



ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ  
ΜΥΟΣΚΕΛΕΤΙΚΗΣ  
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ  
ΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ  
UNIVERSITY OF WEST ATTICA

Απολογισμός Έργου 2019 - 2020

## **Ίδρυση του Εργαστηρίου Μυοσκελετικής Φυσικοθεραπείας (Musculoskeletal Research Laboratory – MRL)**

Το Εργαστήριο Μυοσκελετικής Φυσικοθεραπείας (Musculoskeletal Research Laboratory – MRL) ιδρύθηκε τον Μάιο του 2019, στο Τμήμα Φυσικοθεραπείας, της Σχολής Επιστημών Υγείας και Πρόνοιας του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής (ΦΕΚ 1610/ τ.Β΄/10-5-2019).

Το Εργαστήριο Μυοσκελετικής Φυσικοθεραπείας λειτουργεί με τον εσωτερικό Κανονισμό που περιγράφεται στο ΦΕΚ 1610/ τ.Β΄/10-5-2019.

### **Διευθυντής του Εργαστηρίου Μυοσκελετικής Φυσικοθεραπείας**

Διευθυντής του Εργαστηρίου Μυοσκελετικής Φυσικοθεραπείας είναι ο κ. Γεωργούδης Γεώργιος, Καθηγητής Α΄ Βαθμίδας του Τμήματος Φυσικοθεραπείας του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής, μετά από την εκλογή και τον ορισμό του (ΦΕΚ 444/ τ.Υ.Ο.Δ.Δ./16-7-2019).

### **Ερευνητική Ομάδα του Εργαστηρίου Μυοσκελετικής Φυσικοθεραπείας**

#### **A. Καθηγητές -Μέλη ΔΕΠ του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής:**

- Γεωργούδης Γεώργιος, Καθηγητής του Τμήματος Φυσικοθεραπείας, με γνωστικό αντικείμενο «Φυσικοθεραπευτική Αξιολόγησης Επώδυνων Μυοσκελετικών Προβλημάτων» [Ιδρυτικό Μέλος].
- Πέττα Γεωργία, Λέκτορας Εφαρμογών του Τμήματος Φυσικοθεραπείας [Ιδρυτικό Μέλος].
- Κουλουμπή Μαρία, Λέκτορας Εφαρμογών του Τμήματος Εργοθεραπείας.
- *Παραιτηθέν Μέλος* - Παπανδρέου Μαρία, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια, Ιδρυτικό Μέλος που παραιτήθηκε τον Σεπτέμβριο του 2019.

#### **B. Καθηγητές Μέλη ΔΕΠ άλλων ΑΕΙ:**

- Μαυρογένης Ανδρέας, Αναπληρωτής Καθηγητής, Α΄ Ορθοπαιδική Κλινική Ε.Κ.Π.Α., Πανεπιστημιακό Γ.Ν. «Αττικόν», με γνωστικό αντικείμενο «Ορθοπαιδική». (Συνέλευση Εργαστηρίου Αρ.1/27-09-2019).

#### **Γ. Επιστημονικοί Συνεργάτες - Ακαδημαϊκοί Υπότροφοι του Τμ. Φυσικοθεραπείας**

- Χρηστάκου Άννα, Φυσικοθεραπεύτρια, MSc, PhD, Νοσοκομείο «Ευαγγελισμός». (Συνέλευση Εργαστηρίου Αρ.1/27-09-2019).
- Σωτηρόπουλος Σπυρίδων, Φυσικοθεραπευτής, MSc, Υποψήφιος Διδάκτορας του Τμήματος Φυσικοθεραπείας.
- Σκορδής Χαράλαμπος, Φυσικοθεραπευτής, MSc, Υποψήφιος Διδάκτορας του Τμήματος Φυσικοθεραπείας.

