
ΠΡΟΗΓΜΕΝΗ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΙΣΧΙΟΥ

Advanced rehabilitation of the hip joint

Ιωάννης Πουλής
Κωνσταντίνος Βάσσης
Ιωάννης Μυσίρης
Γεωργία Ιατρίδου

Κωδικός Προγράμματος: 4165.0343

Αθήνα, 1-2 Νοεμβρίου 2025



Αναγκαιότητα - Σκοπιμότητα προγράμματος

Η εξειδικευμένη θεραπευτική παρέμβαση σε ασθενείς με προβλήματα στην περιοχή του ισχίου, έχει σημαίνουσα αξία στην έκβαση της πορείας τους καθώς η σωστή αντιμετώπιση από τους φυσικοθεραπευτές συνεπικουρεί στη μείωση του χρόνου παραμονής εκτός του αγωνιστικού χώρου (time-loss) των αθλητών, στη μείωση του χρόνου αποθεραπείας του (return to participation), επιστροφή στο άθλημά τους (return to sport) και στη βελτίωση της λειτουργικής τους ικανότητας (return to performance) με στόχο να φτάσουν στα προ-τραυματισμού επίπεδα.





Αναγκαιότητα - Σκοπιμότητα προγράμματος

Οι ραγδαίες επιστημονικές εξελίξεις σε συνδυασμό με τις αυξημένες κλινικές απαιτήσεις καθιστούν αρκετές φορές ανεπαρκή την παραδοσιακή φυσικοθεραπευτική παρέμβαση στη συμβολή της βελτίωσης της κλινικής εικόνας των ασθενών/αθλητών με αυξημένες απαιτήσεις. Έτσι, η εξειδικευμένη γνώση, που στηρίζεται σε σύγχρονα ερευνητικά δεδομένα προσελκύει το ενδιαφέρον των νέων φυσικοθεραπευτών της χώρας, διευρύνοντας έτσι τους κλινικούς και ερευνητικούς ορίζοντες της επιστήμης της φυσικοθεραπείας.



Στόχος Προγράμματος

Ο στόχος του προγράμματος είναι να καλύψει με επιστημονικά τεκμηριωμένη κλινική πληροφορία σύγχρονες και αποτελεσματικές προσεγγίσεις σε προβλήματα που συναντώνται στην περιοχή του ισχίου σε ποδοσφαιριστές.

Θα αναλυθούν και θα προταθούν λύσεις αξιολόγησης, κλινικού συλλογισμού και αποκατάστασης,

- στον βουβωνικό πόνο,
- στις κακώσεις των οπισθίων μηριαίων
- στον πόνο στην έξω επιφάνεια του ισχίου.

Μαθησιακά Αποτελέσματα

ΣΕ ΕΠΙΠΕΔΟ ΓΝΩΣΕΩΝ

Να γνωρίσουν οι επιμορφούμενοι τις παθολογίες, τα κλινικά ζητήματα που σχετίζονται με την κλινική εικόνα των ασθενών αυτών και να είναι βασισμένοι σε γνώσεις τεκμηριωμένης φυσιοθεραπευτικής πρακτικής.

Να εφαρμόζουν τεκμηριωμένη γνώση στη θεραπεία, αποκατάσταση και την πρόληψη κοινών τραυματισμών και μυοσκελετικών παθήσεων στην περιοχή του ισχίου σε αθλητές.





Μαθησιακά Αποτελέσματα

ΣΕ ΕΠΙΠΕΔΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

Να μπορούν οι επιμορφούμενοι να αξιολογούν σωστά τόσο υποκειμενικά όσο και αντικειμενικά τον ασθενή.

Να αναγνωρίζουν τα κλινικά στοιχεία που πρέπει να αξιολογήσουν έτσι ώστε, να μπορούν να θέσουν τους κατάλληλους θεραπευτικούς στόχους φυσιοθεραπευτικής παρέμβασης και να εκτελέσουν τις κατάλληλες τεχνικές.

