

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΔΕΛΤΙΟ

ΕΡΕΥΝΑΣ ΣΤΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

28 Αυγούστου 2026

Το ισχυρότερο νέο υλικό αυτής της εβδομάδας επικεντρώνεται στη συνταγογράφηση της άσκησης, τη νευρολογική αποκατάσταση, την ψυχολογικά ενημερωμένη φυσικοθεραπεία, την ψηφιακή παρακολούθηση, την τεχνολογία αποκατάστασης και τις επαγγελματικές δεξιότητες. Έχουν εξαιρεθεί οι δημοσιεύσεις που χρησιμοποιήθηκαν ήδη στα δελτία της 14ης και 21ης Αυγούστου.

Δημοσίευση	Πηγή / ενεργός σύνδεσμος	Πρακτικό συμπέρασμα	Ισχύς τεκμηρίωσης	Προτεινόμενη αξιοποίηση Π.Σ.Φ.
1. Χαρτογράφηση παρεμβάσεων κινητικής άσκησης στη νόσο Parkinson: ανασκόπηση πεδίου των τύπων παρέμβασης, των εκβάσεων, της προσήλωσης και της εγκατάλειψης	Frontiers in Sports and Active Living — Αύγουστος 2026 Ενεργός σύνδεσμος	Χαρτογραφεί τους τύπους άσκησης, τις παραμέτρους FITT, τις κινητικές και μη κινητικές εκβάσεις, την προσήλωση και την εγκατάλειψη στη βιβλιογραφία για τη νόσο Parkinson. Το πρακτικό μήνυμα είναι ότι η συνταγογράφηση της άσκησης δεν μπορεί να είναι ενιαία για όλους: ο τύπος, η δόση, η προοδευτικότητα και η προσήλωση έχουν σημασία.	Μέτρια προς υψηλή — ευρεία χαρτογράφηση της τεκμηρίωσης, βασισμένη κυρίως σε συστηματικές ανασκοπήσεις και μετα-ανάλυσεις, αλλά όχι νέα μετα-ανάλυση συνολικού θεραπευτικού αποτελέσματος.	Infographic υψηλής αξίας, ενημέρωση νευρολογικής αποκατάστασης, παρέμβαση σε συνέδριο.
2. Αποτελεσματικότητα της ψυχολογικά ενημερωμένης φυσικοθεραπείας, ειδικού προγράμματος άσκησης για τον τένοντα και συνήθους φυσικοθεραπείας σε παρατεταμένο μονόπλευρο πόνο ώμου (RESPECT)	Contemporary Clinical Trials — 21 Αυγούστου 2026 Ενεργός σύνδεσμος	Μια τριών σκελών τυχαιοποιημένη μελέτη εξετάζει ένα σημαντικό σύγχρονο ερώτημα: αν η ενσωμάτωση μιας βιοψυχοκοινωνικής/ψυχολογικά ενημερωμένης προσέγγισης προσθέτει αξία πέρα από την άσκηση ή τη συνήθη φυσικοθεραπεία στον επίμονο πόνο ώμου. Εξετάζεται επίσης η σχέση μεταξύ απεικονιστικών ευρημάτων και συμπτωμάτων.	Υψηλή ως προς τον σχεδιασμό / εκκρεμούν τα αποτελέσματα — τυχαιοποιημένη παράλληλων ομάδων μελέτη, αλλά απαιτείται προσοχή μέχρι να δημοσιευθούν οριστικά δεδομένα έκβασης.	CPD/ενημέρωση μελών, συνέδριο για βιοψυχοκοινωνική πρακτική και απεικόνιση.
3. Διαπολιτισμική προσαρμογή και επικύρωση της τουρκικής έκδοσης του ερωτηματολογίου Knowledge and Attitudes of Pain (KNAP) σε φυσικοθεραπευτές και φοιτητές φυσικοθεραπείας	Journal of Back and Musculoskeletal Rehabilitation — 21 Αυγούστου 2026 Ενεργός σύνδεσμος	Παρέχει ένα επικυρωμένο εργαλείο για την αξιολόγηση γνώσεων και στάσεων φυσικοθεραπευτών και φοιτητών απέναντι στον πόνο μέσα σε βιοψυχοκοινωνικό πλαίσιο. Για τον Π.Σ.Φ. είναι ιδιαίτερα χρήσιμο για αξιολόγηση επαγγελματικών δεξιοτήτων και εντοπισμό αναγκών CPD, όχι για εκτίμηση θεραπευτικής αποτελεσματικότητας.	Μέτρια — ψυχομετρική επικύρωση σε 405 συμμετέχοντες· ισχυρή για σκοπούς μέτρησης, όχι για κλινικά αποτελέσματα.	Στρατηγική CPD, ενημέρωση για δεξιότητες, συζήτηση εκπαιδευτικής πολιτικής.
4. Επιδράσεις εκπαίδευσης ισορροπίας, συντονισμού και δύναμης σε παιδιά με χαμηλή όραση: τυχαιοποιημένη ελεγχόμενη μελέτη	PubMed-indexed clinical study — Αύγουστος 2026 Ενεργός σύνδεσμος	Ένα οκταεβδομαδιαίο φυσικοθεραπευτικό πρόγραμμα που συνδυάζει ισορροπία, συντονισμό και ενδυνάμωση βελτίωσε διάφορες πτυχές της κινητικής επάρκειας, της στάσης και της βάδισης σε παιδιά με χαμηλή όραση. Αποτελεί χρήσιμο παράδειγμα στοχευμένης θεραπευτικής άσκησης πέρα από την παραδοσιακή	Μέτρια — τυχαιοποιημένος σχεδιασμός, αλλά μόνο 22 παιδιά, επομένως τα αποτελέσματα παραμένουν προκαταρκτικά.	Infographic, παιδιατρική αποκατάσταση, ενημέρωση μελών.