Οι δράσεις του Εργαστηρίου αφορούν τόσο στο Ερευνητικό, Κλινικό, Εκπαιδευτικό επίπεδο και συνοψίζονται για το έτος 2019-2020 στα παρακάτω:

## **1. Προσφορά υπηρεσιών φυσικοθεραπείας (εθελοντική δράση)**

- I. Προσφορά στη κοινότητα του ΠΑΔΑ, παροχής δωρεάν κλινικής εξέτασης (φυσικοθεραπευτική αξιολόγηση) και θεραπείας (φυσικοθεραπεία) για Μυοσκελετικά προβλήματα Σπονδυλικής Στήλης & Άκρων προς το Εκπαιδευτικό και Διοικητικό προσωπικό και τους φοιτητές του ΠΑΔΑ. Σε συνεχή παροχή καθ' όλη τη διάρκεια του ακαδημαϊκού έτους. Υπεύθυνος Εθελοντικής Δράσης: Καθ. Γ. Γεωργούδης
- II. Παροχή δωρεάν υπηρεσιών Φυσικοθεραπείας και Βελονισμού για ασθενείς με χρόνια μυοσκελετικό πόνο, στο Ιατρείο Πόνου, του Αρεταίειου Νοσοκομείου, σε εβδομαδιαία βάση, με την συνεργασία και υποστήριξη της Ελληνικής Φυσικοθεραπευτικής Εταιρείας Φυσικοθεραπείας. Σε συνεχή παροχή καθ' όλη τη διάρκεια του ακαδημαϊκού έτους. Υπεύθυνος Εθελοντικής Δράσης: Καθ. Γ. Γεωργούδης

## **2. Προγράμματα δια βίου εκπαίδευσης και προγράμματα συνεχιζόμενης εκπαίδευσης του Εργαστηρίου**

- I. Πρόγραμμα δια βίου εκπαίδευσης μέσω του ΚΕΔΙΒΙΜ του ΠΑΔΑ (έναρξη Σεπτέμβριος 2019 με λήξη Σεπτέμβριος 2020), με φορέα υλοποίησης το Εργαστήριο Μυοσκελετικής Φυσικοθεραπείας, και σε συνεργασία για την διοργάνωση του με την Ελληνική Φυσικοθεραπευτική Εταιρεία Φυσικοθεραπείας (ΕΦΕΑ), και τη συνδρομή για το πρακτικό μέρος του προγράμματος του Ιατρείου Πόνου στο Αρεταίειο Νοσοκομείο, του Εργαστηρίου Ανατομείας-Ανατομικής του ΕΚΠΑ, της Α' Ορθοπεδικής Κλινικής του Αττικού Νοσοκομείου, της Ιατρικής Σχολής του ΕΚΠΑ, με τίτλο: «Εκπαίδευση στο Βιοϊατρικό και Παραδοσιακό Βελονισμό επαγγελματιών Υγείας». Το πρόγραμμα εκπαίδευσης απευθύνεται σε Ιατρούς και Φυσικοθεραπευτές που θέλουν να πιστοποιήσουν τις γνώσεις τους στο αντικείμενο. Επιστημονικός Υπεύθυνος Δράσης και Ακαδημαϊκός Υπεύθυνος του έργου: Καθ. Γ. Γεωργούδης

## **3. Συνεργασίες με φορείς του Δημοσίου και Ιδιωτικού Τομέα, Πανεπιστήμια της ημεδαπής και αλλοδαπής, Επιστημονικά σωματεία.**

### ***I. Συνεργασία με την Ελληνική Φυσικοθεραπευτική Εταιρεία Αλγολογίας (ΕΦΕΑ), Επιστημονικό μη-κερδοσκοπικό σωματείο***

Συνεργασία με την ΕΦΕΑ σε δραστηριότητες, όπως:

- *A. Μετεκπαίδευση και δια βίου μάθηση:* Σύμβαση έργου για την διοργάνωση και υποστήριξη διοικητικά και σε τεχνικό επίπεδο της εκπαιδευτικής διαδικασίας του Προγράμματος δια βίου του ΠΑ.Δ.Α. με τίτλο: «Εκπαίδευση στο Βελονισμό επαγγελματιών υγείας».
- *B. Ερευνητική συνεργασία:* Μνημόνιο ερευνητικής συνεργασίας με το Εργαστήριο για την διοικητική και τεχνική υποστήριξη από την ΕΦΕΑ στο ερευνητικό έργο του Εργαστηρίου, καθώς και στις δυνατότητες συλλογής δεδομένων. (Συνέλευση Εργαστηρίου Αρ.1/27-09-2019)

