

**ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑΤΑ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ**  
**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ**  
**«ΝΕΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ ΣΤΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ»**

**A ΕΞΑΜΗΝΟ**

**ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑΣ ΕΡΕΥΝΑΣ**

**Εξάμηνο: 1ο**

**Διδακτικές μονάδες ECTS: 7**

**Κωδικός: ΜΠ1**

**ΩΡΕΣ: 2 θεωρία/1Άσκηση Πράξης**

**Τύπος: Μάθημα Κορμού**

**Σκοπός μαθήματος:** Σκοπός του μαθήματος είναι να καταστήσει τους φοιτητές ικανούς να αναζητούν επιστημονικές πληροφορίες, να κατανοούν και ταυτόχρονα να χρησιμοποιούν τις μεθόδους της ποσοτικής και ποιοτικής έρευνας, καθώς και να έχουν τη δυνατότητα ερμηνείας και αποτίμησης των δημοσιευμένων επιστημονικών εργασιών ιδιαίτερα στο χώρο της υγείας. Παράλληλα σκοπεύει να καταστήσει το φοιτητή κάτοχο των δεξιοτήτων που είναι απαραίτητες για το σχεδιασμό, την προετοιμασία και την εκπόνηση ερευνητικών εργασιών μεταπτυχιακού επιπέδου και ιδιαίτερα χρήσιμων δεξιοτήτων, αναφορικά με την εκπόνηση της μεταπτυχιακής τους διατριβής.

**Μαθησιακοί στόχοι:** Ο φοιτητής με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος, θα είναι σε θέση :

- 1) Να κατανοεί τις βασικές έννοιες, την εξέλιξη και τη φιλοσοφία της έρευνας.
- 2) Να αντιλαμβάνεται την σημασία διεξαγωγής έρευνας και τις διαφορές ποιοτικής και ποσοτικής έρευνας
- 3) Να κατανοεί την έννοια του ερευνητικού προβλήματος και να μπορεί να το υλοποιεί (θεωρητικό πλαίσιο, βιβλιογραφική ανασκόπηση, έρευνα πεδίου, εξαγωγή συμπερασμάτων)
- 4) Να οργανώνει και σχεδιάζει τις επιμέρους φάσεις μιας έρευνας λαμβάνοντας υπόψη την ηθική της έρευνας και τους ερευνητικούς περιορισμούς
- 5) Να κατανοεί τα προβλήματα και τις απειλές των δημοσιευμένων ερευνών και μελετών και να προβαίνει στη κριτική τους
- 6) Να κατανοεί τους τρόπους παρουσίασης των αποτελεσμάτων μιας έρευνας ή ανασκόπησης και να μπορεί να τους υλοποιεί.

**Περιεχόμενα μαθήματος:**

Στο πλαίσιο του μαθήματος θα αναπτυχθούν οι **Θεματικές Ενότητες:** Φιλοσοφία της έρευνας – Ιστορική αναδρομή (τα χαρακτηριστικά, οι σκοποί, οι τύποι-μορφές και η χρησιμότητα της επιστημονικής έρευνας). Ο ρόλος της δεοντολογίας & ηθικής στην έρευνα ιδιαίτερα στο χώρο της υγείας. Στρατηγικές αναζήτησης πληροφοριών, βάσεις δεδομένων, πηγές βιβλιογραφίας-αρθρογραφίας στο χώρο της υγείας. Ερευνητική διαδικασία (ερευνητικό πρόβλημα, ερευνητικό ερώτημα, ερευνητική πρόταση, ερευνητικό πρωτόκολλο, ερευνητικά σχέδια, ερευνητική υπόθεση). Ποσοτική και ποιοτική έρευνα, δειγματοληψία, απειλές έρευνας, αξιοπιστία και εγκυρότητα στην έρευνα, συλλογή και

οργάνωση δεδομένων. Επισκόπηση (αφηγηματική, συστηματική ανασκόπηση, μετανάλυση). Παρουσίαση των αποτελεσμάτων της έρευνας. Κριτική της έρευνας. Κριτική ανάγνωση. συγγραφή και προφορική παρουσίαση μιας ερευνητικής εργασίας.

**Μέθοδοι και μέσα διδασκαλίας:** 13 εβδομάδες X 2 ώρες θεωρία & 1 ώρα Άσκηση Πράξης

**Μέθοδοι αξιολόγησης:**

Η αξιολόγηση των φοιτητών θα πραγματοποιηθεί σύμφωνα με τον κανονισμό του Π.Μ.Σ. και τις σχετικές αποφάσεις της Συνέλευσης του Τμήματος Φυσικοθεραπείας, ως στάθμιση του βαθμού τους στην πρόοδο (20%), στις εργασίες (30%) και την τελική εξέταση (50%) του μαθήματος

**Ενδεικτική βιβλιογραφία:**

1. Hicks C. Research Methods for Clinical Therapists, 4η έκδοση, Εκδόσεις Churchill Livingstone, 2004
2. Sim J. and Wright C. Research in Health Care, Εκδόσεις Stanley Thornes, 2000
3. Polgar S. and Thomas S.A. Introduction to Research in the Health Sciences, 5η έκδοση, Εκδόσεις Churchill Livingstone, 2008
4. Thomas, J., Nelson, J. Μέθοδοι Έρευνας Στη Φυσική Δραστηριότητα, Εκδόσεις Πασχαλίδη, 2003
5. Ζαφειρόπουλος Κ. Πως γίνεται μια επιστημονική εργασία; Επιστημονική έρευνα και συγγραφή εργασιών, Εκδόσεις Κριτική, 2005
6. Καμπίτσης Χ. Η Έρευνα Στις Αθλητικές Επιστήμες, Εκδόσεις Τσαρτσιάνης Θεσσαλονίκη, 2004.
7. Understanding Physiotherapy Research
8. Littlewood Ch. , May St. Understanding Physiotherapy Research. Εκδόσεις Cambridge Scholars Publishing, 2013.

## ΠΕΡΙΓΡΑΦΜΑ ΒΙΟΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗΣ

**Εξάμηνο:** 1<sup>ο</sup>

**Διδακτικές μονάδες ECTS:** 7

**Κωδικός:** ΜΠ2

**ΩΡΕΣ:** 2 θεωρία/1 Άσκηση πράξης

**Τύπος:** Μάθημα Κορμού

**Σκοπός μαθήματος:** Σκοπός του μαθήματος είναι η εξοικείωση των φοιτητών με τις βασικές έννοιες της Βιοστατιστικής και την οργάνωση και ανάλυση των ποσοτικών δεδομένων που συλλέγονται από τις αντίστοιχες έρευνες στο χώρο της υγείας. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στην πρακτική εφαρμογή των στατιστικών μεθόδων που παρουσιάζονται στο μάθημα καθώς και στην ορθή ερμηνεία των αποτελεσμάτων (interpretation). Μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος οι φοιτητές θα πρέπει να μπορούν να επιλέξουν την καταλληλότερη στατιστική μέθοδο, ανάλογα με το είδος της μελέτης που θα κληθούν να αναλύσουν. Επίσης θα πρέπει να μπορούν να αξιολογήσουν την ορθή χρήση στατιστικών μοντέλων σε δημοσιευμένες εργασίες, καθώς και να αναγνωρίσουν αδυναμίες στο σχεδιασμό που μπορεί να οδηγήσουν σε συστηματικά σφάλματα.

