

# 33<sup>Ο</sup> ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

## ΕΞΕΛΙΣΣΟΝΤΑΣ ΤΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

- *Θεραπευτική Άσκηση*
- *Καινοτόμες Πρακτικές*
- *Νέες Τεχνολογίες*



ΣΤΑΔΙΟ ΕΙΡΗΝΗΣ  
& ΦΙΛΙΑΣ

**13-15** Μαρτίου  
2026

Χορηγούνται  
Μονάδες  
Συνεχιζόμενης  
Επαγγελματικής  
Επιμόρφωσης  
Φυσικοθεραπευτών



ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ  
PANHELLENIC PHYSIOTHERAPISTS' ASSOCIATION  
[www.congress.psf.org.gr](http://www.congress.psf.org.gr)





ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
Υπουργείο Υγείας

ΝΠΔΔ

Πανελλήνιος Σύλλογος Φυσικοθεραπευτών

## Κλινικά Εργαστήρια Workshops

**ΤΙΤΛΟΣ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ: «Κλινική εφαρμογή της μεθόδου PSSE-Schroth στην αντιμετώπιση της Ιδιοπαθούς Σκολίωσης»**

**Στοιχεία Διδάσκοντα:**

- Ονοματεπώνυμο: ΝΙΚΟΣ ΚΑΡΑΒΙΔΑΣ
- Ιδιότητα / Φορέας: Φυσικοθεραπευτής / Schroth Scoliosis & Spine Clinic

**Στοιχεία Εργαστηρίου**

**Τίτλος Κλινικού Εργαστηρίου:** Κλινική εφαρμογή της μεθόδου PSSE-Schroth στην αντιμετώπιση της Ιδιοπαθούς Σκολίωσης

- **Θεματική Ενότητα (π.χ. Νευρολογική, Μυοσκελετική, Γηριατρική, Παιδιατρική, Καρδιοαγγειακή, Αναπνευστική Φυσικοθεραπεία κ.λπ.):** Μυοσκελετική / Παιδιατρική Φυσικοθεραπεία

**Σύντομη Περιγραφή / Περίληψη (έως 200 λέξεις):**

Το κλινικό εργαστήριο παρουσιάζει τη σύγχρονη εφαρμογή των Ειδικών Φυσικοθεραπευτικών Ασκήσεων για την Σκολίωση σύμφωνα με τη μέθοδο PSSE-Schroth, μια επιστημονικά τεκμηριωμένη προσέγγιση για τη συντηρητική αντιμετώπιση της Ιδιοπαθούς Σκολίωσης σε παιδιά, εφήβους και ενήλικες.

Η μέθοδος PSSE-Schroth βασίζεται στην τρισδιάστατη κατανόηση της σκολιωτικής παραμόρφωσης και στη χρήση ειδικών εξατομικευμένων ασκήσεων, προσαρμοσμένων στον τύπο της σκολίωσης, που στοχεύουν στην ενεργητική αυτοδιόρθωση της στάσης, τη στροφική διόρθωση της σπονδυλικής στήλης και τη βελτίωση της αναπνευστικής λειτουργίας μέσω ειδικών διορθωτικών τεχνικών αναπνοής. Παράλληλα, δίνεται έμφαση στη νευρομυϊκή εκπαίδευση, τη σταθεροποίηση και τη λειτουργική ενσωμάτωση της διόρθωσης στις καθημερινές δραστηριότητες του ασθενή.

Το εργαστήριο θα έχει πρακτικό προσανατολισμό και θα περιλαμβάνει παρουσίαση βασικών αρχών αξιολόγησης, εισαγωγή στη λογική ταξινόμησης των κυρτωμάτων, καθώς και εφαρμογή επιλεγμένων βασικών ασκήσεων PSSE-Schroth. Στόχος είναι η κατανόηση της φιλοσοφίας της μεθόδου και η ασφαλής αρχική εφαρμογή της στην κλινική φυσικοθεραπευτική πρακτική.

- **Σκοποί & Μαθησιακά Αποτελέσματα (έως 5 bullets):**

Με την ολοκλήρωση του εργαστηρίου οι συμμετέχοντες θα είναι σε θέση να:

- κατανοούν τη βασική φιλοσοφία και τους στόχους της μεθόδου PSSE-Schroth στη συντηρητική αντιμετώπιση της σκολίωσης
- αναγνωρίζουν βασικά πρότυπα σκολιωτικών καμπυλών και τη σημασία της εξατομικευμένης προσέγγισης
- εφαρμόζουν απλές τεχνικές ενεργητικής αυτοδιόρθωσης της στάσης
- εξοικειώνονται με βασικές διορθωτικές τεχνικές αναπνοής της μεθόδου
- εντάσσουν βασικές αρχές της μεθόδου PSSE-Schroth στην καθημερινή κλινική φυσικοθεραπευτική πρακτική
- **Ομάδα-Στόχος:**  
*Φοιτητές Φυσικοθεραπείας, Νέοι φυσικοθεραπευτές χωρίς μεγάλη κλινική εμπειρία, Έμπειροι Φυσικοθεραπευτές που θέλουν να εμβαθύνουν την γνώση τους*
- **Επίπεδο Εργαστηρίου:**  
Βασικό

**ΤΙΤΛΟΣ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ: «Οι τεχνικές κινητοποιήσεις με κίνηση Mulligan Manual Therapy®: Άλματα μακριά από τη θεωρία του “positional fault” στη διαχείριση των συμπτωμάτων του γόνατος»**

**Στοιχεία Διδάσκοντα:**

- Ονοματεπώνυμο: Νικόλας Σταθόπουλος<sup>2</sup>, PT, MSc, CMP, Ευφροσύνη Καριαμπά<sup>2</sup> PT, CMP, Σάκης Αδαμίδης<sup>1</sup>, PT, PhD, MCTA  
<sup>1</sup>Εκπαιδευτής στην μέθοδο Mulligan Manual Therapy® MCTA, <sup>2</sup>Διαπιστευμένοι θεραπευτές στη μέθοδο Certified Mulligan Practitioners®
- Ιδιότητα / Φορέας: Mulligan Concept teachers Association

**Στοιχεία Εργαστηρίου**

**Τίτλος Κλινικού Εργαστηρίου:** Οι τεχνικές κινητοποιήσεις με κίνηση του Mulligan: Άλματα μακριά από τη θεωρία του “positional fault” στη διαχείριση των συμπτωμάτων του γόνατος!