Μαθησιακά Αποτελέσματα

ΣΕ ΕΠΙΠΕΔΟ ΙΚΑΝΟΤΗΤΩΝ

Να είναι σε θέση οι επιμορφούμενοι να λαμβάνουν κλινικές αποφάσεις για να τροποποιούν κατάλληλα τις τεχνικές παρέμβασης με στόχο τη βελτιστοποίηση της θεραπείας των ασθενών και την ελαχιστοποίηση του χρόνου αποθεραπείας και καλυτέρευσης του χρόνου επιστροφής στο άθλημα.

Να προσδιορίζουν ποιοτικά και ποσοτικά την αποτελεσματικότητα των θεραπευτικών παρεμβάσεων, απαραίτητο στοιχείο για την αναγνώριση του κλινικού τους έργου.



Δομή

Διάρκεια

Ημερομηνία Διεξαγωγής



Μαθήματα
θα πραγματοποιηθούν
στην διεύθυνση
Σταυρού 1, Αθήνα,
TK 11524 | BTL



1-2
Νοεμβρίου
2025



16 ώρες /
Σάββατο
& Κυριακή

Δια ζώσης



Απευθύνεται σε:
αποφοίτους
φυσικοθεραπείας δημόσιων
Ελληνικών Ιδρυμάτων
Τριτοβάθμιας Εκπαίδευσης,
αποφοίτους

φυσικοθεραπείας
της αθλητοδότης
με αναγνωρισμένο
τίτλο σπουδών (ΔΟΑΤΑΠ),
εργαζόμενους
φυσικοθεραπευτές
σε δημόσιες ή ιδιωτικές
δομές και φοιτητές
φυσικοθεραπείας δημόσιων
Ελληνικών Ιδρυμάτων
Τριτοβάθμιας Εκπαίδευσης.



Τρόπος Επιλογής Υποψηφίων

Κατά προτεραιότητα, οι υποψήφιοι θα πρέπει να έχουν περατώσει τις προπτυχιακές τους σπουδές στη Φυσικοθεραπεία.

Προπτυχιακοί φοιτητές θα γίνονται δεκτοί εφόσον έχουν περατώσει με επιτυχία μαθήματα που αφορούν την εφαρμογή φυσικοθεραπείας στο μυοσκελετικό σύστημα. Τέτοια είναι η Κινησιολογία, η Κινησιοθεραπεία, η Φυσικοθεραπεία στο Μυοσκελετικό Σύστημα, η Αθλητική Φυσικοθεραπεία και οι αντίστοιχες κλινικές.

Οι προπτυχιακοί φοιτητές του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας γίνονται δεκτοί όταν έχουν ήδη ολοκληρώσει με επιτυχία τα μαθήματα των διδασκόντων μελών ΔΕΠ στο συγκεκριμένο πρόγραμμα.

Το πρόγραμμα απευθύνεται σε απόφοιτους τμημάτων Φυσικοθεραπείας ή ομοταγών τμημάτων του εξωτερικού, αλλά και σε φοιτητές Φυσικοθεραπείας υπό προϋποθέσεις.

Δίδακτρα και Εκπτωτική Πολιτική

Δίδακτρα: 400 ευρώ

Το πρόγραμμα εφαρμόζει εκπτωτική πολιτική για τις παρακάτω κατηγορίες:

- 25% σε ΑΜΕΑ
- 25% σε φοιτητές



Τα δίδακτρα καταβάλλονται στην **Alpha Bank** στον τραπεζικό λογαριασμό του Ειδικού Λογαριασμού Κονδυλίων Έρευνας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας και εκδίδεται απόδειξη είσπραξης.