**Μαθησιακοί στόχοι:** Ο φοιτητής με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος, θα:

- Έχουν αποκτήσει εξειδικευμένες γνώσεις της επιστήμης της Βιοστατιστικής και των εφαρμογών της σε θέματα περιγραφής και ανάλυσης βιομετρικών δεδομένων στις Επιστήμες Υγείας. Ειδικότερα, θα έχουν κατανοήσει τη μεθοδολογία εφαρμογής της συμπερασματικής στατιστικής ανάλυσης σε θέματα ιατρικής έρευνας καθώς και στα διάφορα πεδία εφαρμογών στο χώρο της Φυσικοθεραπείας.
- Γνωρίζουν τις βασικές στατιστικές τεχνικές, θα έχουν αποδεδειγμένη γνώση και κατανόηση θεμάτων της επιστήμης της Στατιστικής
- Έχουν την ικανότητα να συγκεντρώνουν και να ερμηνεύουν συναφή στοιχεία (κατά κανόνα εντός του γνωστικού τους πεδίου) για να διαμορφώνουν κατάλληλο πλαίσιο διεξαγωγής έρευνας και κρίσεις που περιλαμβάνουν προβληματισμό σε συναφή ζητήματα.
- Μπορούν να επιλέγουν μια μέθοδο στατιστικής ανάλυσης με βάση τον σχεδιασμό της μελέτης και τα δεδομένα που έχουν συλλέξει.
- Οργανώνουν και θα αναλύουν τα συλλεχθέντα δεδομένα με χρήση τεχνικών περιγραφικής ή επαγωγικής στατιστικής.
- Μπορούν σε ικανοποιητικό βαθμό να αναγνωρίζουν τις πλέον διαδεδομένες τεχνικές στατιστικής ανάλυσης ιατρικών δεδομένων.
- Είναι σε θέση να αφομοιώνουν επιστημονικά άρθρα και να τα κοινοποιούν τόσο σε ειδικευμένο όσο και σε μη-εξειδικευμένο κοινό.
- Έχουν αναπτύξει εκείνες τις δεξιότητες απόκτησης γνώσεων, που του χρειάζονται για να συνεχίσει σε περαιτέρω μεταπτυχιακές σπουδές με μεγάλο βαθμό αυτονομίας
- Χρησιμοποιούν τους Η/Υ με τη βοήθεια του ειδικού στατιστικού λογισμικού SPSS για την διαχείριση και ανάλυση των δεδομένων

#### **Περιεχόμενο μαθήματος:**

Στα πλαίσια του μαθήματος θα αναπτυχθούν οι **Θεματικές Ενότητες:**

1. Ο ρόλος της στατιστικής στην ιατρική – Βασικές έννοιες - Επιλογή στατιστικής ανάλυσης - Στοιχεία σχεδιασμού ιατρικής έρευνας
2. Πληθυσμός και Δείγμα - Δειγματοληπτικές μέθοδοι -Υπολογισμός Δείγματος
3. Συλλογή και Παρουσίαση του στατιστικού υλικού (πίνακες, παραστάσεις).
4. Μέτρα θέσης.
5. Μέτρα διασποράς.
6. Έλεγχοι Υποθέσεων – Διαστήματα Εμπιστοσύνης μέσω τιμών
7. Έλεγχοι Υποθέσεων – Διαστήματα Εμπιστοσύνης ποσοστών
8. Εισαγωγή στην Ανάλυση Διακύμανσης - Εφαρμογές
9. Μη παραμετρική στατιστική ( $\chi^2$  – Έλεγχος προσαρμογής,  $\chi^2$  – Έλεγχος ανεξαρτησίας  $\chi^2$  – Έλεγχος ομογένειας- Εφαρμογές)
10. Σχετικός Λόγος Συμπληρωματικών Πιθανοτήτων –Σχετικός Κίνδυνος
11. Εξάρτηση- Συσχέτιση
12. Γραμμική παλινδρόμηση - Εφαρμογές
13. Λογιστική Παλινδρόμηση - Εφαρμογές

**Μέθοδοι και μέσα διδασκαλίας:** 13 εβδομάδες Χ 2 ώρες θεωρία & 1 ώρα ΑΠ.

**Μέθοδοι αξιολόγησης:** Η αξιολόγηση των φοιτητών θα πραγματοποιηθεί σύμφωνα με τον κανονισμό του Π.Μ.Σ. και τις σχετικές αποφάσεις της Συνέλευσης του Τμήματος Φυσικοθεραπείας, ως στάθμιση του βαθμού τους στην πρόοδο (20%), στις εργασίες (30%) και την τελική εξέταση (50%) του μαθήματος.

#### **Ενδεικτική βιβλιογραφία:**

- Παπαγεωργίου Έφη (2017).Βιοστατιστική και Εφαρμογές, 2<sup>η</sup> Έκδοση, ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΝΕΩΝ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΜΟΝ. ΕΠΕ.
- Παπαγεωργίου Έφη (2015).Βιοστατιστική και Εφαρμογές, ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΝΕΩΝ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΜΟΝ. ΕΠΕ.
- Τριχόπουλος Δ, Τζώνου Α, Κατσουγιάννη Κ. (2000) Βιοστατιστική. Εκδόσεις Παρισιάνος. Αθήνα.
- Τζώνου Α, Κατσουγιάννη Κ. (1997) Ασκήσεις Βιοστατιστικής. Εκδόσεις Αθανασοπούλου-Σ.Αθανασόπουλος Ο.Ε. Αθήνα, 1997.
- PetrieAvinia,SabinCaroline, (2008) Ιατρική Στατιστική με μια ματιά. Εκδόσεις Παρισιάνος. Αθήνα.
- PaganoMarcello, GaunreauKimberlee (2002) Αρχές Βιοστατιστικής Γ.ΠΑΡΙΚΟΣ & ΣΙΑ ΕΕ.
- Κατσουγιαννόπουλος Βασίλειος, (2009) Βασική Ιατρική στατιστική ΕΚΔΟΤΙΚΟΣ ΟΙΚΟΣ ΑΔΕΛΦΩΝ ΚΥΡΙΑΚΙΔΗ Α.Ε.
- Σταυρινός Βασίλης Γ., Παναγιωτάκος Δημοσθένης Β. Βιοστατιστική, Εκδόσεις Γ. Δαρδάνος - Κ. Δαρδάνος Ο.Ε.
- M. Bland (1995): An Introduction to Medical Statistics. Second Edition. Oxford University Press.
- M.H. Katz (1999): Multivariable Analysis. A Practical Guide for Clinicians. Cambridge University Press.
- L.D. Fisher and G. van Belle (1993): Biostatistics - Methodology for the Health Sciences. Wiley, New York.
- S. Holm (1979): A Simple Sequentially Rejective Multiple Test Procedure. Scandinavian Journal of Statistics, 6, 65-70.
- J.C. Hsu (1996): Multiple Comparisons. Theory and methods. Chapman and Hall.
- 

## ΠΕΡΙΓΡΑΦΜΑ ΚΛΙΝΙΚΗΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ

**Εξάμηνο:** 1<sup>ο</sup>

**Διδακτικές μονάδες ECTS:** 8

**Κωδικός:** ΜΠ3

**ΩΡΕΣ:** 2 θεωρία/1Άσκηση Πράξης

**Τύπος:** Μάθημα Κορμού

**Σκοπός μαθήματος:** Η κλινική θεραπευτική άσκηση μελετά το σύνολο των φυσιολογικών ενεργειών των συστημάτων του ανθρωπίνου σώματος που απαιτούνται για να εκτελεστεί μια σωματική και νοητική δραστηριότητα. Το γνωστικό της αντικείμενο διερευνά τις ενεργειακές πηγές απόδοσης κατά την άσκηση, τους ρυθμιστικούς μηχανισμούς ομοιόστασης, τις βιολογικές προσαρμογές των συστημάτων του ανθρωπίνου σώματος και τους παράγοντες που επιδρούν στην άσκηση (συγκεκριμένες ασθένειες, συγκεκριμένοι πληθυσμοί, διατροφικοί και περιβαλλοντολογικοί παράγοντες κα) για τη βελτίωση της υγείας από την κατάσταση ηρεμίας στην κατάσταση κίνησης. Στο μάθημα αυτό παρέχεται η δυνατότητα στο φοιτητή, να διδαχτεί τη φυσιολογική βάση της άσκησης και να κατανοήσει

σε βάθος την επίδραση της σχεδιασμένης άσκησης σε σχέση με τους βιολογικούς μηχανισμούς του ανθρωπίνου σώματος, τους ψυχολογικούς, κοινωνικούς και περιβαλλοντικούς.

