονικής Επιτροπής

Αγαπητοί φίλοι,

το 2023, έτος διοργάνωσης της 1<sup>ης</sup> Επιστημονικής διημερίδας του Π.Τ. Αττικής και Κυκλάδων, σε συνεργασία με το Τμήμα Φυσικοθεραπείας και το Π.Μ.Σ. Νέες Μέθοδοι στη Φυσικοθεραπεία του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής, εγκαινιάζει μια νέα εποχή για τα επιστημονικά φυσικοθεραπευτικά δρώμενα στη περιφέρεια Αττικής, καθώς αποσκοπεί

- να ενδυναμώνει τον δια ζώσης επιστημονικό διάλογο στη μετά Covid-19 εποχή, και
- να διευρύνει τη σύνδεση του επαγγελματικού χώρου της φυσικοθεραπείας με την πανεπιστημιακή του κοινότητα.

Απώτερος στόχος είναι η ανάδειξη του ρόλου της προαναφερόμενης διασύνδεσης σε τοπικό επίπεδο, ιδιαίτερα όταν αυτός ο τόπος είναι η περιφέρεια Αττικής όπου «γεννήθηκε» η Ελληνική φυσικοθεραπεία και από όπου μεταλαμπαδεύτηκε σε όλη την επικράτεια.

Οφείλουμε να συνεκτιμήσουμε τα προαναφερόμενα χαρακτηριστικά και την παρακαταθήκη που μας παρέχει η μέχρι σήμερα παρουσία της φυσικοθεραπείας ως επιστήμης αλλά και ως παροχή προς τη κοινωνία και τον πάσχοντα, και να σχεδιάσουμε το αύριο μέσω μια στρατηγικής που θα αναπτύσσει ποιοτικές υπηρεσίες υγείας και κατ'επέκταση, αναβαθμισμένες φυσικοθεραπευτικές υπηρεσίες. Παράλληλα, πρέπει να μην αγνοούμε την απαίτηση για «αριστεία» σε συνδυασμό με την «εξωστρέφεια», την «διεπιστημονικότητα», την «καινοτομία», την «συνέργεια» και γενικά, κάθε δράση και δυνατότητα που μπορεί να μας καθιστά βιώσιμους και ανταγωνιστικούς.

Μέσα σ' αυτό το πλαίσιο που αναπτύχθηκε, η 1<sup>η</sup> Επιστημονική διημερίδα προσπαθεί να ολοκληρώσει το τρίπτυχο «αυτοδιαχείριση», «φυσική δραστηριότητα» και συνεπώς «ποιότητα ζωής», πάντα μέσα στο αυστηρό πλαίσιο που απαιτεί η τεκμηριωμένη γνώση και επιβάλλει το επίπεδο ζωής που επιθυμούμε ως κοινωνία.

Η τεκμηριωμένη επιστημονικά γνώση που θα αναπτυχθεί κατά τις εργασίες της διημερίδας σε μια πληθώρα θεματικών ενοτήτων του γνωστικού αντικείμενου της φυσικοθεραπείας, ταυτόχρονα με τις καλές πρακτικές που θα παρουσιαστούν, θα δώσουν την δυνατότητα για ένα γόνιμο επιστημονικό διάλογο με σκοπό την αναβάθμιση των παρεχόμενων υπηρεσιών υγείας.

Για την Επιστημονική Επιτροπή


Ο Πρόεδρος


**Καθ. Γεώργιος Γιόφτσος**


*Πρόεδρος Τμήματος Φυσικοθεραπείας*

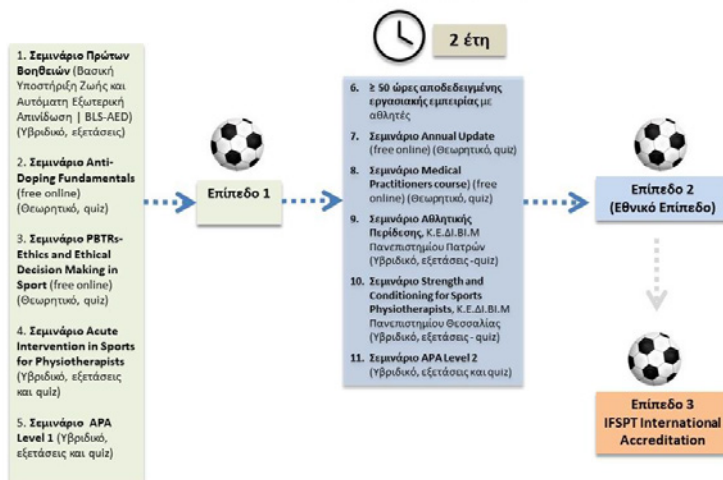
*Πρόεδρος Επιστημονικής Επιτροπής*

# Πρόγραμμα Πιστοποίησης «Αθλητικός Φυσικοθεραπευτής - Ειδικός Άσκησης»

 Πρόγραμμα του ΠΣΦ σε συνεργασία με τον APA (Australian Physiotherapy Association)

 Περιλαμβάνει σειρά μαθημάτων για την απόκτηση εξειδικευμένων ικανοτήτων [έντεκα (11) δεξιότητες-προαπαιτούμενα (competencies) της Διεθνούς Ομοσπονδίας Αθλητικής Φυσικοθεραπείας (IFSPT)] με στόχο τον διεθνή τίτλο "Αθλητικός Φυσικοθεραπευτής - Ειδικός Άσκησης".

 Αποτελείται συνολικά από τρία (3) επίπεδα (levels) εκπαίδευσης. Τα 2 πρώτα επίπεδα οδηγούν στην Εθνική Βασική Πιστοποίηση και ολοκληρώνονται σε διάρκεια 2 ετών. Τα επίπεδα αυτά περιλαμβάνουν σειρά σεμιναρίων επιμόρφωσης (εξ αποστάσεως και δια ζώσης), σε συνεργασία με τον APA και τα Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ των Πανεπιστημίων Θεσσαλίας και Πατρών. Η ολοκλήρωση των 2 επιπέδων και η απόκτηση της Εθνικής Βασικής Πιστοποίησης επιτρέπουν στον υποψήφιο την μετάβαση στο επίπεδο 3 και στην απόκτηση της Διεθνούς Πιστοποίησης, ολοκληρώνοντας όλες τις προϋποθέσεις της IFSPT.



Περισσότερες πληροφορίες: <https://spt.psf.org.gr/>

Τηλέφωνο: 2108213905



## Μήνυμα Προέδρου Οργανωτικής Επιτροπής

Αγαπητοί συνάδελφοι,

Με ιδιαίτερη χαρά σας προσκαλούμε στην 1n Επιστημονική διημερίδα, που συν-διοργανώνεται από το Περιφερειακό Τμήμα Αττικής & Κυκλάδων του Π.Σ.Φ., τη Σχολή Φυσικοθεραπείας και το Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών «Νέες Μέθοδοι στη Φυσικοθεραπεία» του τμήματος Φυσικοθεραπείας του Πα.Δ.Α..