ΠΡΟΣΟΧΗ:

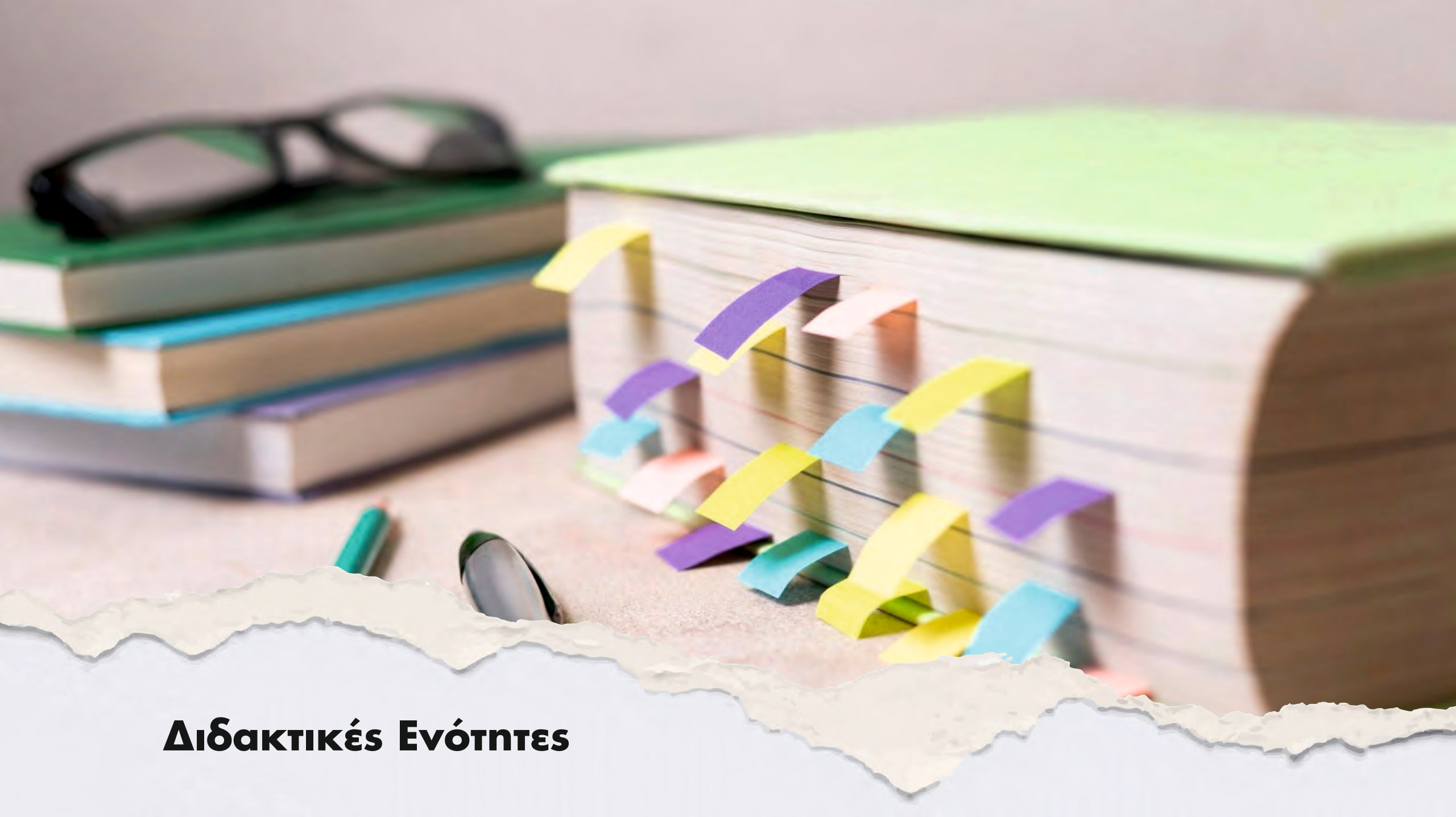
Στην αιτιολογία κατάθεσης πρέπει να αναγράφεται το ονοματεπώνυμο του καταρτιζόμενου και οπωσδήποτε ο Κωδικός Προγράμματος.

ΑΡ. ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΥ: 310-00-2002-020935

IBAN: Gr6401403100310002002020935

**ΔΙΚΑΙΟΥΧΟΣ: Ειδικός Λογαριασμός
Κονδυλίων Έρευνας Πανεπιστημίου
Θεσσαλίας (ΕΛΚΕ ΠΘ)**

ΚΩΔΙΚΟΣ ΕΡΓΟΥ: 4165.0343



Διδακτικές Ενότητες

Hip and Groin Pain

Ο οξύς και χρόνιος πόνος στη βουβωνική χώρα είναι συχνός στον αθλητισμό, ωστόσο η διάγνωση και η αξιολόγηση μπορεί να είναι δύσκολη.