**Μαθησιακοί στόχοι:** Ο φοιτητής με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος, θα είναι σε θέση :

1. Να αναπτύσσουν κριτική σκέψη και οργανωτικές ικανότητες, με αφετηρία την αξιολόγηση των φυσιολογικών συστημάτων του ανθρωπίνου σώματος για την κατάλληλη εφαρμογή της θεραπευτικής άσκησης.
2. Να αντιλαμβάνονται την εφαρμογή της θεραπευτικής άσκησης σε διάφορες ομάδες πληθυσμού σε σχέση με τις πηγές ενέργειας και την ενεργοποίηση του μεταβολισμού.
3. Να αναπτύξουν δεξιότητες στην διαγνωστική ικανότητα και στη λήψη αποφάσεων για την εφαρμογή του κατάλληλου προγράμματος της θεραπευτικής άσκησης.
4. Να συνεργάζονται με τους συμμαθητές τους και με άλλες συναφείς ειδικότητες για να δημιουργήσουν και να παρουσιάσουν ένα σχέδιο (project) ή να συνθέσουν μια ομαδική εργασία επί ενός θέματος σχετικού με την κλινική θεραπευτική άσκηση.
5. Να αναλύουν και να συνθέτουν δεδομένα και πληροφορίες, με τη χρήση των απαραίτητων τεχνολογιών για την κατάλληλη εφαρμογή της θεραπευτικής άσκησης.
6. Να οργανώνουν εργασίες σε διεθνές επίπεδο σε θεματολογίες εφαρμογής και ερευνητικής μελέτης της κλινικής θεραπευτικής άσκησης.
7. Να προάγουν την ελεύθερη και δημιουργική σκέψη για την κατάλληλη εφαρμογή της θεραπευτικής άσκησης στο σώμα και στον νου.

---

**Περιεχόμενα μαθήματος:** Στο πλαίσιο του μαθήματος θα αναπτυχθούν οι **Θεματικές Ενότητες:**

Εισαγωγή στη Θεραπευτική Άσκηση. Φυσιολογία της άσκησης, συνιστώσες της φυσικής κατάστασης, επιδημιολογία, διαμόρφωση προγραμμάτων άσκησης - οδηγίες ACSM. Πηγές ενέργειας και βασικά στοιχεία μεταβολισμού της άσκησης. Νευρομυϊκές προσαρμογές στην άσκηση: α) φυσιολογία μυϊκής συστολής, τύποι μυϊκών ινών, β) νευρικές προσαρμογές και σκελετικοί μύς, κινητικός έλεγχος. Μεταβολισμός κατά την άσκηση. Ενεργειακές απαιτήσεις και μετάβαση από τη ηρεμία στην άσκηση. Μεταβολική ανταπόκριση και άσκηση. Άσκηση και ανοσοποιητικό σύστημα, θερμορύθμιση, ορμόνες. Σχεδιασμός προγραμμάτων άσκησης και συνταγογράφηση της άσκησης. Διατροφή και άσκηση: α) ενεργειακό ισοζύγιο, ενεργειακές δαπάνες και μεταβολισμός και άσκηση, σύσταση σώματος. Άσκηση και ψυχολογία του τραυματισμού: α) Ψυχολογικοί και κοινωνικοί παράγοντες πρόβλεψης τραυματισμού, συναισθηματικές αντιδράσεις τραυματισμού, τεχνικές ψυχολογικής παρέμβασης, σχέση νου σώματος. Άσκηση και τραυματισμοί μυοτενόντιου συστήματος: κατηγορία τραυματισμών, επικρατέστερες ανατομικές περιοχές (core stability) επιδημιολογία, αξιολόγηση, πρόληψη, δοσολογία της άσκησης, ειδικές ομάδες πληθυσμού, προπόνηση για επιδόσεις (αερόβια, αναερόβια, ισχύς).

Άσκηση και γυναίκα: προβλήματα πυελικού εδάφους: εγκυμοσύνη, ακράτεια ούρων.

Άσκηση και ειδικές ομάδες πληθυσμού: α) παχυσαρκία, β) παιδιά και έφηβοι.

**Μέθοδοι και μέσα διδασκαλίας:** 13 εβδομάδες X 2 ώρες θεωρία & 1 ώρα Άσκηση Πράξης

**Εργασίες:** Οι φοιτητές υποχρεούνται να εκπονήσουν τις προβλεπόμενες από τον κανονισμό και τις σχετικές αποφάσεις της Σ.Τ. εργασίες.

**Μέθοδοι αξιολόγησης:** Η αξιολόγηση των φοιτητών θα πραγματοποιηθεί σύμφωνα με τον κανονισμό του Π.Μ.Σ. και τις σχετικές αποφάσεις της Σ.Τ. εργασίες.

#### **Ενδεικτική βιβλιογραφία:**

1. American College of Sports Medicine. ACSM's Introduction to Exercise Science. 1st Edition. USA: Lippincott Williams & Wilkins, 2011.
2. American College of Sports Medicine. ACSM's exercise management for persons with chronic diseases and disabilities. 3rd Edition. Champagne, IL: Human Kinetics, 2009.
3. American College of Sports Medicine. ACSM's exercise management for persons with chronic diseases and disabilities. 3rd Edition. Champagne, IL: Human Kinetics, 2009.
4. American College of Sports Medicine. ACSM's guidelines for exercise testing and prescription. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins, 2006.
5. American College of Sports Medicine. ACSM's Introduction to Exercise Science. 1st Edition. USA: Lippincott Williams & Wilkins, 2011.
6. Astrand PO, Rodahl K, Dahl HA, et al. Textbook of work physiology. Physiological basis of Exercise. Champagne, IL: Human Kinetics, 4th Edition, 2003.
7. Αστέριος Δεληγιάννης. Ιατρική της άθλησης. Universtiy Studio Press. Third edition, 2016.
8. Bloomfield J, Fricker PA, Fitch KD. Science and Medicine in Sports. 2nd Edition. USA: Blackwell Science Pty Ltd, 1996.
9. Bromley PD. Clinical Skills for Exercise Science. Routledge: Taylor & Francis Group, 2010.
10. Ehrman JK, Gordon P, Paul SV, Steven J. Keteyian. Clinical Exercise Physiology. 3rd Edition. IL: Human Kinetics, 2013.
11. Κλεισούρας Β. Εργοφυσιολογία (Τόμοι I, II, III). Αθήνα: Ιατρικές Εκδόσεις Π. Χ. Πασχαλίδης, 2011.
12. McArdle W. Φυσιολογία της Άσκησης (Τόμοι I, II, III). Αθήνα: Ιατρικές Εκδόσεις Π. Χ. Πασχαλίδης, 2001.
13. McArdle WD, Katch FI, Katch VL. Exercise physiology: energy, nutrition, and human performance. 7th Edition. Lippincott Williams & Wilkins, 2009.
14. Melvin WH. Nutrition for fitness and sport. 4th Edition. Chicago: William C Brown Pub, 1995.
15. Powers S, Howley E. Exercise Physiology: Theory and Application to Fitness and Performance. 8th Edition. USA: McGraw-Hill Humanities, 2011.
16. Raven P, Wasserman D, Squires W, Murray T. Φυσιολογία της Άσκησης. Μια ολιστική Προσέγγιση. Ιατρικές Εκδόσεις, Λαγός Δημήτριος, 2016.
17. Wilmore J, Costill D. Φυσιολογία της Άσκησης και του Αθλητισμού (Τόμοι I, II, III). Αθήνα: Ιατρικές Εκδόσεις Π. Χ. Πασχαλίδης, 2006.

## ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΤΟΥ ΠΟΝΟΥ

**Εξάμηνο:** 1<sup>ο</sup>

**Διδακτικές μονάδες ECTS:** 8

**Κωδικός:** ΜΠ4

**ΩΡΕΣ:** 2 θεωρία/1 Άσκηση Πράξης

**Τύπος:** Μάθημα Κορμού

**Σκοπός μαθήματος:** Σκοπός του μαθήματος είναι να παρέχει στο φοιτητή εκείνες τις εξειδικευμένες γνώσεις που θα του επιτρέψουν να ασχοληθεί με τον ασθενή που πονά και κυρίως εκείνον με χρόνια πόνο, ώστε να μπορεί κριτικά να ολοκληρώσει την αξιολόγηση του και να επιλέξει με τεκμηριωμένο τρόπο (evidence-based) τη βέλτιστη θεραπευτική προσέγγιση. Επίσης, μέσα από το μάθημα, θα μπορέσει ο φοιτητής κατά την γραπτή εργασία που θα κληθεί να ολοκληρώσει, να ασχοληθεί με κριτικό τρόπο με ένα αντικείμενο του ενδιαφέροντος του.