Μετά τις δύσκολες συνθήκες που αντιμετωπίσαμε στα προηγούμενα χρόνια και με αισιοδοξία για την ομαλή επιστροφή στις διά ζώσης συναντήσεις, είμαστε στην ευχάριστη θέση να υλοποιήσουμε αυτή την επιστημονική συνάντηση με φυσική παρουσία, για να έχουμε την ευκαιρία να συζητήσουμε από κοντά τις εξελίξεις του σημαντικού αυτού τομέα της υγείας που εκπροσωπούμε, να ανταλλάξουμε απόψεις και πληροφορίες.

Η πραγματοποίηση της διημερίδας αυτής, αποτελεί την εκπλήρωση ενός από τους σκοπούς της διοίκησης του Π.Τ. μας και στοχεύει στην επιμόρφωση και την ενημέρωση των μελών μας, αλλά και της φοιτητικής κοινότητας με τρόπο ουσιαστικό, τεκμηριωμένο και ωφέλιμο για όλους. Επιθυμούμε να αποτελέσει την αρχή μίας σειράς επιμορφωτικών εκδηλώσεων, με στόχο να δημιουργηθεί ένας νέος επιστημονικός θεσμός στα πλαίσια του Π.Σ.Φ. Ν.Π.Δ.Δ., ο οποίος θα αγκαλιαστεί από την Φυσικοθεραπευτική κοινότητα. Ευχή μας είναι να γίνει ο συνδυασμός κρίκος, ανάμεσα στο παρελθόν και το παρόν των ανθρώπων, με οδηγό την εξέλιξη της επιστήμης της Φυσικοθεραπείας, επί τη βάση της τεκμηριωμένης γνώσης.

Η Επιστημονική Επιτροπή με τις αξιόλογες εργασίες που θα παρουσιάσει, αλλά και τα σημαντικά εργαστήρια που θα τις πλαισιώσουν, έχει στόχο να αναδείξει πόσο σημαντικός είναι ο **ρόλος της Φυσικοθεραπείας** στη **Φυσική Δραστηριότητα**. Επιθυμεί επίσης να αναδείξει την δυνατότητα στην **Αυτοδιαχείριση** των προβλημάτων που αντιμετωπίζουν οι ασθενείς μας, όπως και να βελτιώσει την **Ποιότητα Ζωής** του Έλληνα πολίτη που ζητάει την παρέμβασή μας στο πρόβλημά του.

Σας καλούμε να παρακολουθήσετε την διοργάνωσή μας και να συμμετέχετε ενεργά. Ευελπιστούμε η επιστημονικού περιεχομένου αυτή συνάντηση, να αποτελέσει κοινωνικό γεγονός ενημέρωσης και επανασύνδεσης συναδέλφων. Να αναθερμάνει συνεργασίες και γνωριμίες, να τονώσει την συναδελφικότητα και να αφήσει το στίγμα της στην Ελληνική Φυσικοθεραπευτική κοινότητα. Εμείς από την πλευρά μας, θα καταβάλουμε κάθε δυνατή προσπάθεια για την άρτια διοργάνωση και σας περιμένουμε στον γνώριμο και φιλικό χώρο για όλους, στο Αμφιθέατρο του Συνεδριακού Κέντρου της Πανεπιστημιούπολης Άλσους Αιγάλεω.

Εκφράζοντας την Οργανωτική Επιτροπή,

Εύχομαι καλή αντάμωση,

**Θόδωρος Καραντίας**

Οργανωτικός Γραμματέας

Π.Τ. Αττικής & Κυκλάδων – Π.Σ.Φ.





## ΔΙΗΜΕΡΙΔΑ ΠΑΔΑ – ΠΤ ΑΤΤΙΚΗΣ & ΚΥΚΛΑΔΩΝ 14-15 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2023

«ΦΥΣΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ-ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ-ΑΥΤΟΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ:  
Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ»

### ΣΑΒΒΑΤΟ 14/1/2023

**09.15-10.00** Έναρξη - Προσφωνήσεις- Χαιρετισμοί

Προεδρείο: **Ευθυμία Χάλαρη**, Πρόεδρος ΠΤ Αττικής & Κυκλάδων ΠΣΦ  
**Θεόδωρος Καραντίας**, Πρόεδρος Οργανωτικής Επιτροπής  
**Βασιλική Κεφαλά**, Κοσμήτορας, Σχολή Επιστημών  
Υγείας-Πρόνοιας, ΠΑΔΑ  
**Γεώργιος Γιόφτσος**, Πρόεδρος Τμήματος Φυσικοθεραπείας,  
Σχολή Επιστημών Υγείας-Πρόνοιας, ΠΑΔΑ  
**Βασιλική Σακελάρη**, Διευθύντρια ΠΜΣ «Νέες Μέθοδοι στη  
Φυσικοθεραπεία», Τμήμα Φυσικοθεραπείας, Σχολή Επιστημών  
Υγείας-Πρόνοιας, ΠΑΔΑ

**10.00-11.30** **ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΣΤΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ  
ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΕΠΙΔΟΣΗ**

Προεδρείο: **Μαρία Παπανδρέου, Μαρία Φράγκου, Στέφανος Καρανάσιος**

- 1. Νοερή εξάσκηση (Motor Imagery) και Αθλητική επίδοση**  
**Γεώργιος Πλακούτσας**, Φυσικοθεραπευτής, MSc,  
Υποψήφιος Διδάκτορας, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ
- 2. Νοητική αντοχή στην κόπωση (Brain Endurance) και Αθλητική επίδοση**  
**Ελευθέριος Παρασκευόπουλος**, Φυσικοθεραπευτής, MSc, PhD,  
Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ
- 3. Η επίδραση της μουσικής στην Αθλητική επίδοση**  
**Νίκη Μυλωνάκη**, Φυσικοθεραπεύτρια, MSc,  
Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ



**4. Η επίδραση των Ελληνικών παραδοσιακών χορών στις παραμέτρους φυσικής κατάστασης**

**Χάρης Συμεωνίδης**, Φυσικοθεραπευτής, MSc, Ορθοπαιδικό Κέντρο Έρευνας & Εκπαίδευσης «Π.Ν.ΣΟΥΚΑΚΟΣ»– Π.Γ.Ν. ΑΤΤΙΚΟΝ

**11.45-13.15 ΝΕΥΡΟΜΥΟΣΚΕΛΕΤΙΚΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ**

Προεδρείο: **Γεώργιος Κουμαντάκης, Χάλαρη Ευθυμία, Ελευθέριος Παρασκευόπουλος**

**1. Enhancing the vision of Lifelong mobility and activity in patients with Osteoarthritis and Long Covid.**

**Pavlos Bobos**, Assistant Prof, School of Physical Therapy, Western University, Ontario, Canada

**2. Κλινικές οδηγίες για τη φυσική δραστηριότητα ηλικιωμένων ατόμων με διαταραχές ισορροπίας**

**Χρήστος Νικήτας**, Φυσικοθεραπευτής, MSc, Φυσικοθεραπευτής Α' ΩΡΛ Κλινική, Ιπποκράτειο ΓΝΑ, Υποψήφιος Διδάκτωρ, Ιατρική Σχολή, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών

**3. Η επίδραση μικροδιαλειμμάτων άσκησης σε μυοσκελετικές παθολογίες εργαζόμενων.**

**Ειρήνη Δρίζη**, Φυσικοθεραπεύτρια, MSc, Υποψήφια Διδάκτωρ, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ

**4. Ο ρόλος της Φυσικοθεραπείας στην βελτίωση της Φυσικής Δραστηριότητας σε Ασθενείς με Σπονδυλική στένωση.**

**Κωσταντίνος Πρέντζας**, Φυσικοθεραπευτής, MSc, Υποψήφιος Διδάκτωρ Τμήμα Φυσικοθεραπείας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ- ΕΛΑΦΡΥ ΓΕΥΜΑ

**14:30 -16:00 ΦΥΣΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΑΥΤΟΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΣΤΗΝ ΠΑΙΔΙΑΤΡΙΚΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ**

Προεδρείο: **Σακελλάρη Βασιλική, Δωροθέα Μακρυγιάννη, Σοφία Κούνη**

**1. Φυσική δραστηριότητα σε παιδιά με κινητικές διαταραχές. Ο ρόλος του φυσικοθεραπευτή.**

**Νικόλαος Χρυσάγης**, Φυσικοθεραπευτής, MSc, PhD, ΕΔΙΠ, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ



**2. Η φυσική δραστηριότητα μέσα από την εκπαίδευση στον διάδρομο.**

**Αλεξάνδρα Λέπουρα**, Φυσικοθεραπεύτρια, MSc, Υποψήφια Διδάκτωρ, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**3. Αυτοδιαχείριση και παιδιατρική φυσικοθεραπεία. Ο ρόλος της οικογένειας.**

**Ευαγγελία Κέντρου**, Φυσικοθεραπεύτρια, MSc, Εκπαιδευτικός Π.Ε.

**4. Άσκηση και αυτοδιαχείριση σε παιδιά με σκολίωση.**

**Τριανταφυλλιά Μιχοπούλου**, Φυσικοθεραπεύτρια, Μεταπτυχιακή Φοιτήτρια, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ

**16:15 -17.45 ΝΕΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ ΣΤΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ-ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ I**

Προεδρείο: **Γεώργιος Γιόφτσος, Ηλιάδης Δημήτριος, Θεόδωρος Καραντίας**

**1. Αυτοδιαχείριση σε ασθενείς με χρόνια νόσο και κατάθλιψη: Ο ρόλος του φυσικοθεραπευτή**

**Κατερίνα Καλλιγιάννη**, Φυσικοθεραπεύτρια, Μεταπτυχιακή Φοιτήτρια, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ

**2. Σκανδιναβική βάδισις: οφέλη σε επίπεδο πρόληψης και αποκατάστασης.**

**Ειρήνη Καραβά**, Φυσικοθεραπεύτρια, Μεταπτυχιακή Φοιτήτρια, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ

**3. Άσκηση περιορισμού της αιματικής ροής σε ασθενείς με οστεοαρθρίτιδα γόνατος**

**Ιωάννης Μώρος**, Φυσικοθεραπευτής, Μεταπτυχιακός Φοιτητής, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ

**4. Οστεοπόρωση-Αυτοδιαχείριση, ποιότητα ζωής.**

**Κωνσταντίνος Κοντονίκας**, Φυσικοθεραπευτής, Μεταπτυχιακός Φοιτητής, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ

**5. Φυσική δραστηριότητα για την πρόληψη των πτώσεων και στη βελτίωση της ποιότητας ζωής στην τρίτη ηλικία.**

**Γεώργιος-Κωνσταντίνος Τσαμασιώτης**, Φυσικοθεραπευτής, Μεταπτυχιακός Φοιτητής, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ

## ΚΥΡΙΑΚΗ 15/01/2023

### 09.30-11.00 ΝΕΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ ΣΤΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ-ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ II

Προεδρείο: **Μαρία Μουτζούρη, Δημήτριος Στασινόπουλος, Σταύρος Σταθόπουλος**

- 1. Ο ρόλος του φυσικοθεραπευτή στη διάσταση του ορθού κοιλιακού μύος μετά από εγκυμοσύνη.**  
*Αναστασία Σκούρα, Φυσικοθεραπεύτρια, PhD(c), Τμήμα Φυσικοθεραπείας, Πανεπιστήμιο Πατρών*
- 2. Η ρόλος του φυσικοθεραπευτή στην αυτοδιαχείριση διαταραχών πνευλικού εδάφους σε γυναίκες μετά τον τοκετό.**  
*Αμαρρυλίσ Κουρκουμέλη, Φυσικοθεραπεύτρια, Όμιλος Υγεία, Μεταπτυχιακή Φοιτήτρια, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ*
- 3. Η επίδραση της αυτοδιαχείρισης των συμπτωμάτων γυναικών με λεμφοίδημα έπειτα από θεραπεία καρκίνου μαστού.**  
*Ελπίδα Παπαδημητρίου, Φυσικοθεραπεύτρια, Μεταπτυχιακή Φοιτήτρια, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ*
- 4. Αυτοδιαχείριση στα μυοσκελετικά προβλήματα του ώμου μέσω της διόρθωσης της στάσης.**  
*Εμμανουήλ Καπερνάρος, Φυσικοθεραπευτής, Μεταπτυχιακός Φοιτητής, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ*
- 5. Αυτοδιαχείριση μέσω της άσκησης σε χρόνια οσφυαλγία.**  
*Θωμάς Σαμψώνης, Φυσικοθεραπευτής, Μεταπτυχιακός Φοιτητής, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ*

### 11.15-12:45 ΝΕΥΡΟΛΟΓΙΚΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

Προεδρείο: **Μαριάννα Παπαδοπούλου, Ειρήνη Πατσάκη, Νικόλαος Χρυσάγης**

- 1. Αιθουσαία αποκατάσταση.**  
*Βασιλική Σακελλάρη, MSc, PhD, Καθηγήτρια, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ*
- 2. Εφαρμογή της νοεράς εξάσκησης στην αποκατάσταση νευροεκφυλιστικών νοσημάτων.**  
*Άννα Χρηστάκου, MSc, PhD, Επίκουρη Καθηγήτρια Φυσικοθεραπείας, Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου - Υποψήφια Διδάκτωρ, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ*
- 3. Αντιμετώπιση σπαστικότητας σε αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο.**  
*Διονύσης Θεοδωρόπουλος, Φυσικοθεραπευτής, MSc*