- **Θεματική Ενότητα Μυοσκελετική**

**Σύντομη Περιγραφή / Περίληψη (έως 200 λέξεις):**

Το παρόν κλινικό εργαστήριο εστιάζει στην εφαρμογή των τεχνικών κινητοποιήσεων Mulligan, με στόχο την κατανόηση και πρακτική αξιοποίησή τους πέρα από το θεωρητικό πλαίσιο του “positional fault”.

Στο πλαίσιο του κλινικού μαθήματος θα παρουσιαστεί η προσέγγιση Mulligan Manual Therapy® για τα προβλήματα του γόνατος. Το πρόγραμμα περιλαμβάνει σύντομη θεωρητική διάλεξη 10 λεπτών, πρακτικές επιδείξεις σε μοντέλα και σε πιθανά προβλήματα των συναδέλφων, προσφέροντας στους συμμετέχοντες μια κλινική προσπάθεια κατανόησης της προσέγγισης Mobilization With Movement® για όλο το γόνατο αλλά και για το κάτω άκρο.

**Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στη χρήση ανώδυνων τεχνικών**, με τεκμηριωμένη αποτελεσματικότητα (evidence-based), που στοχεύουν στην απευαισθητοποίηση των αρθρώσεων, την αποκατάσταση της λειτουργικότητας και τη διαχείριση του πόνου.

- **Σκοποί & Μαθησιακά Αποτελέσματα (έως 5 bullets):**

Με την ολοκλήρωση του εργαστηρίου, οι συμμετέχοντες θα είναι σε θέση να:

- κατανοούν τις βασικές αρχές της προσέγγισης Mulligan στη χειροθεραπεία
- εφαρμόζουν ανώδυνες τεχνικές Mobilization With Movement στο γόνατο
- αναγνωρίζουν κλινικά συμπτώματα του γόνατος που μπορούν να αντιμετωπιστούν με τις τεχνικές Mulligan
- ενσωματώνουν evidence-based πρακτικές στη διαχείριση μυοσκελετικών διαταραχών
- βελτιώνουν τη λειτουργικότητα των ασθενών με ασφαλείς και αποτελεσματικές τεχνικές

- **Ομάδα-Στόχος:**

*Φοιτητές, νέοι φυσικοθεραπευτές, κλινικοί με εμπειρία, εξειδικευμένοι επαγγελματίες*

- **Επίπεδο Εργαστηρίου:**

Βασικό



**ΤΙΤΛΟΣ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ: «Βασικές αρχές στην κατανόηση της χρήσης της Βελόνας από το Φυσικοθεραπευτή για την αντιμετώπιση του Χρόνιου Πόνου»**

**Στοιχεία Διδάσκοντα:**

- **Συντονιστής:** Γεωργούδης Γεώργιος, Καθηγητής Φυσικοθεραπείας, PhD, MSc, Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής
- Ονοματεπώνυμο: Γεωργούδης Γεώργιος, Σωτηρόπουλος Σπυρίδων
- Ιδιότητα / Φορέας:-

**Στοιχεία Εργαστηρίου**

**Τίτλος Κλινικού Εργαστηρίου:** Βασικές αρχές στην κατανόηση της χρήσης της Βελόνας από το Φυσικοθεραπευτή για την αντιμετώπιση του Χρόνιου Πόνου

- **Θεματική Ενότητα :** Μυοσκελετική / Νευρομυοσκελετική Φυσικοθεραπεία
- **Διάρκεια:** 90-120 λεπτά .

**Σύντομη Περιγραφή / Περίληψη (έως 200 λέξεις):**

Θα περιλαμβάνει την αναλυτική παρουσίαση των αρχών χρήσης της Βελόνας στη ΦΘ για την αντιμετώπιση του Χρόνιου Πόνου, καθώς και έμφαση στις αρχές ασφάλειας χρήσης της. Οι συμμετέχοντες θα έχουν την δυνατότητα να πειραματιστούν με την πρακτική ένθεση της βελόνας σε ασφαλή σημεία .

**ΤΙΤΛΟΣ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ: «Επαναπροσδιορίζοντας τον Χρόνιο Αυχενικό Πόνο: Επιστημονική Τεκμηρίωση, Τεχνολογία και Κλινικές Δεξιότητες (Re-thinking Chronic Neck pain: Evidence, Technology and Clinical skills)»**

**Στοιχεία Διδάσκοντα:**

- Ονοματεπώνυμο: <sup>1</sup>Ευάγγελος Αλμπανίδης, <sup>2</sup>Γεώργιος Σιδηρόπουλος, <sup>3</sup>Μιχαήλ Αρβανιτίδης
- Ιδιότητα / Φορέας: <sup>1</sup>Υποψήφιος Διδάκτωρ (PhD Candidate) / Κέντρο Στοχευμένης Αποκατάστασης Σπονδυλικού Πόνου, Σχολή Επιστημών Αθλητισμού, Άσκησης και Αποκατάστασης, Πανεπιστήμιο του Μπέρμιγχαμ, Ηνωμένο Βασίλειο, <sup>2</sup>Υποψήφιος Διδάκτωρ Τμήμα Φυσικοθεραπείας Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, <sup>3</sup> Μεταδιδακτορικός Ερευνητής (Postdoctoral Research Fellow) / Κέντρο Στοχευμένης Αποκατάστασης Σπονδυλικού Πόνου, Σχολή Επιστημών Αθλητισμού, Άσκησης και Αποκατάστασης, Πανεπιστήμιο του Μπέρμιγχαμ, Ηνωμένο Βασίλειο