**Μαθησιακοί στόχοι:** Ο φοιτητής με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος, θα είναι σε θέση :

- 1) Να κατανοεί και να ερμηνεύει τις έννοιες που αφορούν στο πόνο, και συναφείς με αυτό έννοιες όπως η νευροπλαστικότητα, τα συστήματα αναλγησίας, οι μηχανισμοί μετάδοσης και τροποποίησης του ερεθίσματος, και γενικότερα τις βασικές αρχές νευροβιολογίας και παθοφυσιολογίας που αφορούν στον οξύ και χρόνια πόνο.
- 2) Να αντιλαμβάνεται τις έννοιες, τον αντίκτυπο και τις διαφορές προσέγγισης για τον οξύ και χρόνια πόνο
- 3) Να κατανοεί τους νευροβιολογικούς, ψυχικούς και γνωσιακούς μηχανισμούς μετάπτωσης από τον οξύ στο χρόνια πόνο
- 4) Να μπορεί κρίνει τη τεκμηριωμένη χρησιμότητα για αναλγησία των τεχνικών που χρησιμοποιούνται στη Φυσικοθεραπεία παγκοσμίως, και να τις επιλέγει καταλλήλως
- 5) Να μπορεί να αξιολογεί τον ασθενή με πόνο πολυπαραγοντικά, και να εφαρμόζει κριτικά τον καταλληλότερο κλινικό συλλογισμό
- 6) Να μπορεί να επικοινωνεί με ασθενείς με χρόνια πόνο και με κριτικό τρόπο κατά τη κλινική συνέντευξη.
- 7) Να εφαρμόζει κριτικά το βιοψυχοκοινωνικό μοντέλο σε επώδυνες καταστάσεις κατά την αξιολόγηση του ασθενή
- 8) Να επιδειξει την ικανότητα να επιλέγει κριτικά τις πιο τεκμηριωμένες τεχνικές αντιμετώπισης του πόνου ανά παθολογία
- 9) Να αντιλαμβάνεται τους δείκτες επικινδυνότητας (red flags), και τους δείκτες μετάπτωσης στη χρονιότητα (yellow flags) και να διαθέτει μεθόδους αξιολόγησης τους.
- 10) Να αντιλαμβάνεται τις δυνατότητες της πολυδύναμης αντιμετώπισης του πόνου και να αναγνωρίζει την ανάγκη παραπομπής σε άλλον ειδικό.

**Περιεχόμενα μαθήματος:**

Στο πλαίσιο του μαθήματος θα αναπτυχθούν οι **Θεματικές Ενότητες**:

- Εισαγωγικές έννοιες, φαινόμενο κεντρικής και περιφερικής ευαισθητοποίησης, μηχανισμοί μετάδοσης του πόνου και αναλγησίας. Αρχές εφαρμοσμένης Νευροφυσιολογίας για το Φυσικοθεραπευτή
- Βιοψυχοκοινωνικό μοντέλο του πόνου. Κλινική Εξέταση – Κλινικός συλλογισμός – Διαφορική διάγνωση.
- Αξιολόγηση του Πόνου: Δείκτες και Εργαλεία αξιολόγησης για το φυσικοθεραπευτή
- Φυσικοθεραπευτικά μέσα που εφαρμόζονται για αναλγησία: επιστημονικά δεδομένα
- Τεχνικές με τα χέρια και αναλγησία: ποια τα τεκμήρια
- Πολυδύναμη αντιμετώπιση του πόνου. Ιατρεία Πόνου – Εργοθεραπεία – Ψυχολογική Υποστήριξη.
- Ιατρικές θεραπείες για το πόνο. Φαρμακευτική αντιμετώπιση – παρεμβατικές τεχνικές – χειρουργικές τεχνικές
- Εναλλακτικές μέθοδοι αντιμετώπισης του πόνου: Βελονισμός – dryneedling – κλπ
- Ειδικές ομάδες και παθολογίες ασθενών με πόνο. Νευροπαθητικός πόνος – καρκινικός π.– στοματοπροσωπικός π. – κεφαλαλγίες – παιδιατρικός πόνος – πόνος στους υπερήλικες - αλγοδυστροφίες

**Μέθοδοι και μέσα διδασκαλίας:** 13 εβδομάδες Χ 2 ώρες θεωρία & 1 ώρα Άσκηση Πράξης

**Εργασίες:** Οι φοιτητές υποχρεούνται να εκπονήσουν μικρού εύρους εργασία σύμφωνα με τις προβλεπόμενες από τον κανονισμό και τις σχετικές αποφάσεις της Σ.Τ.

**Μέθοδοι αξιολόγησης:** Η αξιολόγηση των φοιτητών θα πραγματοποιηθεί με κύρια τελική εξέταση σύμφωνα με τον κανονισμό του Π.Μ.Σ. και τις σχετικές αποφάσεις της Σ.Τ.

**Ενδεικτική βιβλιογραφία:**

1. Stephen McMahon, Martin Koltzenburg, Irene Tracey, Dennis Turk. *Wall & Melzack's Textbook of Pain*, 6<sup>th</sup> edition, Hardcover ISBN: 9780702040597, Εκδόσεις Saunders, 2014
2. Chan Gunn. *The Gunn Approach to the Treatment of Chronic Pain: Intramuscular Stimulation for Myofascial Pain of Radiculopathic Origin*. 2nd Edition, Churchill Livingstone, 1996.
3. Joseph M. Donnelly, César Fernández de las Peñas, Michelle Finnegan, Jennifer L. Freeman. *Myofascial Pain and Dysfunction: The Trigger Point Manual*, 3<sup>rd</sup> ed., Wolters Kluwer, 2019
4. Cesar Fernandez de las Penas, Joshua Cleland, Jan Dommerholt. *Manual Therapy for Musculoskeletal Pain Syndromes: an evidence- and clinical-informed approach*. Elsevier Health Sciences, 2015.
5. Dennis Turk, Robert J. Gatche. *Psychological Approaches to Pain Management: A Practitioner's Handbook*. Third Edition, Guilford Publications, 2018.
6. Δ.Βασιλάκος. Ο πόνος και η αντιμετώπιση του. Εκδόσεις ΕΦΥΡΑ, 2008

**ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΚΛΙΝΙΚΩΝ ΘΕΜΑΤΩΝ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ**

**Εξάμηνο:** 2<sup>ο</sup>

**Διδακτικές μονάδες ECTS:** 7

**Κωδικός:** ΜΠ5

**ΩΡΕΣ:** 2 θεωρία/1 Άσκηση Πράξης

**Τύπος:** Μάθημα Κορμού

**Σκοπός μαθήματος:** Σκοπός του μαθήματος είναι να παρέχει εξειδικευμένες γνώσεις σε θέματα αποκατάστασης σε σχέση με τις τρέχουσες, σύνθετες, μεταβαλλόμενες εξελίξεις στον τομέα της Φυσικοθεραπευτικής αποκατάστασης, εργονομικά ζητήματα και εργονομική διευθέτηση προβλημάτων. Καθορισμός των προτεραιοτήτων της Φυσικοθεραπείας σε σχέση με τις δημογραφικές, πληθυσμιακές, πολιτισμικές και εκπαιδευτικές αλλαγές που συντελούνται στη χώρα και διεθνώς. Χαρακτηριστικό του μαθήματος θα είναι η εφαρμογή σύγχρονων γνώσεων από ένα ευρύ διεπιστημονικό φάσμα σε πραγματικά δεδομένα κλινικής αποκατάστασης και σε προχωρημένο επίπεδο σπουδών.

**Μαθησιακοί στόχοι:** Ο φοιτητής με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος, θα είναι σε θέση :

- 7) Να αποδεικνύουν γνώση και κατανόηση που στηρίζεται αλλά και επεκτείνει /ενισχύει τη γνώση που συνδέεται με τον πρώτο κύκλο σπουδών, και παρέχει μια βάση για ανάπτυξη ή / και εφαρμογή ιδεών, μέσα σε ένα πλαίσιο θεωρητικής, ερευνητικής και εφαρμοσμένης πρακτικής.
- 8) να εφαρμόσουν τις γνώσεις από τον πρώτο κύκλο και το δεύτερο κύκλο σπουδών τους για την επίλυση προβλημάτων σε νέα ή λιγότερο οικεία περιβάλλοντα στο πλαίσιο των ευρύτερων (ή διεπιστημονικών) συνθηκών εργασίας που σχετίζονται με τον τομέα των σπουδών τους, επιβεβαιώνοντας την κατανόησή τους, καθώς και την ικανότητα χρήσης τους
- 9) να έχουν τη δυνατότητα να ενσωματώνουν γνώσεις, να διαχειρίζονται πολύπλοκα θέματα και να διαμορφώνουν αποφάσεις με ελλειπίες ή περιορισμένες πληροφορίες, ενώ ταυτόχρονα να υποστηρίξουν τον προβληματισμό σχετικά με τις κοινωνικές και ηθικές ευθύνες που συνδέονται με την εφαρμογή των γνώσεων και των αποφάσεων τους.
- 10) να μπορούν να μεταδώσουν τα συμπεράσματά τους, καθώς και τη γνώση και τη λογική στην οποία βασίζονται αυτά, σε εξειδικευμένο και μη εξειδικευμένο κοινό με σαφήνεια και επάρκεια.