Πρόκειται για έναν από τους πιο απαιτητικούς μυοσκελετικούς τραυματισμούς με σημαντική συνέπεια σε περίπτωση τραυματισμού στους αθλητές, ιδιαίτερα σε αθλήματα που περιλαμβάνουν τρέξιμο υψηλής ταχύτητας, αλλαγές κατεύθυνσης, επιτάχυνση-επιβράδυνση με αντίκτυπο στην απόδοση, την απώλεια χρόνου προπόνησης και αγώνα και με υψηλά ποσοστά υποτροπής.

Η πλήρης κατανόηση της παθολογίας γύρω από το ισχίο και τη βουβωνική χώρα, το πώς η παθολογία σχετίζεται με τα συμπτώματα, η γνώση των πιθανών κόκκινων σημαιών (red flags), μαζί με τα μοτίβα και τα συμπτώματα που σχετίζονται με κάθε αξιολόγηση είναι ζωτικής σημασίας για την καθοδήγηση της θεραπείας του πόνου στο ισχίο και τη βουβωνική χώρα.



Hamstrings

Ο τραυματισμός των Οπισθίων Μηριαίων (Hamstring) στο Ποδόσφαιρο αποτελεί τον πιο συχνό τραυματισμό στους αθλητές, με την όσο το δυνατόν ταχύτερη και ασφαλή αποκατάσταση να αποτελεί μια «πρόκληση» για την ομάδα αποκατάστασης.

Η μυϊκή ομάδα των Hamstring έχει το υψηλότερο ποσοστό Επανατραυματισμού στο ποδόσφαιρο, με την εξέλιξη των χαρακτηριστικών του σύγχρονου ποδοσφαίρου να αποτελεί έναν από τους λόγους που λαμβάνει χώρα αυτό το φαινόμενο. Η συνολική απουσία των αθλητών λόγω τραυματισμού των Hamstring για μία ποδοσφαιρική ομάδα αθροιστικά είναι μεγαλύτερη σε σχέση με οποιουδήποτε άλλη κατηγορία τραυματισμού.

Στην αθλητική αποκατάσταση η προσέγγιση σε αυτή την κατηγορία τραυματισμών πρέπει να είναι λεπτομερής, λαμβάνοντας υπόψη όλα τα νέα διαθέσιμα ερευνητικά δεδομένα στην αξιολόγηση, αποκατάσταση, επανένταξη και πρόληψη των τραυματισμών των Hamstring.