		μυοσκελετική αποκατάσταση.		
5. Θεραπεία με κρουστικά κύματα ή διέγερση σημείων σε συνδυασμό με φυσικοθεραπεία για τη σπαστικότητα και την κινητική λειτουργία μετά από αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο: τυχαιοποιημένη ελεγχόμενη μελέτη	PubMed-indexed RCT — Αύγουστος 2026 Ενεργός σύνδεσμος	Εξετάζει συμπληρωματικές τεχνολογίες/παρεμβάσεις όταν προστίθενται στη φυσικοθεραπεία για τη σπαστικότητα και την κινητική αποκατάσταση μετά από αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο. Η χρήσιμη επαγγελματική προσέγγιση είναι ότι οι νέες μέθοδοι πρέπει να κρίνονται από το πρόσθετο όφελος που προσφέρουν σε ένα δομημένο φυσικοθεραπευτικό πρόγραμμα και όχι να προβάλλονται απομονωμένα.	Μέτρια — τυχαιοποιημένη ελεγχόμενη μελέτη, αλλά μία μεμονωμένη μελέτη δεν επαρκεί για οριστικές συγκριτικές συστάσεις.	Ενημέρωση νευρολογικής αποκατάστασης, συνέδριο για συμπληρωματικές τεχνολογίες.
6. Αποτελέσματα αποκατάστασης μετά την έναρξη θεραπείας με υποβοηθούμενη συσκευή στη νόσο Parkinson: τυχαιοποιημένη ελεγχόμενη μελέτη	PubMed-indexed RCT — Αύγουστος 2026 Ενεργός σύνδεσμος	Μια τρίμηνη περίοδος αποκατάστασης μετά την έναρξη θεραπείας με υποβοηθούμενη συσκευή σε προχωρημένη νόσο Parkinson βελτίωσε κινητικές δεξιότητες και αντιλαμβανόμενη υγεία. Ενισχύει ένα ιδιαίτερα χρήσιμο στρατηγικό μήνυμα: η ιατρική ή τεχνολογική καινοτομία δεν καταργεί την ανάγκη αποκατάστασης· μπορεί να δημιουργεί ένα νέο θεραπευτικό «παράθυρο» για αποκατάσταση.	Μέτρια προς υψηλή — τυχαιοποιημένη ελεγχόμενη μελέτη με άμεση κλινική συνάφεια, αν και ειδική για συγκεκριμένη νόσο και θεραπεία.	Ισχυρό σημείο για συνέδριο, ανακοίνωση/ενημέρωση νευρολογικής αποκατάστασης.