**Περιεχόμενα μαθήματος:**

Στο πλαίσιο του μαθήματος θα αναπτυχθούν οι **Θεματικές Ενότητες:** Εργονομική Προσέγγιση στη Φυσικοθεραπεία. Πρόληψη των πτώσεων στους ηλικιωμένους. Η Φυσικοθεραπευτική Προσέγγιση σε θέματα Γηριατρικής. Εμβιομηχανικοί μέθοδοι – Δαπεδοδυναμόμετρηση. Διαταραχές στην ισορροπία και συνεισφορά της Φυσικοθεραπείας. Η τεχνολογία στη Φθ αποκατάσταση. Συσκευές στην καταγραφή και την παρέμβαση. Εξειδικευμένη Φυσικοθεραπευτική Παρέμβαση τη Νευρο-ωτολογία. Εξειδικευμένη Φυσικοθεραπευτική παρέμβαση α. σε κροταφογναθικές διαταραχές β. στο έγκαυμα. Μέθοδοι θεραπευτικής άσκησης α. άσκηση στο νερό β. Σκανδιναβική βάδιση. Θεωρία και έρευνα για βελτίωση της συμμετοχής και τήρησης του προγράμματος

Φυσικοθεραπείας. Ανάπτυξη και εφαρμογή Κατευθυντήριων Γραμμών στη Φυσικοθεραπεία.

**Μέθοδοι και μέσα διδασκαλίας:** 13 εβδομάδες X 2 ώρες θεωρία & 1 ώρα Άσκηση Πράξης

**Μέθοδοι αξιολόγησης:**

Η αξιολόγηση των φοιτητών θα πραγματοποιηθεί σύμφωνα με τον κανονισμό του Π.Μ.Σ. και τις σχετικές αποφάσεις της Συνέλευσης του Τμήματος Φυσικοθεραπείας, ως στάθμιση του βαθμού τους στην πρόοδο (20%), στις εργασίες (30%) και την τελική εξέταση (50%) του μαθήματος

**Ενδεικτική βιβλιογραφία:**

9. Νεότεροι Ορίζοντες στην Επιστήμη της Φυσικοθεραπείας. Εξειδικευμένη Φυσικοθεραπευτική Παρέμβαση σε ΩΡΛ Προβλήματα. Ειδικός τόμος. Επιστημονική Ημερίδα Γ.Ν.Α. Ο Ευαγγελισμός. 28 Απριλίου 2012, Αθήνα, Ελλάς. Επιθεώρηση Κλινικής Φαρμακολογίας και Φαρμακοκινητικής (Epiteorese Klinikes Farmakologias Kai Farmakokinetikes) Ελληνική Έκδοση, 31(1) 2013.
10. Φυσικοθεραπεία. Σύγχρονες τάσεις και προοπτικές. Ειδικός τόμος. 22ο Ετήσιο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο Φυσικοθεραπείας του Ν.Π.Δ.Δ Πανελλήνιος Σύλλογος Φυσικοθεραπευτών, 7, 8 και 9 Δεκεμβρίου 2012, Αθήνα, Ελλάς. Επιθεώρηση Κλινικής Φαρμακολογίας και Φαρμακοκινητικής (Epiteorese Klinikes Farmakologias Kai Farmakokinetikes) Ελληνική Έκδοση, (2) 2013.
11. Guccione A.: Geriatric Physical Therapy, 2nd edition. St. Louis, Mosby (2000)
12. Bronstein A.M., Brandt T., Woollacott M.H., Nutt J.G.: Clinical Disorders of Balance, Posture and Gait. 2nd ed. London: Arnold, (2004)
13. Lanham-New S, O'Neill T, Morris R, Skelton D, Sutcliffe A (eds). Managing Osteoporosis. Oxford: Clinical Publishing, 2007.
14. Jakobs K. Ergonomics for Therapists. 3rd Edition. Baltimore: Mosby, 2008.

**ΠΕΡΙΓΡΑΦΜΑ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟΥ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ**

**Εξάμηνο:** 2<sup>ο</sup>

**Διδακτικές μονάδες ECTS:** 7

**Κωδικός:** ΜΠ6

**ΩΡΕΣ:** 2 θεωρία/1Άσκηση Πράξης

**Τύπος:** Μάθημα Κορμού

**Σκοπός μαθήματος:** Σκοπός του μαθήματος είναι να εκπαιδεύσει τους φοιτητές στην ομαδική εργασία, στην επιστημονική αναζήτηση και τη δημοσιοποίηση της επιστημονικής γνώσης σε θέματα που απασχολούν το χώρο της φυσικοθεραπείας, καταστρώντας τους ικανούς να εμβραθύνουν σε θέματα του επιστημονικού τους ενδιαφέροντος, στηριζόμενοι στις αρχές της επιστημονικής μεθοδολογίας. Βασικός στόχος είναι η απόκτηση της ικανότητας επικοινωνίας τόσο με το επιστημονικό δυναμικό, όσο και με τους κλινικούς θεραπευτές για την παρουσίαση, ανάλυση και τεκμηρίωση νέας γνώσης που θα συμβάλλει στην αναβάθμιση του χώρου υγείας και αποκατάστασης.

**Μαθησιακοί στόχοι:** Ο φοιτητής με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος, θα είναι σε θέση :

- 1) να εργαστεί ομαδικά για να μελετήσει, τεκμηριώσει και παρουσιάσει μια θεματική ενότητα στηριζόμενος στις αρχές της επιστημονικής μεθοδολογίας
- 2) με κριτική ανάλυση και σκέψη να παρουσιάζουν γραπτά και προφορικά τις εργασίες που έχουν αναλάβει
- 3) να μπορούν να μεταδώσουν τα συμπεράσματά τους, καθώς και τη γνώση και τη λογική στην οποία βασίζονται αυτά, σε εξειδικευμένο και μη εξειδικευμένο κοινό με σαφήνεια και επάρκεια
- 4) να έχουν τις ικανότητες μάθησης που τους επιτρέπουν να συνεχίσουν να σπουδάζουν με τρόπο που μπορεί να είναι σε μεγάλο βαθμό αυτο-κατευθυνόμενος ή αυτόνομος.

### **Περιεχόμενα μαθήματος:**

---

Στα πλαίσια του μαθήματος θα αναπτυχθούν οι **Θεματικές Ενότητες:**

Διοργάνωση επιστημονικών εκδηλώσεων (θεματολογία, επιστημονικές επιτροπές, προϋπολογισμός, κτλ),. Τεχνικές προβολής & Διαφήμισης. Τεχνικές προφορικών παρουσιάσεων. Τεχνικές ηλεκτρονικών & έντυπων παρουσιάσεων (κατασκευή ιστοσελίδων, publisher, κτλ). Δια Βίου μάθηση και Διασφάλιση Ποιότητας. Διασφάλιση Ποιότητας εκπαιδευτικών διαδικασιών, Ηλεκτρονικά μέσα διδασκαλίας

Ο διδάσκων καθορίζει το θέμα ενασχόλησης των Μ.Φ. για το συγκεκριμένο εξάμηνο σπουδών το οποίο θα καλύπτει τόσο τα επιστημονικά ενδιαφέροντα των φοιτητών όσο και τις επιστημονικές απαιτήσεις του χώρου της φυσικοθεραπείας την συγκεκριμένη χρονική περίοδο. Οι Μ.Φ. υπό την επίβλεψη του διδάσκοντα αναλαμβάνουν να καθορίσουν την επιμέρους θεματολογία του συγκεκριμένου θέματος, καλύπτοντας πλήρως τις επιστημονικές απαιτήσεις. Ανά ομάδες αναλαμβάνουν υπό επίβλεψη να αναπτύξουν την επιμέρους θεματολογία και να την παρουσιάσουν τόσο γραπτά, όσο και προφορικά. Η ανάπτυξη των επιμέρους θεμάτων, ανά Μ.Φ., θα βασίζεται στον εντοπισμό των πλέον επίκαιρων ερευνητικών δεδομένων και δημοσιεύσεων σε συνδυασμό με την κριτική ανάλυση τους, ώστε να προκύπτουν οι νέες τάσεις της ερευνητικής δραστηριότητας στο συγκεκριμένο χώρο. Το τελικό αποτέλεσμα θα είναι η παρουσίαση των αποτελεσμάτων με την μορφή επιστημονικής εκδήλωσης (ημερίδας, δι-ημερίδας, σεμιναρίου, ηλεκτρονικής ή έντυπης δημοσιοποίησης) με την επιστημονική και οργανωτική ευθύνη των Μ.Φ. που θα αποτελέσει και την προφορική αξιολόγηση τους.