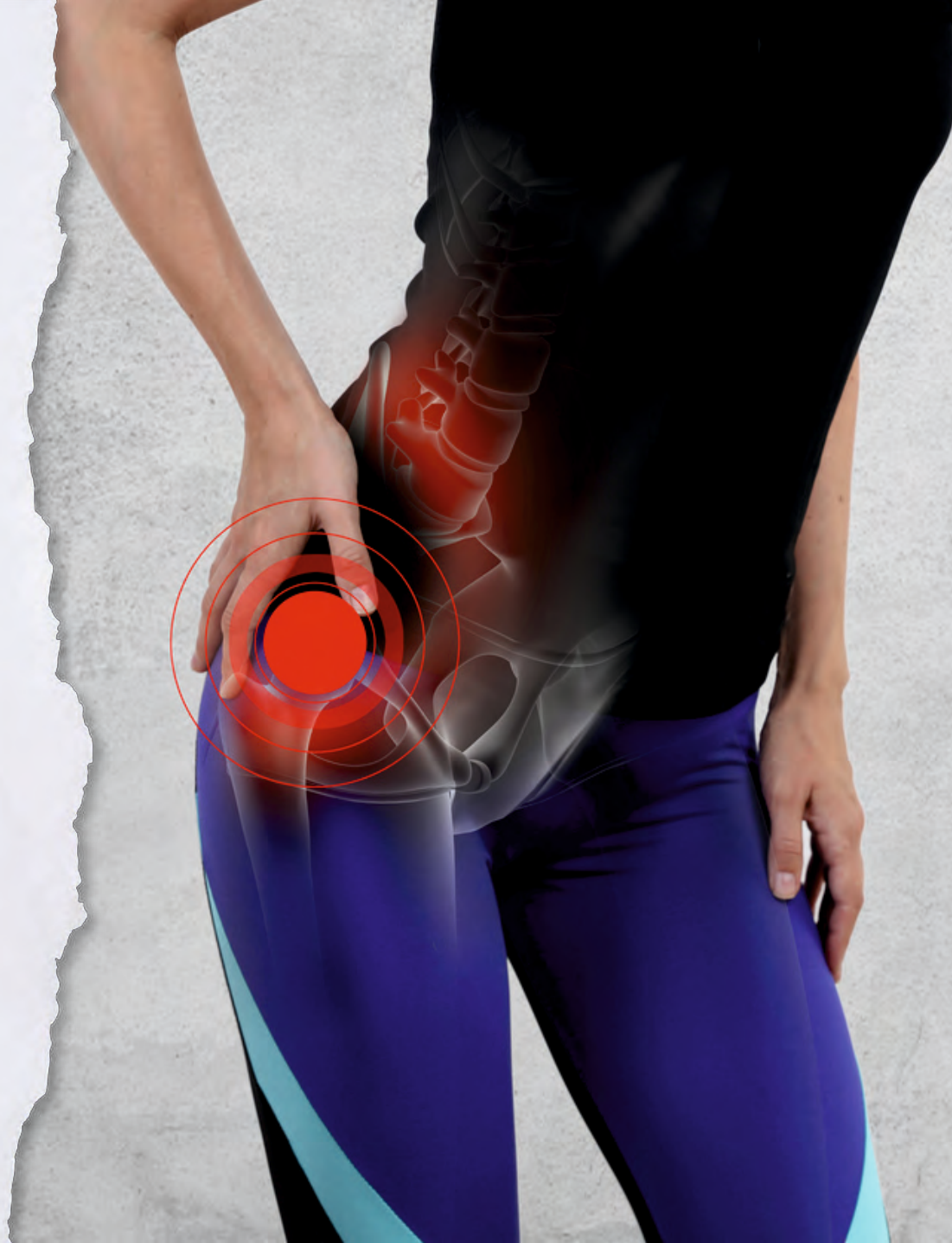


Lateral Hip Pain

Ο πόνος στην έξω επιφάνεια του ισχίου είναι συχνός και κάποιες φορές η σωστή αντιμετώπισή του μπορεί να είναι πρόκληση για τον φυσικοθεραπευτή. Οι τοπικοί μαλακοί ιστοί και νευρικές δομές μπορεί να είναι πρωταρχικές πηγές πόνου και ο ακριβής προσδιορισμός των πιθανότερων συντελεστών στην παρουσίαση του πόνου του ασθενούς συνδυάζοντας την σωστή διάγνωση με την ενδελεχή αξιολόγηση βοηθάει στην πληρέστερη και αποτελεσματικότερη αντιμετώπισή του.

Η πλήρης κατανόηση της παθολογίας γύρω από τον πόνο στην έξω επιφάνεια του ισχίου, το πώς η παθολογία σχετίζεται με τα συμπτώματα, η αναγνώριση πιθανών κόκκινων σημαιών (red flags), μαζί με τα μοτίβα και τα συμπτώματα που σχετίζονται με κάθε διάγνωση είναι ζωτικής σημασίας για την καθοδήγηση της θεραπείας του πόνου στο ισχίο και τη βουβωνική χώρα.