**Στοιχεία Εργαστηρίου**

**Τίτλος Κλινικού Εργαστηρίου:** Επαναπροσδιορίζοντας τον Χρόνιο Αυχενικό Πόνο: Επιστημονικά Δεδομένα, Τεχνολογία & Κλινικές Δεξιότητες (Re-thinking Chronic Neck Pain: Science, Tech & Clinical Skills)

- **Θεματική Ενότητα** Μυοσκελετική Φυσικοθεραπεία

**Σύντομη Περιγραφή / Περίληψη (έως 200 λέξεις):**

Το παρόν κλινικό εργαστήριο στοχεύει στην εμπάθυνση της κλινικής συλλογιστικής γύρω από τον Χρόνιο Αυχενικό Πόνο, συνδέοντας τα σύγχρονα ερευνητικά δεδομένα με την καθημερινή πράξη. Αρχικά, θα αναλυθούν οι νευρομυϊκές προσαρμογές (neuromuscular adaptations) και οι μορφολογικές αλλαγές που υφίστανται οι ασθενείς, αναδεικνύοντας τη σημασία της αντικειμενικής αξιολόγησης ως απαραίτητο συστατικό για τον εντοπισμό της νευρομυϊκής δυσλειτουργίας. Στο πρακτικό μέρος, οι συμμετέχοντες θα εκπαιδευτούν σε εξειδικευμένες μεθόδους αξιολόγησης, όπως η μέτρηση της μυϊκής δύναμης, η σταθερότητα παραγωγής δύναμης (force steadiness), η ιδιοδεκτικότητα και η δοκιμασία κρανιοαυχενικής κάμψης (CCFT). Ιδιαίτερη έμφαση θα δοθεί στην κλινική διαχείριση της ζάλης και στη διαφοροδιάγνωση μεταξύ αυχενογενούς, αιθουσαίας και αγγειακής αιτιολογίας. Τέλος, θα παρουσιαστεί ο ρόλος της τεχνολογίας και του μυοσκελετικού υπερήχου ως μέσου βιοανάδρασης, οδηγώντας στη σύνθεση εξατομικευμένων παρεμβάσεων που στοχεύουν στη βελτιστοποίηση του κινητικού ελέγχου και της λειτουργικότητας.

- **Σκοποί & Μαθησιακά Αποτελέσματα (έως 5 bullets):**

Μετά την ολοκλήρωση του εργαστηρίου, οι συμμετέχοντες θα είναι σε θέση:

- Να κατανοούν τις νευρομυϊκές/μορφολογικές προσαρμογές του χρόνιου αυχενικού πόνου και τις επιπτώσεις τους στη λειτουργία.
- Να αναγνωρίζουν τη σημασία της αντικειμενικής αξιολόγησης για την ακριβή καταγραφή των ελλειμμάτων.
- Να εφαρμόζουν κλινικές δοκιμασίες για την αξιολόγηση της μυϊκής δύναμης των αυχενικών μυών, της σταθερότητας παραγωγής δύναμης (force steadiness), της ιδιοδεκτικότητας και του ελέγχου των εν τω βάθει καμπτήρων μυών της αυχενικής μοίρας (CCFT).
- Να διενεργούν διαφοροδιάγνωση σε περιστατικά ζάλης, διακρίνοντας μεταξύ αυχενογενούς (cervical), αιθουσαίας (vestibular) και αγγειακής (vascular)
- **Ομάδα-Στόχος:**  
*Επαναπροσδιορίζοντας τον Χρόνιο Αυχενικό Πόνο: Επιστημονικά Δεδομένα, Τεχνολογία & Κλινικές Δεξιότητες (Re-thinking Chronic Neck Pain: Science, Tech & Clinical Skills)*
- **Επίπεδο Εργαστηρίου:**  
Μέτριο

**ΤΙΤΛΟΣ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ: «ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ ΣΤΗΝ ΟΣΤΕΟΠΩΡΩΣΗ-ΕΕΕΦ CLINICAL PILATES  
CONCEPT, ΜΥΘΟΣ ΚΑΙ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ»**

**Στοιχεία Διδάσκοντα:**

- Ονοματεπώνυμο: Δρ. Γ Πέττα
- Ιδιότητα / Φορέας: π.Ε.ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ,ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΕΕΕΦ,ΜΕΛΟΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ ΤΜ.ΓΗΡΙΑΤΡΙΚΗΣ ΦΥΣ/ΑΣ ΠΣΦ

**Στοιχεία Εργαστηρίου**

**Τίτλος Κλινικού Εργαστηρίου:** ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ ΣΤΗΝ ΟΣΤΕΟΠΩΡΩΣΗ-ΕΕΕΦ CLINICAL PILATES CONCEPT ,ΜΥΘΟΣ ΚΑΙ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ

- Θεματική Ενότητα Γηριατρική

**Σύντομη Περιγραφή / Περίληψη (έως 200 λέξεις):**

Η Οστεοπόρωση αποτελεί μεταβολική νόσο που μελετάται στον σύγχρονο κόσμο λόγω των επιπτώσεων που προκαλούνται από την αύξηση του ΜΟ του γενικού πληθυσμού, της καθιστικής ζωής και των αλλαγών στη καθημερινή διαβίωση όπως διατροφή και άλλοι παράμετροι. Οι σύγχρονες μελέτες αναδεικνύουν ότι είναι απαραίτητη η κατάλληλη θεραπευτική άσκηση σε συνδυασμό με φαρμακευτική υποστήριξη, και συμβουλευτική στη διατροφή και την εργονομία. Το ασκησιολόγιο πρέπει να περιλαμβάνει φόρτιση των οστών και ενεργοποίηση μυϊκής μάζας, τροποποιημένες εκτάσεις ΣΣ, χωρίς ασκήσεις κάμψης ΣΣ. Σε σχέση με τα προγράμματα κλινικού Pilates διαπιστώνεται ότι η εκπαίδευση διαφραγματικής αναπνοής σε συνδυασμό με τις αρχές της συγκέντρωσης και του ελέγχου του πυρήνα είναι πολύ ωφέλιμες, αλλά απαιτείται προσαρμογή των αυθεντικών ασκήσεων που περιλαμβάνουν συσπειρωτικές-καμπτικές ασκήσεις ΣΣ. Η χρήση εξοπλισμού επίσης είναι χρήσιμη διότι δημιουργεί συνθήκες κλειστής κινητικής αλυσίδας με την ανάλογη εσωτερική φόρτιση. Έχει παρατηρηθεί μεγάλη προβολή προγραμμάτων χωρίς καλή ερευνητική τεκμηρίωση στις τροποποιημένες ασκήσεις για την οστεοπόρωση.

- **Σκοποί & Μαθησιακά Αποτελέσματα (έως 5 bullets):**

Σκοπός του εργαστηρίου είναι η ανάδειξη και υπόδειξη της σπουδαιότητας δημιουργίας κατάλληλων προγραμμάτων θεραπευτικής άσκησης για οστεοπορωτικούς ασθενείς και η ενσωμάτωση ασκήσεων με θεωρητικό υπόβαθρο το clinical pilates

Οι συμμετέχοντες μετά την ολοκλήρωση του εργαστηρίου θα είναι σε θέση να αναγνωρίζουν :

1. Την αναγκαιότητα θεραπευτικής άσκησης σε οστεοπορωτικούς ασθενείς
2. Την τεκμηριωμένη αιτιολογία της τροποποίησης των κλασικών ασκήσεων
3. Την ενσωμάτωση των αρχών του clinical pilates στα εν λόγω θεραπευτικά προγράμματα
4. Την κλινική σκέψη συμβουλευτικής τροποποίησης των καθημερινών δραστηριοτήτων μέσω των τροποποιημένων ασκήσεων
5. Ενδείξεις και αντενδείξεις του συσχετισμού θεραπευτικών ασκήσεων με διαφορετική κινησιολογική προσέγγιση

- **Ομάδα-Στόχος:**  
Τελεόφοιτοι φοιτητές και φυσικοθεραπευτές, με εμπειρία στο ασκησιολόγιο Pilates
- **Επίπεδο Εργαστηρίου:**  
Προχωρημένο

**Στοιχεία Διδάσκοντα:**

- Ονοματεπώνυμο: <sup>1</sup>Μιχάλης Ελπιδοφόρου, PT, BSc, HND, MSc, PhD(c), <sup>2</sup> Ηλιάννα Κακαραντζά, BSc, HND
- Ιδιότητα / Φορέας: <sup>1</sup> Φυσικοθεραπευτής, Καθηγητής Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής, Καθηγητής Χορού, Ειδικός στον Θεραπευτικό Χορό / Υποψήφιος Διδάκτορας, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής, <sup>2</sup> Ψυχολόγος, Καθηγήτρια Χορού, Εκπαιδευόμενη Χοροθεραπείας

**Στοιχεία Εργαστηρίου**

**Τίτλος Κλινικού Εργαστηρίου:** Θεραπευτικός Χορός στη Νόσο Πάρκινσον

- **Θεματική Ενότητα Νευρολογική Φυσικοθεραπεία**

**Σύντομη Περιγραφή / Περίληψη (έως 200 λέξεις):**

Η Νόσος Πάρκινσον (ΝΠ) είναι μία ιδιοπαθής, νευροεκφυλιστική, χρόνια, και προϊούσα κινητική διαταραχή με ένα σύνολο κινητικών και μη κινητικών συμπτωμάτων, που – μεταξύ άλλων – επηρεάζουν τη λειτουργική αυτονομία και την ποιότητα ζωής του εν λόγω πληθυσμού. Τα οφέλη της θεραπευτικής άσκησης στη ΝΠ είναι τεκμηριωμένα, ενώ πλήθος μελετών έχουν δείξει ότι άτομα με ΝΠ παρακινούνται πιο εύκολα στο να παρακολουθήσουν τάξεις χορού συστηματικά σε σχέση με άλλες μορφές άσκησης, με τις τάξεις χορού να έχουν σημαντικά υψηλότερα ποσοστά συμμόρφωσης και χαμηλότερα ποσοστά εγκατάλειψης.

Το συγκεκριμένο κλινικό σεμινάριο θεραπευτικού χορού συνολικής διάρκειας 90 λεπτών θα υλοποιηθεί υπό την καθοδήγηση ομάδας νευρολογικού φυσικοθεραπευτή ειδικού στον θεραπευτικό χορό, καθηγήτριας χορού-ψυχολόγου και επαγγελματία μουσικού με σκοπό την γνωριμία των επαγγελματιών υγείας σε πρακτικό επίπεδο με τον σχεδιασμό και υλοποίηση ενός τεκμηριωμένου προγράμματος θεραπευτικού χορού βασισμένου σε ενδείξεις που στοχεύει στην ειδική συμπτωματολογία της ΝΠ. Το σεμινάριο θα περιλαμβάνει βιωματική πράξη θεραπευτικού χορού με ζωντανή μουσική συνοδεία πιάνου, τεχνικές θεραπευτικού χορού και χοροθεραπείας, καθώς και ανάλογη συζήτηση στο τέλος του βιωματικού μέρους.