7. Εφαρμογή και αξιολόγηση συστήματος τηλε-αποκατάστασης υποστηριζόμενου από τεχνητή νοημοσύνη για τη συνέχιση της αποκατάστασης μετά το εξιτήριο: πρωτόκολλο τυχαιοποιημένης ελεγχόμενης μελέτης	PubMed-indexed study protocol — Αύγουστος 2026 Ενεργός σύνδεσμος	Δοκιμάζει ένα μοντέλο υποστηριζόμενο από τεχνητή νοημοσύνη που αποσκοπεί στην επέκταση της αποκατάστασης μετά το εξιτήριο από το νοσοκομείο. Το σημαντικό στοιχείο δεν είναι ακόμη η αποτελεσματικότητα, αλλά το αναδυόμενο μοντέλο συνεχούς αποκατάστασης που συνδέει τη δια ζώσης φροντίδα, την απομακρυσμένη παρακολούθηση και την υποστήριξη μέσω TN.	Προκαταρκτική — αυστηρό πρωτόκολλο RCT, αλλά χωρίς ακόμη αποτελέσματα αποτελεσματικότητας.	Συνέδριο καινοτομίας/TN, horizon-scanning ενημέρωση μελών· όχι ακόμη για ισχυρισμούς αποτελεσματικότητας.
8. Ο ρόλος της φυσικοθεραπείας σε όλη την πορεία αλλογενούς μεταμόσχευσης αιμοποιητικών βλαστοκυττάρων: συστηματική ανασκόπηση και κλινικό πλαίσιο	Transplantation and Cellular Therapy — 7 Αυγούστου 2026 Ενεργός σύνδεσμος	Δέκα RCTs με 537 συμμετέχοντες υποστηρίζουν ρόλο για την αναπνευστική φυσικοθεραπεία και την επιβλεπόμενη πολυτροπική άσκηση πριν, κατά και μετά τη μεταμόσχευση. Η εργασία είναι ιδιαίτερα χρήσιμη επειδή μεταφράζει την τεκμηρίωση σε κλινικό πλαίσιο φυσικοθεραπείας ανά φάση.	Μέτρια προς υψηλή — συστηματική ανασκόπηση RCTs, αλλά μικρές μελέτες, ετερογένεια και χαμηλή βεβαιότητα περιορίζουν οριστικά συμπεράσματα.	Ισχυρή ενημέρωση μελών, infographic ογκολογικής αποκατάστασης, συνέδριο.
9. Θέση του American College of Sports Medicine: Συνταγογράφηση προπόνησης αντίστασης για μυϊκή λειτουργία, υπερτροφία και σωματική απόδοση σε υγιείς ενήλικες — επισκόπηση ανασκοπήσεων	Medicine & Science in Sports & Exercise — 2026 Ενεργός σύνδεσμος	Παρέχει σύγχρονη σύνθεση τεκμηρίωσης για το πώς πρέπει πραγματικά να συνταγογραφείται η άσκηση αντίστασης, αντί για μια γενική σύσταση «ενδυνάμωσης». Αν και αφορά υγιείς ενήλικες, η έμφαση στην προοδευτική προπόνηση αντίστασης, στις	Υψηλή — Position Stand του ACSM βασισμένο σε overview of reviews· ισχυρή σύνθεση, με προσοχή στην εφαρμογή σε ειδικούς πληθυσμούς ασθενών.	CPD infographic, παρέμβαση για θεραπευτική άσκηση, εκπαίδευση μελών.