Αυτό το πρόγραμμα διαχείρισης του πόνου στο ισχίο εξετάζει διάφορες παθολογικές καταστάσεις που σχετίζονται με τις αρθρώσεις, τους μαλακούς ιστούς και τα νεύρα. Εξετάζει τους μηχανισμούς πρόκλησης πόνου, τις σχετικές ανατομικές βλάβες ή αλλοιώσεις, πώς μπορεί να βοηθήσουν οι κλινικές διαγνωστικές εξετάσεις τον φυσικοθεραπευτή, δίνει λεπτομέρεια στην σωστή αξιολόγηση του ασθενούς και αναφέρει διαφορετικές προσεγγίσεις διαχείρισης του πόνου.



Αποκατάσταση Κακώσεων και Παθήσεων Ισχίου με βάση τον Μυοσκελετικό Υπέρηχο

Ο μυοσκελετικός υπέρηχος αποτελεί **ένα σύγχρονο και ισχυρό εργαλείο για την αξιολόγηση παθήσεων και κακώσεων του ισχίου**. Χάρη στην υψηλή ευαισθησία του στην **απεικόνιση μυών, τενόντων, συνδέσμων και νεύρων**, επιτρέπει την **ακριβή διάγνωση φλεγμονών, ρήξεων και εκφυλιστικών αλλοιώσεων**, προσφέροντας πολύτιμες πληροφορίες για καλύτερα στοχευμένη αποκατάσταση των ασθενών.

Αναβαθμίστε τις γνώσεις και τις δεξιότητές σας αποκτώντας περισσότερες γνώσεις στην υπερηχοανατομία της περιοχής του ισχίου, μάθετε να αξιοποιείτε τα υπερηχογραφικά ευρήματα για τη δημιουργία εξατομικευμένων προγραμμάτων αποκατάστασης.

Η **λεπτομερής ανατομική και λειτουργική ανάλυση του ισχίου** μέσω δυναμικής υπερηχογραφικής αξιολόγησης επιτρέπει την παρατήρηση των μυοσκελετικών δομών σε πραγματικό χρόνο, κάτι που δεν είναι εφικτό με τη μαγνητική τομογραφία.

Με αυτόν τον τρόπο, **βελτιστοποιείται η θεραπευτική παρέμβαση, μεγιστοποιείται η αποτελεσματικότητα της αποκατάστασης και επιταχύνεται η ανάρρωση των ασθενών σας**.



Application form

ΑΙΤΗΣΕΙΣ

Οι αιτήσεις υποβάλλονται ηλεκτρονικά αποκλειστικά μέσω της ιστοσελίδας του Κέντρου Επιμόρφωσης & Δια Βίου Μάθησης

<http://learning.uth.gr/>

με την προσκόμιση και των απαραίτητων δικαιολογητικών
(ταυτότητα, πτυχίο, δικαιολογητικό για πιθανή έκπτωση)

ΒΕΒΑΙΩΣΗ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗΣ

Το Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ. – Π.Θ. διαθέτει πιστοποίηση ISO 9001:2015 και αξιολογείται από την «Μονάδα Διασφάλισης Ποιότητας» του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, σύμφωνα με τις διατάξεις της παραγράφου 12 του άρθρου 48 του ν. 4485/2017, όπως αυτός ισχύει. Η εξωτερική αξιολόγηση και η πιστοποίηση της ποιότητας των εκπαιδευτικών/ επιμορφωτικών προγραμμάτων του Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ. – Π.Θ. πραγματοποιείται από την «Εθνική Αρχή Ανώτατης Εκπαίδευσης», σύμφωνα με τις διατάξεις της υποπερίπτωσης ββ, της περίπτωσης β, της περίπτωσης δ, της παραγράφου 1 του άρθρου 2 του ν. 4653/2020.