**Σκοποί & Μαθησιακά Αποτελέσματα (έως 5 bullets):**

Οι συμμετέχοντες/ουσες μετά το τέλος του κλινικού αυτού σεμιναρίου θα είναι σε θέση να κατανοούν:

- Τους βασικούς στόχους ενός προγράμματος θεραπευτικού χορού για άτομα με ΝΠ
- Τις βασικές διαφορές ενός προγράμματος θεραπευτικού χορού από ένα άλλο πρόγραμμα θεραπευτικής άσκησης για άτομα με ΝΠ
- Τις βασικές αρχές σχεδιασμού μίας τάξης θεραπευτικού χορού για άτομα με ΝΠ
- Τη σημαντικότητα διεπιστημονικής και διακαλλιτεχνικής συνεργασίας στον σχεδιασμό και υλοποίηση ενός προγράμματος θεραπευτικού χορού για άτομα με ΝΠ
- **Ομάδα-Στόχος:**  
*Το κλινικό σεμινάριο είναι σχεδιασμένο ώστε να μπορεί να παρακολουθηθεί από φοιτητές και επαγγελματίες φυσικοθεραπευτές με λιγότερη ή περισσότερη κλινική εμπειρία στη νευρολογική φυσικοθεραπεία, οι οποίοι επιθυμούν να γνωρίσουν τα θεραπευτικά οφέλη του χορού στη ΝΠ και να εμπλουτίσουν την κλινική τους πρακτική με αντίστοιχες τεχνικές.*
- **Επίπεδο Εργαστηρίου:**  
Βασικό



**ΤΙΤΛΟΣ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ: «Αρχές Εργονομικής και Ασφαλούς Μετακίνησης Ασθενών-  
ΕΤ Εργασιακής Υγείας και Εργονομίας-HOHE»**

**Στοιχεία Διδάσκοντα:**

- Ονοματεπώνυμο: Αντώνης Δούκας
- Ιδιότητα / Φορέας: PT, MT, MSc Ergonomics / Διευθυντής Τμημάτων Αποκατάστασης
- ΚΑΑ «Θησέας»

**Στοιχεία Εργαστηρίου**

**Τίτλος Κλινικού Εργαστηρίου:** Αρχές Εργονομικής και Ασφαλούς Μετακίνησης Ασθενών - ΕΤ Εργασιακής Υγείας και Εργονομίας-HOHE

- **Θεματική Ενότητα** Εργασιακή Υγεία και Εργονομία-HOHE

**Σύντομη Περιγραφή / Περίληψη (έως 200 λέξεις):**

Η εργονομική μετακίνηση ασθενών αποτελεί ζωτικό παράγοντα στην αποκατάστασή τους, συμβάλλοντας ουσιαστικά στην πρόληψη επιπλοκών, την κινητοποίηση, την ενίσχυση της αυτονομίας, τη γρηγορότερη κοινωνική επανένταξη και τη βελτίωση της ψυχολογικής τους κατάστασης. Ποικίλες παθήσεις, όπως μυοσκελετικά, ορθοπεδικά, νευρολογικά και γηριατρικά προβλήματα, δημιουργούν διαφορετικούς βαθμούς δυσκολιών στη μετακίνηση των ασθενών. Για τον λόγο αυτό, καθίσταται απαραίτητη η άριστη γνώση και εφαρμογή σύγχρονων, εργονομικών και ασφαλών τεχνικών μετακίνησης. Ο φυσικοθεραπευτής διαδραματίζει και εκπαιδευτικό ρόλο, καθώς οι εργονομικές τεχνικές μετακίνησης πρέπει να διδάσκονται τόσο στους ασθενείς όσο και στους φροντιστές τους επαγγελματίες ή μη—με πρωταρχικό στόχο την πρόληψη τραυματισμών σε όλες τις εμπλεκόμενες πλευρές. Αντιθέτως, η χρήση εσφαλμένων τεχνικών μπορεί να προκαλέσει στους ασθενείς κινησιοφοβία, πόνο ή τραυματισμούς και στους επαγγελματίες υγείας μυοσκελετικές κακώσεις, επαγγελματικό στρες ή ακόμη και αποχή από την εργασία τους. Στο παρόν κλινικό εργαστήριο θα παρουσιαστούν θεμελιώδεις τεχνικές ασφαλούς μετακίνησης, προσαρμοσμένες στα συνηθέστερα σενάρια ασθενών μέσω προσομοιώσεων (role playing), όπως επεμβάσεις ισχίου ή γόνατος, κακώσεις σπονδυλικής στήλης, τραυματισμοί άνω και κάτω άκρων, ημιπληγία, παραπληγία, τετραπληγία και άνοιες. Επιπλέον, θα παρέχονται πρακτικές συμβουλές και λύσεις για την ορθή εφαρμογή των τεχνικών αυτών στο οικιακό περιβάλλον.

- **Σκοποί & Μαθησιακά Αποτελέσματα (έως 5 bullets):**

- **Εργονομία:** Ενημέρωση για τις θεμελιώδεις εργονομικές αρχές και την πρόληψη τραυματισμών κατά τη μετακίνηση ασθενών.

- **Τεχνικές Ασφαλείας:** Εκπαίδευση σε ασφαλείς μεθόδους ανύψωσης και μεταφοράς, χρήση βοηθημάτων και αναγνώριση κινδύνων μυοσκελετικών κακώσεων.

- **Συνεργασία & Πρακτική:** Ανάπτυξη ομαδικών δεξιοτήτων και συμμετοχή σε βιωματικές ασκήσεις για τη βελτίωση της συνεργασίας και της πρακτικής εφαρμογής στις μετακινήσεις ασθενών.