**4. Η αποτελεσματικότητα της φυσική δραστηριότητας στην κατάθλιψη ασθενών με Νόσο Πάρκινσον.**

**Θεόδωρος Χατζηδαμιανός**, Φυσικοθεραπευτής, MSc, PhD, Ακαδ. Υπότροφος ΠΑΔΑ

**ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ**

**13:30-14:30 ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΟΥ & ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟΥ ΈΡΓΟΥ ΤΩΝ ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΩΝ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΩΝ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΠΑΔΑ**

Προεδρείο: **Ειρήνη Γραμματοπούλου, Δάφνη Μπακαλίδου, Γεωργία Πέττα**

- 1. Παρουσίαση του Ακαδημαϊκού & Ερευνητικού Έργου Εργαστηρίου «Μυοσκελετικής Φυσικοθεραπείας- Laboratory of Musculoskeletal Physiotherapy» του ΠΑΔΑ.**  
**Γεώργιος Γεωργαδής**, MSc, PhD, Καθηγητής, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ
- 2. Παρουσίαση του Ακαδημαϊκού & Ερευνητικού Έργου Εργαστηρίου «Νευρομυϊκής & Καρδιοαγγειακής Μελέτης Κίνησης – Laboratory of Neuromuscular and Cardiovascular Study of Motion, LANECASM» του ΠΑΔΑ**  
**Γεώργιος Παπαθανασίου**, MSc, PhD, Καθηγητής, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ  
**Δάφνη Μπακαλίδου**, MSc, PhD, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ
- 3. Παρουσίαση του Ακαδημαϊκού & Ερευνητικού Έργου Εργαστηρίου «Προηγμένης Φυσικοθεραπείας – Laboratory of Advanced Physiotherapy, LAdPhys» του ΠΑΔΑ**  
**Γεώργιος Κουμαντάκης**, MSc, PhD, Επικ. Καθηγητής, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ

**14.45-16.25 ΝΕΟΤΕΡΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ ΣΤΗΝ ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΗ  
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ**

Προεδρείο: **Ειρήνη Γραμματοπούλου, Άννα Χρηστάκου, Ιωάννης Μαρμαράς**

- 1. Δυσλειτουργία του διαφράγματος σε αποφρακτικού τύπου αναπνευστικούς ασθενείς: Νέες μέθοδοι αποκατάστασης και προσεγγίσεις.**  
**Δημήτρης Τσιμούρης**, Φυσικοθεραπευτής, MSc, PhD(c), Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ
- 2. Η αξιολόγηση και προώθηση της φυσικής δραστηριότητας στον αναπνευστικό ασθενή.**  
**Ανδρέας Δασκαλάκης**, Ιατρός Ορθοπαιδικός, Φυσικοθεραπευτής, BA, MSc, PhD(c), Γενικό Ογκολογικό Νοσοκομείο Κηφισιάς «Άγιοι Ανάργυροι»
- 3. Νεότερες Οδηγίες Αυτοδιαχείρισης ασθενών με Κυστική Ίνωση**  
**Αφροδίτη Ευαγγελοδήμου**, Φυσικοθεραπεύτρια, MSc, PhD(c), Ακαδημαϊκή Υπότροφος ΠΑΔΑ, Τμήμα Φυσικοθεραπείας
- 4. Η χρήση της τεχνολογίας και των εφαρμογών στο κινητό στην αυτοδιαχείριση του αναπνευστικού ασθενούς**  
**Ειρήνη Πατσάκη**, MSc, PhD, Επίκουρη Καθηγήτρια, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ

ΤΕΛΕΤΗ ΛΗΞΗΣ





GREECE  
**OMT**

member of IFOMPT  
subgroup of PPA

---

## Μετεκπαιδευτικό Πρόγραμμα Manual Therapy - OMT Greece

---

Υπό την αιγίδα των:



πληροφορίες στο <https://psf.org.gr/omt>

Orthopaedic Manipulative Therapists' Scientific Group

## WORKSHOPS/ΚΛΙΝΙΚΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ

- 1. ΠΕΤΡΟΣ ΤΑΤΣΙΟΣ, PT, MSc, PhD(c)**  
**ΚΛΙΝΙΚΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΟΥ ΝΕΥΡΟΜΥΙΚΟΥ ΚΑΙ ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ ΑΣΘΕΝΗ ΜΕ ΧΡΟΝΙΟ ΑΥΧΕΝΙΚΟ ΠΟΝΟ**  
**ΣΑΒΒΑΤΟ 14/01 10:00-12:00**  
*Ο απαραίτητος εξοπλισμός είναι ευγενική προσφορά του Τμήματος Φυσικοθεραπείας*
- 2. ΓΕΩΡΓΙΑ ΠΕΤΤΑ ΡΤ, MSc, PhD** Λέκτορας Τμήματος Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ  
**ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ ΜΕ ΤΗΝ ΜΕΘΟΔΟ ΤΟΥ «ΚΑΘΡΕΠΤΙΣΜΟΥ\_MIRROR THERAPY»- ΚΛΙΝΙΚΕΣ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΣΤΗΝ ΆΚΡΑ ΧΕΙΡΑ**  
**ΣΑΒΒΑΤΟ 14/01 14:30-16:30**  
*Ο απαραίτητος εξοπλισμός είναι ευγενική προσφορά της Ελληνικής Επιστημονικής Εταιρείας Φυσικοθεραπείας*
- 3. ΣΤΕΦΑΝΟΣ ΚΑΡΑΝΑΣΙΟΣ, PT, MSc, PhD**  
**ΚΛΙΝΙΚΗ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΥ ΑΙΜΑΤΙΚΗΣ ΡΟΗΣ ΣΤΗΝ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΑΣΘΕΝΩΝ ΜΕ ΜΥΟΣΚΕΛΕΤΙΚΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ**  
**ΚΥΡΙΑΚΗ 15/01 10:00-12:00**  
*Ο απαραίτητος εξοπλισμός είναι ευγενική προσφορά του Τμήματος Φυσικοθεραπείας*
- 4. ΧΡΗΣΤΟΣ ΠΙΠΠΑΣ, PT, MSc, PhD(c)**  
**ΠΟΝΟΣ ΣΤΗ ΒΟΥΒΩΝΙΚΗ ΠΕΡΙΟΧΗ: ΚΛΙΝΙΚΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ**  
**ΚΥΡΙΑΚΗ 15/01 13:30 – 14:30**  
*Ο απαραίτητος εξοπλισμός είναι ευγενική προσφορά του Τμήματος Φυσικοθεραπείας*





## ΚΛΙΝΙΚΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΟΥ ΝΕΥΡΟΜΥΙΚΟΥ ΚΑΙ ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ ΑΣΘΕΝΗ ΜΕ ΧΡΟΝΙΟ ΑΥΧΕΝΙΚΟ ΠΟΝΟ

**Διάρκεια:** 2 ώρες

**Μέγιστος Αριθμός Συμμετεχόντων:** έως 20 φυσικοθεραπευτές/φοιτητές φυσικοθεραπείας

### **Εκπαιδευτής:**

**Τάσιος Πέτρος,** Φυσικοθεραπευτής, PhD cand., MSc, MSc, OMT, CMP, Υποψήφιος Διδάκτωρ Τμήματος Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ, Εκπαιδευτής OMT-Greece

**Σκοπός εργαστηρίου:** Η εκπαίδευση επιστημόνων υγείας όσον αφορά στην αξιολόγηση ασθενών με χρόνια πόνο στην αυχενική μοίρα μη ειδικής αιτιολογίας.