		ΚΕΝΤΡΟ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗΣ & ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗΣ	Α.Π.: ΑΡΙΘΜΟΣ ΠΙΣΤΟ.
ΒΕΒΑΙΩΣΗ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗΣ			
..... ΤΟΥ			
Ολοκλήρωσε επιτυχώς το εκπαιδευτικό πρόγραμμα με τίτλο «.....»			
Το πρόγραμμα διάρκειαςωρών καιECTS πραγματοποιήθηκε απόέως..... Μέθοδος Υλοποίησης.....:			
Ο Πρόεδρος του Συμβουλίου		Ο Επιστημονικά Υπεύθυνος του Προγράμματος	
Αντιπρόεδρος Διεθνών Σχέσεων, Εξωστρέφειας & Διά Βίου Εκπαίδευσης Καθηγητής		Καθηγητής	

Βεβαίωση Παρακολούθησης από το Κέντρο Επιμόρφωσης
και Δια Βίου Μάθησης του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

Ποιοί είμαστε

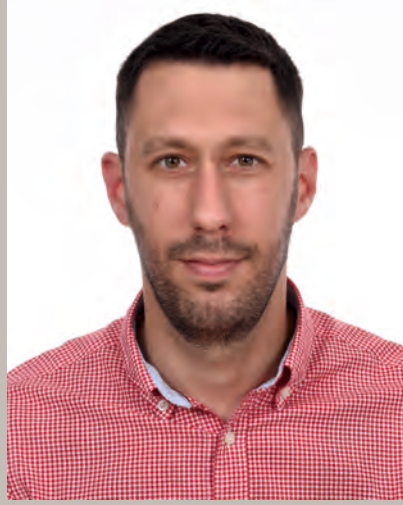


Dr. Ιωάννης Πουλής

Επιστημονικά Υπεύθυνος

Καθηγητής Φυσικοθεραπείας
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Λαμία

Πρόεδρος Τμήματος
Φυσικοθεραπείας



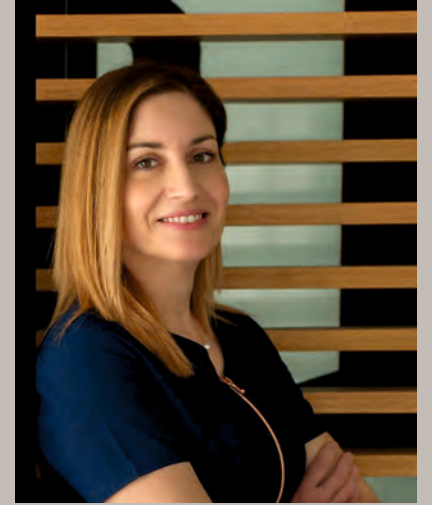
**Κωνσταντίνος Βάσσης
PT, MSc, PhD(c)**

Υποψήφιος Διδάκτορας,
Τμήμα Φυσικοθεραπείας,
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Λαμία



Ιωάννης Μυσίρης PT, MSc

Ιδιοκτήτης Κέντρου Προηγμένης
Φυσικοθεραπείας "Physioclock",
Λάρισα



Γεωργία Ιατρίδου

Φυσικοθεραπεύτρια,
PhD, MSc Sports Science,
MSc MSK Ultrasound Imaging

Physiospot, Αθήνα

Οδηγίες Κατάθεσης

Κατάθεση στον παρακάτω τραπεζικό λογαριασμό και αποστολή του αποδεικτικού στο learning@uth.gr

ALPHA BANK

ΑΡ. ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΥ: 310-00-2002-020935

IBAN: Gr6401403100310002002020935

ΔΙΚΑΙΟΥΧΟΣ: Ειδικός Λογαριασμός Κονδυλίων
Έρευνας Πανεπιστημίου Θεσσαλίας (Ε.Λ.Κ.Ε. Π.Θ.)

Στην αιτιολογία κατάθεσης πρέπει να αναγράφεται το ονοματεπώνυμο του καταρτιζόμενου και οπωσδήποτε ο Κωδικός Προγράμματος.

ΚΩΔΙΚΟΣ ΕΡΓΟΥ: 4165.0343



Πληροφορίες Προγράμματος

Στοιχεία επικοινωνίας με τη Γραμματεία
του Κέντρου Επιμόρφωσης
& Δια Βίου Μάθησης (Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ.)
του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

e-mail: learning@uth.gr

website: www.learning.uth.gr

Τηλ: 2421.006364 (09:30 – 15:30)

Για κράτηση θέσης τηλεφωνείτε: 698 688.2832