---

**Μέθοδοι και μέσα διδασκαλίας:** 13 εβδομάδες X 2 ώρες θεωρία & 1 ώρα Α.Π.

**Μέθοδοι αξιολόγησης** Η αξιολόγηση των φοιτητών θα πραγματοποιηθεί σύμφωνα με τον κανονισμό του Π.Μ.Σ. και τις σχετικές αποφάσεις της Συνέλευσης του Τμήματος Φυσικοθεραπείας, ως στάθμιση του βαθμού τους στην πρόοδο (20%), στις εργασίες (30%) και την τελική εξέταση (50%) του μαθήματος

### **Ενδεικτική βιβλιογραφία:**

1. Joan Bolker (1998) : "Writing Your Dissertation in Fifteen Minutes a Day: A Guide to Starting, Revising, and Finishing Your Doctoral Thesis". Owl Books, New York.
2. David Seekings, John Farrer (1999): "How to Organize Effective Conference and Meetings". Kogan Page, UK.
3. Nancy Duarte (2012): "HBR Guide to Persuasive Presentations (Harvard Business Review Guides)". Harvard Business Review Press, Boston, Massachusetts.
4. Andy Balsler (2013): "Power through Presentations: Tips and Tricks to Build a Better Slide Deck". ECW Press, Toronto, Ontario, Canada.

5. John C. Maxwell (2009): "Teamwork 101: What Every Leader Needs to Know". Nashville, Tennessee.
6. Chalmers A.F. Τι είναι αυτό που το λέμε επιστήμη; Πανεπιστημιακές εκδόσεις Κρήτης 2014.

---

## ΠΕΡΙΓΡΑΦΜΑ ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΩΝ ΑΣΚΗΣΕΩΝ

---

**Εξάμηνο: 2<sup>ο</sup>**

**Διδακτικές μονάδες ECTS: 8**

**Κωδικός: ΜΠ7**

**ΩΡΕΣ: 2 Θεωρία/1 Άσκηση Πράξης Τύπος: Μάθημα Κατεύθυνσης Αναπνευστικής ΦΘ**

---

**Σκοπός του μαθήματος είναι** η κατανόηση εκ μέρους του μεταπτυχιακού φοιτητή των νέων και επικαιροποιημένων αναπνευστικών ασκήσεων που ενδείκνυνται για την πρόληψη και αντιμετώπιση των χρόνιων αλλά και των επειγόντων περιστατικών του αναπνευστικού, μυοσκελετικού και νευρικού συστήματος και εφαρμόζονται σε ερευνητικό και κλινικό επίπεδο, με βάση την κλινική αξιολόγηση και τον κλινικό συλλογισμό.

**Μαθησιακοί στόχοι:**

*Μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος, οι μεταπτυχιακοί φοιτητές:*

- Θα έχουν αποκτήσει το θεωρητικό υπόβαθρο για τις επικαιροποιημένες αναπνευστικές ασκήσεις αναβαθμίζοντας τις προπτυχιακές τους δεξιότητες σε συνθήκες ερευνητικής/κλινικής μελέτης.
- Θα είναι σε θέση να σχεδιάζουν το κατάλληλο ερευνητικό και κλινικό πλαίσιο
- Θα αποκτήσουν ικανότητες στο σχεδιασμό, στην οργάνωση και στη διαχείριση προγραμμάτων κοινωνικής φροντίδας αλλά και στη διαμόρφωση πολιτικών ευρωπαϊκής, εθνικής και περιφεριακής παροχής υπηρεσιών υγείας
- Θα μπορούν να αναλύουν την πολυσύνθετη φύση της φυσικοθεραπευτικής φροντίδας, ως επιστήμη, πράξη και φιλοσοφία.

**Περιεχόμενο μαθήματος:** Θα διδαχθούν οι παρακάτω θεματικές ενότητες:

Οξεοβασική ισορροπία, Ασκήσεις Χαλάρωσης, Διαφραγματική αναπνοή – Κινητοποίηση Θωρακικού κλωβού- Στάση Σώματος, Εκπαίδευση Αναπνευστικών Μυών, Αναπνευστικές ασκήσεις στο Άσθμα, σε Νευρολογικές παθήσεις, Αναπνευστικές ασκήσεις σε παιδιά, ΜΕΜΑ στη Φυσικοθεραπεία, Συμπεριφορικές Θεωρίες σε αναπνευστικούς ασθενείς.

**Μέθοδοι και μέσα διδασκαλίας:** 13 εβδομάδες Χ 2 ώρες θεωρία & 1 ώρα Άσκηση Πράξης

**Μέθοδοι αξιολόγησης:** Η αξιολόγηση των φοιτητών θα πραγματοποιηθεί σύμφωνα με τον κανονισμό του Π.Μ.Σ. και τις σχετικές αποφάσεις της Συνέλευσης του Τμήματος Φυσικοθεραπείας, ως στάθμιση του βαθμού τους στην πρόοδο (20%), στις εργασίες (30%) και την τελική εξέταση (50%) του μαθήματος.

**Ενδεικτική βιβλιογραφία:**

- Γραμματοπούλου Ε. Φυσικοθεραπευτικές Τεχνικές και Μέθοδοι Αξιολόγησης στις Αναπνευστικές Παθήσεις. Αθήνα: Εκδόσεις Ι. Κωσταντάρας.
- Γραμματοπούλου Ε. Κατευθυντήριες Οδηγίες για τα Προγράμματα Πνευμονικής Αποκατάστασης. Αθήνα: Εκδόσεις Πεδίο, 2015. Επιμέλεια του: AACVPR. Guidelines for pulmonary rehabilitation programs.

- Grammatopoulou E, Skordilis E, Stavrou N, Myrianthefs P, Karteroliotis K, Baltopoulos G, Behrakis P, Koutsouki D. The effect of physiotherapy-based breathing retraining on asthma control. *Journal of Asthma*. 2011; 48:593-601.
- Gosselink R, De Vos J, van den Heuvel SP, Segers J, Decramer M, Kwakkel G. Impact of inspiratory muscle training in patients with COPD: what is the evidence? *Eur Respir J*. 2011; 37:416–425.
- Mangera Z, Panesar G, Makker H. Practical approach to management of respiratory complications in neurological disorders. *Int J Gen Med*. 2012; 5: 255–263.

## ΠΕΡΙΓΡΑΦΜΑ ΠΝΕΥΜΟΝΙΚΗΣ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ

**Εξάμηνο: 2<sup>ο</sup>      Διδακτικές μονάδες ECTS: 8      ECTS: Κωδικός: ΜΠ8**

**ΠΡΕΣ: 2 Θεωρία/1 Άσκηση Πράξης      Τύπος: Μάθημα Κατεύθυνσης Αναπνευστικής ΦΘ**

**Σκοπός του μαθήματος είναι** η κατανόηση εκ μέρους του μεταπτυχιακού φοιτητή των επικαιροποιημένων παγκόσμιων κατευθυντήριων οδηγιών για την ολοκληρωμένη αντιμετώπιση των ασθενών με χρόνια αναπνευστική πάθηση μέσα από την αξιολόγηση και τις στρατηγικές αυτοδιαχείρισης της πάθησης. Η λεπτομερής αξιολόγηση δίνει πληροφορίες καθοριστικές για την χάραξη των στόχων θεραπείας και την επιλογή των πλέον κατάλληλων παρεμβάσεων. Η εκπαίδευση των ασθενών με χρόνια αναπνευστική πάθηση στη χρήση των φαρμάκων, στην υιοθέτηση κατάλληλου αναπνευστικού προτύπου και στην προσαρμογή της φυσικής δραστηριότητας, της άσκησης και της διατροφής στοχεύει στην ανάπτυξη δεξιοτήτων αυτοδιαχείρισης εκ μέρους τους ώστε να γίνουν αυτο-αποτελεσματικοί για την αντιμετώπιση των συμπτωμάτων, της μειωμένης ανοχής στην άσκηση και των λειτουργικών περιορισμών.