		μεταβλητές της συνταγογράφησης και στις εκβάσεις είναι ιδιαίτερα σχετική με τη φυσικοθεραπευτική εκπαίδευση και το CPD.		
--	--	---	--	--

Τρία μηνύματα που αξίζει να αξιοποιήσει ο Π.Σ.Φ.

1. Συνταγογράφηση της άσκησης, όχι απλή σύσταση για άσκηση

Το ισχυρότερο θέμα αυτής της εβδομάδας είναι η «συνταγογράφηση της άσκησης και όχι απλώς η σύσταση για άσκηση». Η χαρτογράφηση της τεκμηρίωσης για τη νόσο Parkinson και η θέση του ACSM για την προπόνηση αντίστασης ενισχύουν τη σημασία του τύπου άσκησης, της συχνότητας, της έντασης, της διάρκειας, της προοδευτικότητας και της προσήλωσης. Για την επαγγελματική επικοινωνία, αυτό προχωρά ένα βήμα πέρα από το μήνυμα της προηγούμενης εβδομάδας για την επίβλεψη: η προστιθέμενη αξία του φυσικοθεραπευτή δεν βρίσκεται μόνο στην παρουσία του κατά την άσκηση, αλλά στην αξιολόγηση, τη συνταγογράφηση, την προσαρμογή και τη μέτρηση της θεραπευτικής δόσης της άσκησης.

2. Η τεχνολογική ή ιατρική καινοτομία μπορεί να αυξήσει - όχι να μειώσει - την ανάγκη για αποκατάσταση

Η τυχαιοποιημένη μελέτη στη νόσο Parkinson μετά την έναρξη θεραπείας με υποβοηθούμενη συσκευή αποτελεί ισχυρό παράδειγμα: η εισαγωγή μιας προηγμένης θεραπείας με συσκευή δεν κατέστησε την αποκατάσταση περιττή· αντίθετα, μια επακόλουθη οργανωμένη περίοδος αποκατάστασης βελτίωσε κινητικές δεξιότητες και αντιλαμβανόμενη υγεία. Το αναδυόμενο μοντέλο τηλε-αποκατάστασης με TN κινείται στην ίδια κατεύθυνση, αν και δεν υπάρχουν ακόμη δεδομένα αποτελεσματικότητας για το συγκεκριμένο σύστημα.

3. Η επαγγελματική επάρκεια στη σύγχρονη φυσικοθεραπεία υπερβαίνει τις τεχνικές

Η ψυχολογικά ενημερωμένη πρακτική, η βιοψυχοκοινωνική γνώση του πόνου, η κλινική συλλογιστική, η συνταγογράφηση της άσκησης και η ερμηνεία της τεχνολογίας αποτελούν πλέον αλληλένδετα στοιχεία του ίδιου πλαισίου επαγγελματικών δεξιοτήτων. Η νέα επικύρωση του KNAP είναι ιδιαίτερα χρήσιμη για την πολιτική CPD, επειδή μετατρέπει ένα αφηρημένο ερώτημα - «κατανοούν οι κλινικοί τη σύγχρονη επιστήμη του πόνου;» - σε κάτι που μπορεί να αξιολογηθεί με συστηματικό τρόπο.

Πρόταση υψηλότερης επικοινωνιακής αξίας για τον Π.Σ.Φ. αυτή την εβδομάδα

«Η ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ ΣΥΝΤΑΓΟΓΡΑΦΕΙΤΑΙ: ΤΥΠΟΣ - ΔΟΣΗ - ΠΡΟΟΔΕΥΤΙΚΟΤΗΤΑ - ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ - ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ»

Δεύτερη ισχυρή θεματική:

«Η ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ ΔΕΝ ΚΑΤΑΡΓΕΙ ΤΗΝ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ: ΟΙ ΝΕΕΣ ΘΕΡΑΠΕΙΕΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΟΥΝ ΝΕΕΣ ΕΥΚΑΙΡΙΕΣ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ»

Σημείωση

Η παρούσα απόδοση αποτελεί πιστή μετάφραση της εβδομαδιαίας αναφοράς της 28ης Αυγούστου 2026. Οι ενεργοί σύνδεσμοι παραπέμπουν στις διαθέσιμες πρωτογενείς πηγές, DOI ή εγγραφές PubMed.