## **II. Συνεργασία με το Ιατρείο Πόνου του Αρεταίειου Νοσοκομείου**

- Συνεργασία του Εργαστηρίου με την Διεύθυνση του Ιατρείου Πόνου του Αρεταίειου νοσοκομείου για: 1. την εθελοντική δράση της παροχής υπηρεσιών φυσικοθεραπείας και βελονισμού στις εγκαταστάσεις του Ιατρείου Πόνου του νοσοκομείου, σε ασθενείς με χρόνια επώδυνα μυοσκελετικά προβλήματα, 2. Ερευνητικό έργο στο ίδιο αντικείμενο, 3. Κλινική εκπαίδευση στο αντικείμενο του χρόνιου μυοσκελετικού πόνου. (Συνέλευση Εργαστηρίου Αρ.1/27-09-2019)

## **III. Συνεργασία με την Α' Αναισθησιολογική Κλινική, της Ιατρικής Σχολής του ΕΚΠΑ**

- Εκπαιδευτική και ερευνητική συνεργασία του Εργαστηρίου στο μεταπτυχιακό πρόγραμμα (ΠΜΣ) της Α' Αναισθησιολογικής Κλινικής με τίτλο: «Αλγολογία: Αντιμετώπιση του πόνου, διάγνωση και θεραπεία. Φαρμακευτικές, παρεμβατικές και άλλες τεχνικές». Η συνεργασία περιλαμβάνει εκπαιδευτικό έργο από τα μέλη του Εργαστηρίου στο μεταπτυχιακό πρόγραμμα καθώς και στην ανάληψη επιτήρησης ερευνητικών μεταπτυχιακών διατριβών (2 διατριβές για το έτος 2019-2020). (Συνέλευση Εργαστηρίου Αρ.1/27-09-2019)

## **IV. Συνεργασία με την Α' Ορθοπαιδική Κλινική, της Ιατρικής Σχολής του ΕΚΠΑ, στο Αττικό νοσοκομείο**

- Ερευνητική και ακαδημαϊκή συνεργασία των μελών της Κλινικής με το Εργαστήριο. Δράσεις: Εκπαίδευση σε θέματα Ανατομικής, Συμμετοχή των μελών του Εργαστηρίου στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα του ΠΜΣ της Κλινικής: «Άθληση και Υγεία», Συμμετοχή μελών της Κλινικής σε Διδακτορικές Τριμελής Επιτροπές για Υποψήφιους Διδάκτορες του ΕΜΦ, του Τμήματος Φυσικοθεραπείας του ΠΑΔΑ, κοινή ερευνητική πρόταση για τη «λειτουργική αξιολόγηση ασθενών με μυοσκελετικά προβλήματα στη σπονδυλική στήλη και το κάτω άκρο» (συνέχιση της εγκεκριμένης συνεργασίας από την επιτροπή ερευνών από Φεβρουάριο 2018). (Συνέλευση Εργαστηρίου Αρ.1/27-09-2019)

## **V. Συνεργασία με το Qigong Research Institute του Shanghai University of Traditional Chinese Medicine**

- Μνημόνιο συνεργασίας σε ερευνητικό, ακαδημαϊκό και εκπαιδευτικό επίπεδο τόσο στο προπτυχιακό, μεταπτυχιακό και μετεκπαιδευτικό επίπεδο με το ερευνητικό Εργαστήριο του **Qigong Research Institute του Shanghai University of Traditional Chinese Medicine**, στα αντικείμενα της ιατρικής θεραπευτικής άσκησης της παραδοσιακής Κινέζικης Ιατρικής και του Βελονισμού. Η προγραμματισμένη δράση (QiGong course για επαγγελματίες υγείας – Levels 1, 2, 3) για το 2019-2020 (Μάιος 2019) αναβλήθηκε λόγω κορωνοϊού. (Αρ. Συν. 2/15-10-2019)

## **VI. Συνεργασία με το Taiji Health Center του Shanghai University of Traditional Chinese Medicine και του Greek Taiji Health Center**

- Συνεργασία του ΕΜΦ με το Ελληνικό Taiji Health Center στο ΠΑΔΑ. Το Ελληνικό Κέντρο Taiji διοικείται από κοινού από το Ελληνικό και το Κινέζικο Πανεπιστήμιο και έχει αντικείμενο την έρευνα, την εκπαίδευση σε προπτυχιακό, μεταπτυχιακό και μετεκπαιδευτικό επίπεδο καθώς και τη παροχή υπηρεσιών υγείας συνδυάζοντας την Κινέζικη Παραδοσιακή Ιατρική και τη Δυτική Ιατρική. Για το Ελληνικό Πανεπιστήμιο τη Διεύθυνση έχει ο Καθηγητής Γ. Γεωργούδης.