- **Ομάδα-Στόχος:**

*Το εργαστήριο απευθύνεται σε φοιτητές, νέους φυσικοθεραπευτές, καθώς και σε επαγγελματίες φυσικοθεραπευτές που επιθυμούν να εμβαθύνουν στους τομείς της εργασιακής υγείας και εργονομίας, καθώς και στη διαχείριση ασθενών με κινητικές δυσκολίες και προκλήσεις αυτοδιαχείρισης της λειτουργικής τους ικανότητας.*

- **Επίπεδο Εργαστηρίου:**  
Μέτριο

**ΤΙΤΛΟΣ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ: «Παιδονευρολογική και Φυσικοθεραπευτική εξέταση βρέφους : Μια κοινή  
πορεία στην πρώτη παρέμβαση»**

#### Στοιχεία Διδάσκοντα:

- Ονοματεπώνυμο: Δρ. Ευθυμία Βαργιάμη<sup>1</sup>, Δρ. Άννα Χαλκιά<sup>1</sup>, Δρ. Γεώργιος Τσιγάρας<sup>1</sup>
- Ιδιότητα / Φορέας: Καθηγήτρια Παιδιατρικής Παιδιατρικής Νευρολογίας Ιατρικής Σχολής Α.Π.Θ.  
Επίκουρη Καθηγήτρια Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΔΙ.ΠΑ.Ε.  
Παιδιατρικός Φυσικοθεραπευτής, Διδάκτωρ Ιατρικής Α.Π.Θ, Μεταδιδακτορικός  
Ερευνητής, Ακαδημαϊκός Υπότροφος Τμήμα Φυσικοθεραπείας ΔΙ.ΠΑ.Ε.

#### Στοιχεία Εργαστηρίου

**Τίτλος Κλινικού Εργαστηρίου:** Παιδονευρολογική και Φυσικοθεραπευτική εξέταση βρέφους : Μια κοινή πορεία στην πρώτη παρέμβαση

- **Θεματική Ενότητα Παιδιατρική Φυσικοθεραπεία**

#### Σύντομη Περιγραφή / Περίληψη (έως 200 λέξεις):

Καταγράφοντας τα κοινά σημεία στα οποία γίνεται εστίαση κατά τη διάρκεια μιας τυπικής παιδονευρολογικής εξέτασης και φυσικοθεραπευτικής εκτίμησης, αυτά εξαρτώνται από παράγοντες όπως το ιστορικό, τα συμπτώματα, η ηλικία αλλά και η συνολική υγεία του παιδιού. Η μη φυσιολογική λειτουργία του νευρικού συστήματος, μπορεί να προκαλέσει καθυστερήσεις στην κιναισθητική ομαλή ανάπτυξη και λειτουργία του βρέφους. Ωστόσο η συνεκτίμηση από ειδικούς της διεπιστημονικής ομάδας βελτιστοποιεί την έγκαιρη ανίχνευση, αυξάνει αυτόματα τις πιθανότητες να εντοπιστεί και να αντιμετωπιστεί η αιτία, ώστε να μειωθούν οι πιθανότητες να υπάρξουν μακροχρόνιες επιπλοκές. Η αξιολόγηση του βρέφους συνδυαστικά έγκειται στον προσδιορισμό της ακεραιότητας των συστημάτων του βρέφους με εντοπισμό στο κεντρικό και περιφερικό νευρικό σύστημα. Παράλληλα η πρώτη κλινική συνεκτίμηση και αξιολόγηση τίθεται ως και η πρώτη ευκαιρία έτσι ώστε να τεθούν οι βάσεις προς έγκαιρη ανίχνευση, διάγνωση, πρώτη παρέμβαση, οργάνωση και ενημέρωση των οικογενειών.

Σκοπός του συγκεκριμένου εργαστηριακού μαθήματος είναι να εντοπιστούν τα κοινά σημεία της παιδονευρολογικής εξέτασης ως βάση πληροφοριών και συνεκτίμησης για την στρατηγική της φυσικοθεραπευτικής παρέμβασης του βρέφους. Το εργαστήριο θα διακριθεί σε δύο ενότητες :

Στην πρώτη θεωρητική ενότητα οι συμμετέχοντες θα διδαχθούν τις βασικές αρχές που διέπουν την παιδονευρολογική εξέταση και φυσικοθεραπευτική εκτίμηση. Στη δεύτερη ενότητα θα γίνει πρακτική εφαρμογή και προβολή σε πρόπλασμα των βασικών αρχών της παιδονευρολογικής εκτίμησης ώστε οι συμμετέχοντες να κατανοήσουν τα κοινά σημεία ως ουσιαστική πληροφορία είτε για την αξιολόγηση είτε για την στρατηγική φυσικοθεραπευτικής παρέμβασης του βρέφους.

Ολοκληρώνοντας το εργαστηριακό μάθημα οι συμμετέχοντες θα έχουν γνωρίσει θεωρητικά και μέσω πρακτικής προβολής την παιδονευρολογική εξέταση βρέφους και πως αυτή μπορεί να γίνει στρατηγική φυσικοθεραπευτικής παρέμβασης και αξιολόγησης του βρέφους.

- **Ομάδα-Στόχος:**  
*Φοιτητές Φυσικοθεραπείας, Νέοι φυσικοθεραπευτές χωρίς μεγάλη κλινική εμπειρία, Έμπειροι Φυσικοθεραπευτές που θέλουν να εμβαθύνουν την γνώση τους*
- **Επίπεδο Εργαστηρίου:**  
Βασικό



**ΤΙΤΛΟΣ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ: «Αποκατάσταση κινητικότητας θώρακα και άνω άκρων μετά από μαστεκτομή με την εφαρμογή θεραπευτικών ασκήσεων Clinical Pilates»**

**Στοιχεία Διδάσκοντα:**

- Ονοματεπώνυμο: 1. Ελένη Ματσούκη 2. Ευριπίδης Τριανταφύλλου
- Ιδιότητα / Φορέας: 1. Φυσικοθεραπεύτρια, MSc, cred.MDT, CKTP, Clinical Pilates Trainer, 2. Φυσικοθεραπευτής, Lymphedema Expert

**Στοιχεία Εργαστηρίου**

**Τίτλος Κλινικού Εργαστηρίου:** Αποκατάσταση κινητικότητας θώρακα και άνω άκρων μετά από μαστεκτομή με την εφαρμογή θεραπευτικών ασκήσεων Clinical Pilates.