### **Μαθησιακοί στόχοι:**

*Μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος, οι μεταπτυχιακοί φοιτητές:*

- Θα έχουν αποκτήσει το θεωρητικό υπόβαθρο για τις επικαιροποιημένες παγκόσμιες κατευθυντήριες οδηγίες αναφορικά με την ολοκληρωμένη αντιμετώπιση των ασθενών με χρόνια αναπνευστική πάθηση, αναβαθμίζοντας τις προπτυχιακές τους δεξιότητες σε συνθήκες ερευνητικής/ κλινικής μελέτης.
- Θα είναι σε θέση να σχεδιάζουν το κατάλληλο ερευνητικό και κλινικό πλαίσιο
- Θα αποκτήσουν ικανότητες στο σχεδιασμό, στην οργάνωση και στη διαχείριση των προγραμμάτων πνευμονικής αποκατάστασης
- Θα μπορούν να αναλύουν την πολυσύνθετη φύση της φυσικοθεραπευτικής φροντίδας, ως επιστήμη, πράξη και φιλοσοφία.

**Περιεχόμενο μαθήματος:** Θα διδαχθούν οι παρακάτω θεματικές ενότητες:

Λειτουργικός έλεγχος αναπνοής, Οξυγονοθεραπεία, Παθοφυσιολογία της δύσπνοιας και κόπωσης στη Χρόνια Αποφρακτική Πνευμονοπάθεια (ΧΑΠ)-Κριτήρια ένταξης των ασθενών στην Πνευμονική Αποκατάσταση, Μέγιστη καρδιοαναπνευστική δοκιμασία άσκησης, διεξαγωγή και ερμηνεία, Δοκιμασίες αξιολόγησης έργου και λειτουργικής ικανότητας, Ψυχιατρική/Ψυχολογική εκτίμηση και καθοδήγηση ασθενών, Διαιτολογικός έλεγχος και παρακολούθηση ασθενών με ΧΑΠ, Εκπαίδευση ασθενών με αναπνευστικές

ασκήσεις και τεχνικές εξοικονόμησης έργου, Ολοκλήρωση του προγράμματος της Πνευμονικής αποκατάστασης, επαναξιολόγηση και οφέλη, Πνευμονική αποκατάσταση σε ασθενείς με άλλα νοσήματα εκτός της ΧΑΠ, Τηλε-αποκατάσταση κατ' οίκον, διακοπή καπνίσματος .

**Μέθοδοι και μέσα διδασκαλίας:** 13 εβδομάδες Χ 2 ώρες θεωρία & 1 ώρα Άσκηση Πράξης

**Μέθοδοι αξιολόγησης:** Η αξιολόγηση των φοιτητών θα πραγματοποιηθεί σύμφωνα με τον κανονισμό του Π.Μ.Σ. και τις σχετικές αποφάσεις της Συνέλευσης του Τμήματος Φυσικοθεραπείας, ως στάθμιση του βαθμού τους στην πρόοδο (20%), στις εργασίες (30%) και την τελική εξέταση (50%) του μαθήματος.

**Ενδεικτική βιβλιογραφία:**

- Γραμματοπούλου Ε. Κατευθυντήριες Οδηγίες για τα Προγράμματα Πνευμονικής Αποκατάστασης. Αθήνα: Εκδόσεις Πεδίο, 2015. Επιμέλεια του: AACVPR. Guidelines for pulmonary rehabilitation programs.
- Grammatopoulou E, Skordilis E, Stavrou N, Myrianthefs P, Karteroliotis K, Baltopoulos G, Behrakis P, Koutsouki D. The effect of physiotherapy-based breathing retraining on asthma control. Journal of Asthma. 2011; 48:593-601.
- Grammatopoulou E, Skordilis E, Haniotou A, Zarotis J, Athanasopoulos S. The effect of a holistic self-management plan on asthma control. Physiotherapy Theory and Practice. 2017, 33:622-633.
- ACCP/AACVPR Pulmonary Rehabilitation: Joint ACCP/AACVPR Evidence-Based Guidelines. Journal of Cardiopulmonary Rehabilitation. 1993; 17(6):371-405.
- ATS/ERS COPD guidelines 2003: standards for the diagnosis and management of patients with COPD. [www.thoracic.org](http://www.thoracic.org).
- Nici L, Donner C, Wouters E, Zuwallack R, Ambrosino N, Bourbeau J, et al. American Thoracic Society/European Respiratory Society Statement on Pulmonary Rehabilitation. Am J Respir Crit Care. 2006; 173:1390–1413.

---

## ΠΕΡΙΓΡΑΦΜΑ ΧΕΙΡΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

---

**Εξάμηνο:** 2<sup>ο</sup>

**Διδακτικές μονάδες ECTS:**8

**Κωδικός:** ΜΠ7

**ΩΡΕΣ:** 2 Θεωρία/1Άσκηση Πράξης

**Τύπος:** Μάθημα Κατεύθυνσης Μυοσκελετικής ΦΘ

**Σκοπός μαθήματος:** Σκοπός του μαθήματος είναι η ενδεδειγμένη μελέτη και διδασκαλία των χειροθεραπευτικών μεθόδων όπως αυτές έχουν αποτυπωθεί και τεκμηριωθεί από τη σύγχρονη επιστημονική κοινότητα, με επικέντρωση στην συστηματική χειροθεραπευτική εξέταση και θεραπεία του νευρομυοσκελετικού συστήματος. Παράλληλα, το μάθημα σκοπεύει να αναλύσει τις επιμέρους προηγμένες επιστημονικές μεθόδους που αφορούν στην αξιολόγηση, κλινικό συλλογισμό και την οργάνωση θεραπείας ανά άρθρωση σύμφωνα με τη φιλοσοφία αυτής της θεραπευτικής προσέγγισης εμβαθύνοντας την σφαιρική φυσικοθεραπευτική σκέψη για τις ανάγκες του ασθενούς.

**Μαθησιακοί στόχοι:** Ο φοιτητής με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος, θα είναι σε θέση :

- 1) Να αποκτήσει προηγμένες δεξιότητες και θεωρητικές γνώσεις σε υποκειμενικές

και αντικειμενικές μεθόδους αξιολόγησης των διαταραχών του ανθρώπινου νευρο-μυοσκελετικού συστήματος αναβαθμίζοντας τις προπτυχιακές τους γνώσεις

- 12) Να κατανοεί τις βασικές έννοιες, την εξέλιξη και τη φιλοσοφία της χειροθεραπευτικής προσέγγισης.
- 13) Να αναπτύξει την ικανότητα επιλογής των ασθενών κατάλληλων για χειροθεραπευτική φυσικοθεραπεία
- 14) Να οργανώνει και να σχεδιάζει την χειροθεραπευτική φυσικοθεραπεία λαμβάνοντας υπόψη την επιστημονική τεκμηρίωση σε σχέση με τις ανάγκες και τις επιλογές του κάθε ασθενούς
- 15) Να αναπτύξει προηγμένες κλινικές δεξιότητες κινητοποίησης και σταθεροποίησης των αρθρώσεων του ανθρώπινου σώματος με στόχο την αναλγησία και την βελτίωση της κινητικής δυσλειτουργίας
- 16) Να αναπτύξει την ικανότητα επιλογής των κατάλληλων χειροθεραπευτικών μεθόδων ανάλογα με τον κλινικό συλλογισμό της κάθε περίπτωσης
- 17) Να αναπτύξει την ικανότητα διερευνητικής μελέτης των χειροθεραπευτικών μεθόδων στη φυσικοθεραπεία

### Περιεχόμενα μαθήματος:

---

Στο πλαίσιο του μαθήματος θα αναπτυχθούν οι **Θεματικές Ενότητες**: Αξιολόγηση ασθενούς (λήψη ιστορικού, σωματική εξέταση) βάσει της φιλοσοφίας της χειροθεραπευτικής φυσικοθεραπείας, Αξιολόγηση και τεχνικές κινητοποίησης της ωμικής ζώνης, Αξιολόγηση και τεχνικές κινητοποίησης της άκρας χείρας, του γόνατος, του άκρου πόδα, της αυχενικής μοίρας της σπονδυλικής στήλης και του σχετικού νευρικού ιστού, της κροταφογοναθικής άρθρωσης, της οσφυϊκής μοίρας της σπονδυλικής στήλης και του σχετικού νευρικού ιστού, των ιερολαγονίων αρθρώσεων και της άρθρωσης του ισχίου, της θωρακικής μοίρας της σπονδυλικής στήλης, των πλευρών και του διαφράγματος, Τεχνικές υψηλής ταχύτητας μικρού εύρους της σπονδυλικής στήλης και των αρθρώσεων των άκρων, Χειροθεραπευτική προσέγγιση με την μέθοδο Mulligan, Αντικειμενική αξιολόγηση και προσέγγιση με την μέθοδο McKenzie.