**Μαθησιακά Αποτελέσματα:** Με την ολοκλήρωση του εργαστηρίου οι συμμετέχοντες θα:

- Έχουν μια τεκμηριωμένη θεωρητική γνώση της ανατομίας της περιοχής του αυχένα και των μυοσκελετικών, αναπνευστικών και ψυχολογικών κλινικών παραμέτρων που διαταράσσονται κατά τον χρόνο πόνο στην περιοχή του αυχένα.
- Είναι σε θέση να αναγνωρίσουν κλινικά ασθενείς με χρόνια πόνο στον αυχένα μη ειδικής αιτιολογίας.
- Είναι σε θέση να ακολουθήσουν τις απαραίτητες διαδικασίες μιας ολοκληρωμένης και στοχευμένης κλινικής αξιολόγησης, ασθενών με χρόνια πόνο στον αυχένα μη ειδικής αιτιολογίας.

### **Περιγραφή ερευνητικών δεδομένων:**

Σύμφωνα με την διεθνή αρθρογραφία οι ασθενείς με χρόνια αυχεναλγία μη ειδικής αιτιολογίας φαίνεται να παρουσιάζουν διαταραχές σε ευρύ φάσμα μυοσκελετικών, αναπνευστικών και ψυχολογικών κλινικών παραμέτρων που συνοδεύουν την εμφάνιση πόνου στην περιοχή του αυχένα. Συνεπώς, η κλινική αξιολόγηση δεν θα πρέπει να περιοριστεί στις μυοσκελετικές αλλά θα πρέπει να περιλαμβάνει αναπνευστικές και ψυχολογικές παραμέτρους, για καλύτερη περιγραφή της κλινικής εικόνας των ασθενών αυτών.

### **Περιγραφή εργαστηρίου:**

- Παρουσίαση των ερευνητικών δεδομένων σχετικά με την ανατομία της αυχενικής μοίρας
- Παρουσίαση και ανάλυση κλινικών παραμέτρων που διαταράσσονται σε ασθενείς με αυχεναλγία μη ειδικής αιτιολογίας.
- Παρουσίαση και ανάλυση κλινικής αξιολόγησης σε ασθενείς με αυχεναλγία μη ειδικής αιτιολογίας.
- Κλινική Αξιολόγηση: επίδειξη και πρακτική εφαρμογή καταγραφής μυοσκελετικών, αναπνευστικών και ψυχολογικών κλινικών παραμέτρων

**ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΜΕ ΤΕΧΝΙΚΗ ΚΑΘΡΕΠΤΙΣΜΟΥ - ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΣΤΗΝ ΑΚΡΑ ΧΕΙΡΑ****Διάρκεια:** 2 ώρες**Μέγιστος Αριθμός Συμμετεχόντων:** έως 20 φυσικοθεραπευτές/φοιτητές φυσικοθεραπείας**Εκπαιδευτρια:****Γ. Πέττα** MSc, PhD, Λέκτορας Εφαρμογών, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ**Περίληψη και μαθησιακοί στόχοι:**

Η θεραπεία του καθρέφτη είναι μια πρωτοποριακή, μη επεμβατική θεραπεία για τη διαχείριση ειδικών θεμάτων όπως ο χρόνιος πόνος, ο πόνος φάντασμα, έλλειψη κίνησης και λειτουργική επανεκπαίδευση όπως υπονοεί και ο όρος, το κύριο εργαλείο αυτής της θεραπείας είναι ένας καθρέφτης από τον οποίο ο ασθενής λαμβάνει οπτική ανάδραση ώστε να εκπαιδευτεί τον εγκέφαλο να διαμορφώνει ένα νέο "χάρτη σώματος". Ο απώτερος στόχος της χρήσης του καθρέφτη είναι να διορθώσει ψευδείς δηλώσεις στο χάρτη του σώματος, που αναπτύσσονται όταν συμβεί μια κάκωση ή απώλεια των άκρων. Ο Ramachandran, δημιούργησε το κουτί με καθρέφτη (mirror box) για ασθενή με κολόβωμα και πόνο φάντασμα (1993). Στην τεχνική mirror box ο ασθενής τοποθετεί το υγιές σκέλος στην φωτεινή πλευρά (καθρέφτης) και το πάσχον σκέλος μέσα στο κουτί (σκοτεινή πλευρά). Στη συνέχεια, ο ασθενής κοιτάζει τον καθρέφτη βλέποντας την αντανάκλαση του υγιούς σκέλους εκτελεί δραστηριότητες ταυτόχρονα και στα δύο μέλη. Μέσω αυτής της διαδικασίας ο ασθενής πιστεύει ότι το μέλος φάντασμα κινείται επίσης όπως και το υγιές.

Με τη χρήση αυτής της τεχνικής οπτικής ανάδρασης καθίσταται δυνατό για τον ασθενή να προχωρήσει ξεπερνώντας τον πόνο φάντασμα και αποφεύγοντας επώδυνες καταστάσεις και στάσεις. Μέσω αυτής της διαδικασίας δημιουργείται στον εγκέφαλο του ασθενούς η εικόνα υγιούς δραστηριότητα του πάσχοντος ή του ελλείποντος μέλους.

Με τη χρήση αυτής της τεχνικής οπτικής ανάδρασης εκπαιδύεται ο ασθενής να ξεπερνά τα συμπτώματα και έτσι να βελτιώνεται η ποιότητα της καθημερινότητας του. Υπάρχει ισχυρή ένδειξη ότι η χρήση οπτικών ερεθισμάτων επηρεάζει θετικά την πλαστικότητα του εγκεφάλου. Η θεραπεία του καθρέφτη επηρεάζει θετικά τους ασθενείς με μυοσκελετικές διαταραχές είτε σε επίπεδο ψυχικής είτε σε επίπεδο σωματικής υγείας. Τα αποτελέσματα είναι αισιόδοξα και θετικά. Βοηθάει στην αντιμετώπιση και ανακούφιση του πόνου όχι μόνο μέλους φάντασμα.