- **Θεματική Ενότητα** Θεραπευτική άσκηση

**Σύντομη Περιγραφή / Περίληψη (έως 200 λέξεις):**

Τα τελευταία χρόνια η εμφάνιση καρκίνου μαστού έχει αυξηθεί δραματικά σε γυναίκες κάθε ηλικίας και σε όλο πιο νεαρά άτομα. Η αντιμετώπιση του γίνεται με μαστεκτομή ή ογκεκτομή. Οι πιο συχνές παρενέργειες ενός τέτοιου χειρουργείου είναι το λεμφοίδημα και ο περιορισμός κίνησης του ομόπλευρου άνω άκρου, καθώς και η μείωση της κινητικότητας του θώρακα που επηρεάζει άμεσα την αναπνευστική ικανότητα.

Ο ρόλος της άσκησης είναι τεκμηριωμένος στην αντιμετώπιση των παραπάνω καταστάσεων από τη διεθνή βιβλιογραφία. Το Clinical Pilates είναι μία μορφή θεραπευτικής άσκησης που χρησιμοποιείται όλο και περισσότερο με πολύ ενθαρρυντικά αποτελέσματα.

Στο εργαστήριο θα συζητηθούν οι μηχανισμοί που προκαλούν το λεμφοίδημα και τον περιορισμό της κίνησης του θώρακα και των άνω άκρων λόγω των χειρουργικών τομών, των τραυματισμών των μαλακών ιστών και των νεύρων, αλλά και του λεμφαδενικού καθαρισμού.

Στη συνέχεια οι συμμετέχοντες θα έχουν τη δυνατότητα να δουν και εφαρμόσουν μεταξύ τους τεχνικές αναπνοής, ασκήσεις κινητοποίησης της θωρακικής μοίρας, του θωρακικού κλωβού και ασκήσεις που στοχεύουν στην αύξηση του εύρους κίνησης των άνω άκρων μετά από μαστεκτομή.

Τέλος θα συζητηθούν οι αντενδείξεις και οι πιθανές αρνητικές επιπτώσεις που μπορεί να έχει ένα μη επιστημονικά τεκμηριωμένο και εξατομικευμένο θεραπευτικό πλάνο αποκατάστασης. Το εργαστήριο θα ολοκληρωθεί με επίλυση αποριών και συζήτηση μεταξύ των εκπαιδευτών και των συμμετεχόντων.

- **Σκοποί & Μαθησιακά Αποτελέσματα (έως 5 bullets):**

- Θεωρητική γνώση του χειρουργείου μαστεκτομής
- πότε και πως επηρεάζεται η κινητικότητα του θώρακα και των άνω άκρων
- τρόποι αντιμετώπισης ουλώδους ιστού και λεμφοιδήματος μέσω της άσκησης
- ενδεικτικές ασκήσεις Clinical Pilates Mat για αποκατάσταση κινητικότητας θώρακα και άνω άκρων

- **Ομάδα-Στόχος:**

Όλοι οι φυσικοθεραπευτές ανεξαρτήτου εμπειρίας και ειδίκευσης

- **Επίπεδο Εργαστηρίου:**

Μέτριο

**ΤΙΤΛΟΣ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ: «Η συμβολή της εμβιομηχανικής επίδεσης (Dynamic Tape) στην αποκατάσταση των τενοντοπαθειών»**

**Στοιχεία Διδάσκοντα:**

- Ονοματεπώνυμο: Αυτοσμίδης Δημήτριος
- Ιδιότητα / Φορέας: Φυσικοθεραπευτής , Dynamic Tape Instructor / Biomechanical Tape™

**Στοιχεία Εργαστηρίου**

**Τίτλος Κλινικού Εργαστηρίου:** Η συμβολή της εμβιομηχανικής επίδεσης (Dynamic Tape) στην αποκατάσταση των τενοντοπαθειών.

- **Θεματική Ενότητα** Μυοσκελετική Φυσικοθεραπεία

**Σύντομη Περιγραφή / Περίληψη (έως 200 λέξεις):**

Το Dynamic Tape είναι μια μηχανική ταινία από ελαστικά υλικά, διαφορετική από τις συμβατικές ταινίες αθλητικής ανελαστικής επίδεσης ή τις κινησιολογικές ταινίες, που λειτουργεί βάσει των αρχών της εμβιομηχανικής και ονομάζεται Biomechanical Tape®.

Υπάρχουν θεμελιώδεις διαφορές σχετικά με την δράση και την χρήση των τεχνικών επίδεσης. Οι βασικές αρχές χρήσης της εμβιομηχανικής επίδεσης είναι:

Ελαχιστοποίηση Φορτίου: Χρησιμοποιείται όταν το κανονικό φορτίο υπερβαίνει την τρέχουσα αντοχή ενός ιστού (π.χ. σε τενοντοπάθεια).

Ενίσχυση Ελέγχου: Μπορεί να παρέχει μηχανική υποστήριξη σε μια άρθρωση ή μυ για βελτιωμένο έλεγχο.

Τροποποίηση Κίνησης: Βοηθά στη διόρθωση μοτίβων κίνησης που προκαλούν πόνο ή υποτροπή.

Οι περισσότεροι τραυματισμοί των τενόντων είναι αποτέλεσμα υπερφόρτωσης. Οι τένοντες χρειάζονται την βέλτιστη επιβάρυνση για να επουλωθούν. Σε αυτές τις περιπτώσεις, χρησιμοποιούμε την εμβιομηχανική επίδεση για να αφήσουμε την ταινία να πάρει μέρος του φορτίου. Θα εξακολουθεί να μπορεί να μετακινηθεί ο ασθενής ενώ το Dynamic tape αποτρέπει την υπερβολική τάση (εφελκυστικές δυνάμεις) και λειτουργεί σαν ελατήριο για να επιστρέψει ο τένοντας πίσω στην «ασφάλεια» του φυσιολογικού του μήκους. Αυτό σημαίνει ότι ο τένοντας δεν χρειάζεται να εργάζεται τόσο σκληρά, αλλά μπορεί ακόμα να αρχίσετε να χτίζετε την λειτουργική ικανότητα και να ενισχύετε τις γύρω δομές.