**Μέθοδοι και μέσα διδασκαλίας:** 13 εβδομάδες X 2 ώρες θεωρία & 1 ώρα Άσκηση Πράξης

**Μέθοδοι αξιολόγησης:** Η αξιολόγηση των φοιτητών θα πραγματοποιηθεί σύμφωνα με τον κανονισμό του Π.Μ.Σ. και τις σχετικές αποφάσεις της Συνέλευσης του Τμήματος Φυσικοθεραπείας, ως στάθμιση του βαθμού τους στην πρόοδο (20%), στις εργασίες (30%) και την τελική εξέταση (50%) του μαθήματος.

### Ενδεικτική βιβλιογραφία:

- *Shomacher J. Ειδικές τεχνικές κινητοποίησης στο μυοσκελετικό σύστημα. Αθήνα: Εκδόσεις Κωνσταντάρα, 2014.*
- *Cook CE. Φυσικοθεραπεία μία τεκμηριωμένη προσέγγιση. Αθήνα: Εκδόσεις Λαγού, 2014*
- *Fernandez-de-las-Penas C, Cleland JA, Dommerholt J. Manual therapy for musculoskeletal pain syndrome. London: Elsevier 2017.*
- *Lewit K. Manipulative therapy: Musculoskeletal medicine. London: Elsevier 2009.*
- *Shacklock M. Clinical Neurodynamics. London: Elsevier 2005.*
- *Vleeming A, Mooney V, Dorman T, Snijders C, Stoecart R. Movement, stability and low back pain. London: Churchill Livingstone 1997.*

**Εξάμηνο: 1<sup>ο</sup>**

**Διδακτικές μονάδες ECTS: 8**

**Κωδικός: ΜΠ**

**ΩΡΕΣ: 2 θεωρία/1 Άσκηση Πράξης**

**Τύπος: Μάθημα Μυοσκελετικής ΦΘ**

**Σκοπός μαθήματος:** Σκοπός του μαθήματος είναι να παρέχει στο φοιτητή εκείνες τις εξειδικευμένες γνώσεις που θα του επιτρέψουν να αναζητήσει τις πιο τεκμηριωμένες μα συνάμα και τις πιο εξελιγμένες τεχνικές και μεθόδους στη φυσικοθεραπεία ώστε να αντιμετωπίσει ασθενείς με μυοσκελετικά προβλήματα. Νέες μέθοδοι στη φυσικοθεραπεία, παλαιότερες τεχνικές με νέες τεχνικές εφαρμογές καθώς και πρωτοποριακοί συνδυασμοί πρωτοκόλλων αναλύονται στην ύλη του μαθήματος. Στόχος είναι να αναπτυχθούν οι κριτικές ικανότητες του φοιτητή ώστε να μπορεί να επιλέξει με τα βέλτιστα κριτήρια τις πιο ενδεδειγμένες μεθόδους με βάση τον ασθενή και την παθολογία του, καθώς και την τεκμηρίωση των μεθόδων που επιλέγει (evidence-based approach).

**Μαθησιακοί στόχοι:** Ο φοιτητής με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος, θα είναι σε θέση :

- Να αντιλαμβάνεται τις έννοιες των συμπληρωματικών και ενναλακτικών μεθόδων φυσικοθεραπείας/αποκατάστασης και να αναγνωρίζει τα πεδία εφαρμογής τους.
- Να αντιλαμβάνεται και κριτικά να επιλέγει προς χρήση τεχνικές με τη χρήση βελόνας (dryneedling, βελονισμός, ωτοβελονισμός, κ.α), ενώ να μπορεί να αναγνωρίζει τη χρησιμότητα και τους στόχους εφαρμογής τους.
- Να κατανοεί και να ερμηνεύει το θεωρητικό υπόβαθρο χρήσης των τεχνικών με τη χρήση βελόνας καθώς και να αντιλαμβάνεται τους μηχανισμούς δράσης τους.
- Να αντιλαμβάνεται και να προβλέπει τους παράγοντες κινδύνου και την επικυδυνότητα εφαρμογής πρωτοκόλλων με τη χρήση βελόνας
- Να κατανοεί και να αντιλαμβάνεται τη χρησιμότητα μεθόδων άσκησης και κίνησης, π.χ. παραδοσιακών ιατρικών ανά το κόσμο (TaiChi, QiGong, κλπ), και να μπορεί να τις ενσωματώνει, εάν το κρίνει απαραίτητο, σε σύγχρονα πρωτόκολλα φυσικοθεραπείας.
- Να μπορεί να στοχοθετεί, να αντιλαμβάνεται, να κρίνει και να κατανοεί τη χρησιμότητα τη των νεότερων μεθόδων στη φυσικοθεραπεία, όπως λ.χ. η διαμαγνητική αντλία, η χρήση κρουστικών κυμάτων, η υπερθερμία (tecar therapy), κ.ά.
- Να επιδείξει την ικανότητα να επιλέγει κριτικά τις πιο τεκμηριωμένες τεχνικές αντιμετώπισης για τις παθολογίες του μυοσκελετικού

**Περιεχόμενα μαθήματος:**

Στο πλαίσιο του μαθήματος θα αναπτυχθούν οι **Θεματικές Ενότητες:**

- Εισαγωγικές έννοιες της Παραδοσιακής Κινέζικης Ιατρικής και του Βελονισμού, εισαγωγή στη θεραπευτική του βελονισμού
- Εισαγωγή στον ωτοβελονισμό και στον ηλεκτροβελονισμό
- Μυοπεριτονιακό σύνδρομο – θεραπεία σημείων πυροδότησης – τεχνικές dry needling
- Τεχνικές απελευθέρωσης των περιτονιών
- Σύγχρονες τεχνικές και μέσα στη φυσικοθεραπεία για το ΜΣΚ (tecar, shockwave)

διαμαγνητική αντλία, κλπ)

**Μέθοδοι και μέσα διδασκαλίας:** 13 εβδομάδες X 2 ώρες θεωρία & 1 ώρα Άσκηση Πράξης

**Μέθοδοι αξιολόγησης:** Η αξιολόγηση των φοιτητών θα πραγματοποιηθεί σύμφωνα με τον κανονισμό του Π.Μ.Σ. και τις σχετικές αποφάσεις της Συνέλευσης του Τμήματος Φυσικοθεραπείας, ως στάθμιση του βαθμού τους στην πρόοδο (20%), στις εργασίες (30%) και την τελική εξέταση (50%) του μαθήματος.

**Ενδεικτική βιβλιογραφία:**

15. Jan Dirk Rompe. Shock Wave Applications in Musculoskeletal Disorders. Thieme, 2011.
16. Jerry Johnson. Chinese Medical Qigong Therapy: A Comprehensive Clinical Guide. International Institute of Medical Qigong, 2000
17. B Hoogenboom, M Voight, W Prentice. Φυσικοθεραπευτικές Παρεμβάσεις στο Μυοσκελετικό Σύστημα: Τεχνικές για Θεραπευτικές Ασκήσεις. 1<sup>η</sup> Ελληνική Έκδοση, Εκδόσεις Κωνσταντάρας, 2014
18. Brotzman S., Manske R. " Ορθοπαιδική Αποκατάσταση στην Κλινική Πράξη", 1η Ελληνική έκδοση, Αθήνα, Εκδόσεις Κωνσταντάρας Ι, 2015.
19. Μ Καράβης. Αντιμετώπιση του χρόνιου μυοσκελετικού πόνου με βελονισμό. Εκδόσεις Παρισιάνου, 2011