Ο συνδυασμός φυσικοθεραπευτικών προγραμμάτων και θεραπείας του καθρέφτη βοηθάει στο μέγιστο τους ασθενείς αυτούς. Εύκολη στην κατανόηση και στην χρήση μορφή θεραπείας. Οικονομικά προσιτά θεραπευτικά μέσα (καθρέφτης- mirror box). Μικρή βιβλιογραφία αλλά ίδια θετικά αποτελέσματα – συμπεράσματα σε όλες τις έρευνες. Εφαρμογή από θεραπευτές με γνώσεις στην νευροφυσιολογία, στην αντιμετώπιση νευροπαθητικού πόνου και στη λειτουργία του εγκεφάλου.



## ΚΛΙΝΙΚΗ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΥ ΑΙΜΑΤΙΚΗΣ ΡΟΗΣ ΣΤΗΝ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΑΣΘΕΝΩΝ ΜΕ ΜΥΟΣΚΕΛΕΤΙΚΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ

**Διάρκεια:** 2 ώρες

**Μέγιστος Αριθμός Συμμετεχόντων:** έως 25 φυσικοθεραπευτές/τριες ή φοιτητές/τριες φυσικοθεραπείας

### Εκπαιδευτής:

**Στέφανος Καρανάσιος** *PhD, MSc, PT*

*Φυσικοθεραπευτής, MSc, OMT, PhD, Μεταδιδακτορικός Ερευνητής, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ, Εκπαιδευτής Hellenic OMT eDu*

### Σκοπός εργαστηρίου:

Η εκπαίδευση στην κλινική εφαρμογή προγραμμάτων άσκησης περιορισμού αιματικής ροής (Blood Flow Restriction).

### Μαθησιακά Αποτελέσματα:

Με την ολοκλήρωση του εργαστηρίου οι συμμετέχοντες θα:

- αποκτήσουν τεκμηριωμένη θεωρητική γνώση των άμεσων και μακροπρόθεσμων αποτελεσμάτων της μεθόδου περιορισμού αιματικής ροής (Blood Flow Restriction Training) τόσο σε υγιείς όσο και πληθυσμούς με μυοσκελετική παθολογία
- εμβαθύνουν στους μηχανισμούς δράσης του συγκεκριμένου τύπου άσκησης
- είναι σε θέση να γνωρίζουν τις ενδείξεις και αντενδείξεις της εφαρμογής της μεθόδου
- είναι σε θέση να εφαρμόσουν με ασφάλεια προγράμματα άσκησης περιορισμού αιματικής ροής (Blood Flow Restriction Training) στο άνω και κάτω άκρο

### Περιγραφή Μεθόδου:

Ο περιορισμός αιματικής ροής (BFR) είναι μια δημοφιλής μέθοδος προπόνησης που περιλαμβάνει ασκήσεις αντίστασης χαμηλού φορτίου (20–40% της μέγιστης επανάληψης ή 50% του μέγιστου καρδιακού ρυθμού) με μερικό περιορισμό της αρτηριακής ροής του αίματος, τοποθετώντας φουσκωτές περιχειρίδες στο εγγύτερο τμήμα του ασκούμενου άκρου. Σύγχρονα στοιχεία υποστηρίζουν η συγκεκριμένη μέθοδος είναι μια χρήσιμη εναλλακτική λύση όταν οι ασκήσεις υψηλής έντασης αντενδείκνυνται ή είναι πολύ επώδυνες. Ο περιορισμός αιματικής ροής (BFR) φαίνεται να βελτιώνει τη μυϊκή δύναμη, την υπερτροφία και την αντοχή ενώ ακόμη πιο σύγχρονα ερευνητικά στοιχεία δείχνουν μια σημαντική μείωση στο κατώφλι του πόνου τόσο σε τοπικά όσο και σε απομακρυσμένα σημεία του σώματος μετά την άσκηση με BFR. Μάλιστα όλες αυτές οι ωφέλιμες μεταβολές είναι στατιστικά εφάμιλλες ή και ανώτερες από την συμβατική προπόνηση αντίστασης υψηλού φορτίου (>70% του 1 μέγιστης επανάληψης).

### Περιγραφή εργαστηρίου:

- Παρουσίαση ιστορικής αναδρομής χρήσης της μεθόδου «Blood Flow Restriction Training» και ερευνητικών δεδομένων σχετικά με τις ενδείξεις χρήσης της σε αθλητές
- Παρουσίαση των ερευνητικών δεδομένων σχετικά με τους φυσιολογικούς μηχανισμούς ανταπόκρισης κατά την διάρκεια και έπειτα από την προπόνηση με «Blood Flow Restriction»
- Παρουσίαση των ερευνητικών δεδομένων σχετικά με την εφαρμογή της μεθόδου σε ασθενείς με μυοσκελετικές παθήσεις.
- Παρουσίαση των κλινικών οδηγιών για την ασφαλή χρήση της μεθόδου από τους επαγγελματίες αποκατάστασης.
- Επίδειξη και πρακτική εφαρμογή «Blood Flow Restriction Training»

\* Είναι απαραίτητο οι συμμετέχοντες/ουσες να φορούν άνετα αθλητικά ρούχα για την κλινική εφαρμογή των ασκήσεων

## ΠΟΝΟΣ ΣΤΗ ΒΟΥΒΩΝΙΚΗ ΠΕΡΙΟΧΗ: ΚΛΙΝΙΚΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

**Διάρκεια:** 2 ώρες

**Μέγιστος Αριθμός Συμμετεχόντων:** έως 20 φυσικοθεραπευτές/φοιτητές φυσικοθεραπείας

### Εκπαιδευτής:

**Χρήτος Πίππας**, Φυσικοθεραπευτής, MSc, OMT, Υποψήφιος Διδάκτορας ΠΑΔΑ, Υπεύθυνος Φυσικοθεραπείας Κεντρικών Σχολών Ολυμπιακού ΣΦΠ

**Σκοπός εργαστηρίου:** η εκπαίδευση επιστημόνων υγείας όσον αφορά στην αξιολόγηση του πόνου στη βουβωνική χώρα.

### Μαθησιακά Αποτελέσματα:

Με την ολοκλήρωση του εργαστηρίου οι συμμετέχοντες θα:

- Έχουν μια τεκμηριωμένη θεωρητική γνώση των βασικών κατηγοριών βουβωνικού πόνου, της επικράτησης του πόνου στον αθλητικό πληθυσμό και της ανατομίας της βουβωνικής περιοχής.
- Είναι σε θέση να διαχωρίσουν κλινικά τις διαφορετικές κατηγορίες βουβωνικού πόνου.
- Είναι σε θέση να ακολουθήσουν τις απαραίτητες διαδικασίες αξιολόγησης και να χρησιμοποιήσουν τα κατάλληλα διαγνωστικά εργαλεία για να οδηγηθούν σε στοχευμένη διάγνωση του βουβωνικού πόνου.