**Σκοποί & Μαθησιακά Αποτελέσματα (έως 5 bullets):**

- Κατανόηση των βασικών αρχών της εμβιομηχανικής επίδεσης.
- Αναγνώριση των διαφορών ανάμεσα στην μηχανική , νευροφυσιολογική και εμβιομηχανική επίδεση.
- Βέλτιστη επιβάρυνση στην αποκατάσταση των τενοντοπαθειών.
- Κλινικός συλλογισμός της εμβιομηχανικής επίδεσης στην αποκατάσταση των τενοντοπαθειών
- Εκπαίδευση στις τεχνικές εφαρμογής του Dynamic Tape σε Τενοντοπάθειες για την άμεση εφαρμογή τους στην κλινική πράξη
- **Ομάδα-Στόχος:**  
*Φοιτητές Φυσικοθεραπείας, Νέοι φυσικοθεραπευτές χωρίς μεγάλη κλινική εμπειρία, Έμπειροι Φυσικοθεραπευτές που θέλουν να εμβαθύνουν την γνώση τους*
- **Επίπεδο Εργαστηρίου:**  
Μέτριο

**ΤΙΤΛΟΣ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ: «Συνδυάζοντας την Κλινική Εξέταση με τον Μυοσκελετικό Υπέρηχο (MSK US) στη Φυσικοθεραπευτική Πράξη. Αξιολόγηση της Ωμικής Ζώνης. »**

**Στοιχεία Διδάσκοντα:**

- Ονοματεπώνυμο: Ιωάννης Πουλής, Γεωργία Ιατρίδου
- Ιδιότητα / Φορέας: Καθηγητής, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

**Στοιχεία Εργαστηρίου**

**Τίτλος Κλινικού Εργαστηρίου:** Συνδυάζοντας την Κλινική Εξέταση με τον Μυοσκελετικό Υπέρηχο (MSK US) στη Φυσικοθεραπευτική Πράξη. Αξιολόγηση της Ωμικής Ζώνης.

- **Θεματική Ενότητα** Μυοσκελετική Φυσικοθεραπεία

**Σύντομη Περιγραφή / Περίληψη (έως 200 λέξεις):**

- Το παρόν *workshop* γεφυρώνει την παραδοσιακή κλινική αξιολόγηση με τη σύγχρονη απεικονιστική τεχνολογία. Σκοπός του είναι η ανάδειξη του μυοσκελετικού υπερήχου (MSK US) ως συμπληρωματικό εργαλείο που ενισχύει τον κλινικό συλλογισμό, στην αξιολόγηση της ωμικής ζώνης. Ο απεικονιστικός υπερήχος, επιτρέποντας την άμεση οπτικοποίηση της μορφολογίας και της λειτουργικής συμπεριφοράς των ιστών, συμβάλλει στη καλύτερη κατανόηση της ανατομίας ενισχύοντας της κλινική συλλογιστική του φυσικοθεραπευτή.  
Το θεωρητικό μέρος περιλαμβάνει ανασκόπηση των βασικών αρχών της κλινικής αξιολόγησης του ώμου, των κλινικών δοκιμασιών, την παθοφυσιολογία των συχνότερων μυοσκελετικών προβλημάτων του ώμου (στροφικό πέταλο, μακρά κεφαλή δικεφάλου, παγωμένος ώμος, κλπ), και των ενδείξεων χρήσης του υπερήχου στα πλαίσια της φυσικοθεραπευτικής αξιολόγησης. Στο πρακτικό σκέλος, οι συμμετέχοντες θα εκπαιδεύονται στην υπερηχογραφική αναγνώριση των βασικών ανατομικών δομών του ώμου, στην βαθύτερη κατανόηση των πιο συχνών παθολογικών διαταραχών, στη συσχέτισή τους με κλινικά ευρήματα μέσα από μελέτες περιστατικών (*case studies*).
- Ο υπερήχος παρουσιάζεται ως εργαλείο εκπαιδευτικής και κλινικής υποστήριξης, συμβάλλοντας στη βελτίωση της κατανόησης των μηχανισμών δυσλειτουργίας και στη λήψη τεκμηριωμένων θεραπευτικών αποφάσεων. Το *workshop* απευθύνεται σε φυσικοθεραπευτές που επιθυμούν να εμπλουτίσουν τις δεξιότητές τους στην αξιολόγηση του ώμου και να ενσωματώσουν σύγχρονες, τεκμηριωμένες προσεγγίσεις στην καθημερινή τους πρακτική.

- **Σκοποί & Μαθησιακά Αποτελέσματα (έως 5 bullets):**

Οι συμμετέχοντες μετά την ολοκλήρωση του εργαστηρίου θα είναι σε θέση να ,

Αναγνωρίζουν την ανατομία των τενόντων και μυών του στροφικού πετάλου, της μακράς κεφαλής του δικεφάλου και των συνδεσμικών στοιχείων της ωμικής ζώνης. Εκτελούν συνδυαστική αξιολόγηση σε πραγματικό χρόνο. Συσχετίζουν τα απεικονιστικά ευρήματα με την κλινική εικόνα, ώστε να επιβεβαιώνουν ή να απορρίπτουν κλινικές υποθέσεις. Ενσωματώνουν τις πληροφορίες του υπερήχου στον σχεδιασμό εξατομικευμένων προγραμμάτων αποκατάστασης.

- **Ομάδα-Στόχος:**  
Φοιτητές, νέοι φυσικοθεραπευτές, κλινικοί με εμπειρία, εξειδικευμένοι επαγγελματίες.
- **Επίπεδο Εργαστηρίου:**  
Βασικό