### **Περιγραφή ερευνητικών δεδομένων:**

Ο βουβωνικός πόνος αποτελεί έναν τραυματισμό που παρατηρείται στον αθλητικό και μη πληθυσμό. Με το ποσοστό αυτού να ανέρχεται στο 20% όλων των τραυματισμών στον χώρο του ποδοσφαίρου, η ανάγκη τόσο για ακριβή διάγνωση όσο και για αποτελεσματική αντιμετώπιση είναι απαραίτητη. Υπάρχει πληθώρα διαθέσιμων διαγνωστικών μεθόδων και εργαλείων. Ωστόσο, η κλινική αξιολόγηση και διάγνωση χρειάζεται να ξεκινήσει από μια σταθερή βάση: τον συνδυασμό των διαθέσιμων ερευνητικών δεδομένων και της κλινικής εμπειρίας των επιστημόνων υγείας.

### **Περιγραφή εργαστηρίου:**

- Παρουσίαση των ερευνητικών δεδομένων σχετικά με τα επιδημιολογικά στοιχεία του βουβωνικού πόνου στον αθλητικό πληθυσμό.
- Παρουσίαση των ερευνητικών δεδομένων σχετικά με την ανατομία στην βουβωνική περιοχή.
- Αναφορά στην κατηγοριοποίηση του βουβωνικού πόνου ανά ανατομική περιοχή.
- Αναφορά στην συμπεριφορά του πόνου ανά ανατομική περιοχή.
- Αναφορά στην ακτινολογική προσέγγιση του βουβωνικού πόνου.
- Κλινική αξιολόγηση: επίδειξη και πρακτική εφαρμογή (ψηλάφηση, δοκιμασίες αντίστασης & διάτασης, δοκιμασίες αξιολόγησης εύρους κίνησης, δυναμομέτρηση).



## Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών «ΝΕΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ ΣΤΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ»

Τμήμα Φυσικοθεραπείας  
Σχολή Επιστημών Υγείας και Πρόνοιας



Μεθοδολογία της  
έρευνας (7 ECTS)

Βιοστατιστική (7 ECTS)

Κλινική θεραπευτική  
άσκηση (8 ECTS)

Νέες μέθοδοι στη  
Φυσικοθεραπεία (8 ECTS)

Μεταπτυχιακή διπλωματική  
εργασία (30 ECTS)

Αναπνευστική  
Φυσικοθεραπεία (8 ECTS)

Μυοσκελετική  
Φυσικοθεραπεία (8 ECTS)

Νευρολογική  
Φυσικοθεραπεία (8 ECTS)

Σεμινάριο Φυσικοθεραπείας  
(6 ECTS)

<http://masterphys.uniwa.gr/>  
Έναρξη μαθημάτων  
1 Μαΐου κάθε έτους





## ΕΥΡΕΤΗΡΙΟ

**Bobos Pavlos**, Assistant Prof. School of Physical Therapy, Western University, Ontario, Canada

**Γεωργούδης Γεώργιος**, MSc, PhD, Καθηγητής, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ, Διευθυντής του Εργαστηρίου Μυοσκελετικής Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Γόφτσος Γεώργιος**, MSc, PhD, Καθηγητής, Πρόεδρος Τμήματος Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Γραμματοπούλου Ειρήνη**, MSc, PhD, Καθηγήτρια, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Δασκαλάκης Ανδρέας**, Ιατρός Ορθοπαιδικός, PT, BA, MSc, PhD(c), Γενικό Ογκολογικό Νοσοκομείο Κηφισιάς «Άγιοι Ανάργυροι»

**Δρίζη Ειρήνη**, Φυσικοθεραπεύτρια, MSc, Υποψήφια Διδάκτωρ, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Ευαγγελοδήμου Αφροδίτη**, Φυσικοθεραπεύτρια, MSc, PhD(c), Ακαδημαϊκή Υπότροφος, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Ζέκης Θοδωρής**, Φυσικοθεραπευτής, MSc, PhD(c), Ακαδημαϊκός Υπότροφος ΠΑΔΑ, Μέλος ΔΕ ΠΤ Αττικής & Κυκλάδων ΠΣΦ

**Θεοδωρόπουλος Διονύσης**, Φυσικοθεραπευτής, PT, MSc

**Καλλιγιάννη Κατερίνα**, Φυσικοθεραπεύτρια, Μεταπτυχιακή Φοιτήτρια, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Καραβά Ειρήνη**, Φυσικοθεραπεύτρια, Μεταπτυχιακή Φοιτήτρια, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Καρανάσιος Στέφανος** Φυσικοθεραπευτής, MSc, OMT, PhD, Μεταδιδακτορικός Ερευνητής, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ, Εκπαιδευτής Hellenic OMT eDu

**Καραντίας Θεόδωρος**, Φυσικοθεραπευτής, Εργοθεραπευτής, Πρόεδρος Οργανωτικής Επιτροπής Διημερίδας, Οργανωτικός Γραμματέας ΠΤ Αττικής & Κυκλάδων ΠΣΦ

**Καρπενάρος Εμμανουήλ**, Φυσικοθεραπευτής, Μεταπτυχιακός Φοιτητής, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Κέντρου Ευαγγελία**, Φυσικοθεραπεύτρια, MSc, Εκπαιδευτικός Π.Ε.

**Κεφαλά Βασιλική**, Κοσμήτορας, Σχολή Επιστημών Υγείας-Πρόνοιας, ΠΑΔΑ

**Κοντονίκας Κωνσταντίνος**, Φυσικοθεραπευτής, Μεταπτυχιακός Φοιτητής, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Κουμαντάκης Γεώργιος**, MSc, PhD, Επικ. Καθηγητής, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Κούνη Σοφία**, Επιστημονικός Συνεργάτης, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ



**Κουρκουμέλη Αμαρρυλίσ,** Φυσικοθεραπεύτρια, Μεταπτυχιακή Φοιτήτρια, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Λέπουρα Αλεξάνδρα,** Φυσικοθεραπεύτρια, MSc, Υποψήφια Διδάκτωρ, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Μακρυγιάννη Δωροθέα,** MSc, PhD, Καθηγήτρια Εφαρμογών, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Μαρμαράς Ιωάννης,** Φυσικοθεραπευτής MSc, Αναπλ. Προϊστάμενος Τμήματος Παραϊατρικών Επαγγελμάτων Γ.Ν.Ε. Θριάσιο, μέλος Κ.Δ.Σ. του Π.Σ.Φ.

**Μιχοπούλου Τριανταφυλλιά,** Φυσικοθεραπεύτρια, Μεταπτυχιακή Φοιτήτρια, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Μουτζούρη Μαρία,** MSc, PhD, Επίκουρη Καθηγήτρια, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Μπακαλίδου Δάφνη,** MSc, PhD, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Μυλωνάκη Νίκη,** Φυσικοθεραπεύτρια, MSc, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ

**Μώρος Ιωάννης,** Φυσικοθεραπευτής, Μεταπτυχιακός Φοιτητής, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ

**Νικίτας Χρήστος,** Φυσικοθεραπευτής, MSc, Α' ΩΡΛ Κλινική, Ιπποκράτειο ΓΝΑ, Υποψήφιος Διδάκτωρ, Ιατρική Σχολή, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών

**Παπαδοπούλου Μαριάννα,** MSc, PhD, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Παπαθανασίου Γεώργιος,** MSc, PhD, Καθηγητής, Αναπληρωτής Πρόεδρος Τμήματος Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ, Διευθυντής Εργαστηρίου Νευρομυϊκής & Καρδιοαγγειακής Μελέτης της Κίνησης (LANECASM)

**Παπαδημητρίου Ελπίδα,** Φυσικοθεραπεύτρια, Μεταπτυχιακή Φοιτήτρια, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Παπασιμπας Βασίλειος** Φυσικοθεραπευτής, MSc, PhD(c), Γ.Ν.Α. "Γ. ΓΕΝΝΗΜΑΤΑΣ" Ακαδημαϊκός Υπότροφος ΠΑΔΑ, Μέλος του Εργαστηρίου Νευρομυϊκής και Καρδιοαγγειακής Μελέτης της Κίνησης (LANECASM), Γενικός Ταμίας ΚΔΣ του ΠΦΣ, Αντιπρόεδρος ΔΕ του ΠΤ Αττικής & Κυκλάδων ΠΣΦ

**Παρασκευόπουλος Ελευθέριος,** Φυσικοθεραπευτής, MSc, PhD, Μεταδιδακτορικός Ερευνητής, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Πατσάκη Ειρήνη,** MSc, PhD, Επίκουρη Καθηγήτρια, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Πέττα Γεωργία,** MSc, PhD, Λέκτορας Εφαρμογών, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Πίππας Χρήστος,** Φυσικοθεραπευτής, MSc, OMT Υποψήφιος Διδάκτορας Τμήματος Φυσικοθεραπείας Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής Υπεύθυνος Τμήματος Φυσικοθεραπείας Κεντρικών Σχολών Ολυμπιακός ΣΦΠ

**Πλακούτσας Γεώργιος**, Φυσικοθεραπευτής, MSc, Υποψήφιος Διδάκτορας, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Πρέντζας Κωνσταντίνος**, Φυσικοθεραπευτής, MSc, Υποψήφιος Διδάκτωρ Τμήμα Φυσικοθεραπείας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

**Σακελλάρη Βασιλική**, MSc, PhD, Καθηγήτρια, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ, , Διευθύντρια ΠΜΣ 'Νέες Μέθοδοι στη Φυσικοθεραπεία', Τμήμα Φυσικοθεραπείας, Σχολή Επιστημών Υγείας-Πρόνοιας, ΠΑΔΑ

**Σαμψώνης Θωμάς**, Φυσικοθεραπευτής, Μεταπτυχιακός Φοιτητής, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Σκούρα Αναστασία**, Φυσικοθεραπεύτρια, PhD(c), Τμήμα Φυσικοθεραπείας, Πανεπιστήμιο Πατρών

**Σταθόπουλος Σταύρος**, Φυσικοθεραπευτής, Γ. Γραμματέας ΠΤ Αττικής & Κυκλάδων ΠΣΦ

**Στασινόπουλος Δημήτριος**, MSc, PhD, Επίκουρος Καθηγητής, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Συμεωνίδης Χάρης**, Φυσικοθεραπευτής, MSc, Ορθοπαιδικό Κέντρο Έρευνας & Εκπαίδευσης «Π.Ν.ΣΟΥΚΑΚΟΣ»- Π.Γ.Ν. ΑΤΤΙΚΟΝ

**Σφειτωρής Δημήτριος**, Φυσικοθεραπευτής, MSc, PhD, Υπ. Δημοσίων Σχέσεων ΠΤ Αττικής & Κυκλάδων ΠΣΦ

**Τάτσιος Πέτρος**, Φυσικοθεραπευτής, PhD cand., MSc, MSc, OMT, CMP, Υποψήφιος Διδάκτωρ Τμήματος Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ, Εκπαιδευτής OMT-Greece

**Τσαμασιώτης Γεώργιος-Κωνσταντίνος**, Φυσικοθεραπευτής, Μεταπτυχιακός Φοιτητής, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Τσιμούρης Δημήτρης**, Φυσικοθεραπευτής, MSc, PhD(c), Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ

**Φράγκου Μαρία**, Φυσικοθεραπεύτρια, Ταμίας ΠΤ Αττικής & Κυκλάδων ΠΣΦ

**Χάλαρη Ευθυμία**, Φυσικοθεραπεύτρια, Πρόεδρος ΠΤ Αττικής & Κυκλάδων ΠΣΦ

**Χατζηδαμιανός Θεόδωρος**, Φυσικοθεραπευτής, MSc, PhD, Ακαδημαϊκός Υπότροφος ΠΑΔΑ

**Χρηστάκου Άννα**, MSc, PhD, Επίκουρη Καθηγήτρια Φυσικοθεραπείας, Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου, Υποψήφια Διδάκτωρ, Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΠΑΔΑ

**Χρυσάγης Νικολαος**, Φυσικοθεραπευτής, MSc, PhD, ΕΔΙΠ, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ

Σκανάρετε εδώ, για να διαβάσετε  
τις περιλήψεις των εργασιών της διημερίδας



# medathlon

SPORTS MEDICINE & MORE

one-stop shop  
για οτιδήποτε χρειάζεται ο  
φυσικοθεραπευτής σήμερα

Αποκλειστικός Αντιπρόσωπος

**OXD**  
PROFESSIONALCARE

  
**MUELLER**  
SPORTS MEDICINE

**P PURE**  
IMPROVE



medathlon



medathlon.gr



ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ

## **ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ**

**ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟ ΤΜΗΜΑ ΑΤΤΙΚΗΣ & ΚΥΚΛΑΔΩΝ**

**Λεωφόρος Αλεξάνδρας 34 Αθήνα, 114 73**

**τηλ.: 210 82 13 905 210 82 13 334 φαξ: 210 82 13 760**

**www.psf.org.gr e-mail: ppta@otenet.gr**

**Μέλος της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Φυσικοθεραπευτών**

**Ιδρυτικό Μέλος της European Region of WCPT**

**Δημιουργία-Εκτύπωση:**

**ΚΑΜΠΥΛΗ ΑΕΒΕ - www.kambili.gr**