## **VII. Συνεργασία με τη Ρευματολογική Κλινική του Ιπποκράτειου Νοσοκομείου**

- Εκπαιδευτική συνεργασία με το ΠΜΣ «Ρευματολογία-Μυοσκελετική Υγεία», και τον Διευθυντή του Καθηγητή Δ. Βασιλόπουλος, με συμμετοχή των μελών του Εργαστηρίου ΕΜΦ στο εκπαιδευτικό μεταπτυχιακό πρόγραμμα της Κλινικής (συμμετέχοντα μέλη: Γ.Γεωργούδης, Γ.Πέττα, Χ.Σκορδής, Σ.Σωτηρόπουλος)

#### VIII. **Συνεργασία με τη Τμήμα Φυσικοθεραπείας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας**

- Συνεργασία στο ΠΜΣ «Προηγμένη Φυσικοθεραπεία» σε επίπεδο μεταπτυχιακών διατριβών με συμμετοχή μελών του Εργαστηρίου ΕΜΦ σε τριμελείς εξεταστικές επιτροπές.

#### IX. **Συνεργασία με την Α΄ Ψυχιατρική Κλινική στο Αιγινήτειο Νοσοκομείο**

- Συνεργασία σε κλινικό, ερευνητικό και εκπαιδευτικό επίπεδο με την κλινική στο αντικείμενο των επώδυνων μυοσκελετικών προβλημάτων στη ψυχογηριατρική. (Συνέλευση Εργαστηρίου Αρ.1/27-09-2019)

#### X. **Συνεργασία με το Εργαστήριο Ανατομίας-Ανατομικής της Ιατρικής Σχολής του ΕΚΠΑ**

- Σύμφωνο συνεργασίας για ερευνητική, εκπαιδευτική και ακαδημαϊκή συνεργασία των Εργαστηρίων. Οργάνωση εκπαιδευτικών δράσεων επιμόρφωσης στο αντικείμενο της ανατομικής.

#### XI. **Συνεργασία με το Πανεπιστήμιο Aalborg της Δανίας**

Εκπαιδευτική συνεργασία σε κοινά εκπαιδευτικά προγράμματα στο αντικείμενο της Διαχείρισης του Πόνου στο Μυοσκελετικό σύστημα. Ενεργοποίηση του προγράμματος Erasmus<sup>+</sup> για την επέκταση της συνεργασίας και σε ερευνητικό επίπεδο, καθώς και σε ανταλλαγή εκπαιδευτικών και φοιτητών.

Εκπαιδευτική παρουσίαση από τον Dr Morten Hoegh ειδικού εκπαιδευτή της EFIC και εκπαιδευτικού του Πανεπιστημίου του Aalborg στο θέμα "Pain management for the physiotherapists" την 21/02/2020.

#### XII. **Συνεργασία με την Κλινική Χειριού και Μικροχειρουργικής Άνω Άκρου του ΚΑΤ**

- Η συνεργασία οικοδομεί την δυνατότητα συνδιοργάνωσης μετεκπαιδευτικού προγράμματος στα προβλήματα ΑΝΩ ΑΚΡΟΥ, βασισμένο στις συστάσεις της European Federation of Societies for Hand Therapy (EFSHT), International Federation of Societies for Hand Therapy (IFSHT) & European Union of Shoulder and Elbow Rehabilitation (EUSSER) με εκπρόσωπο εκ μέρους του ΠΑΔΑ το μέλος Γ.Πέττα (Συνέλευση Εργαστηρίου Αρ.1/27-09-2019)

### 4. **Ερευνητικές δράσεις του Εργαστηρίου**

Το εργαστήριο συμμετέχει ενεργά σε μια σειρά από ερευνητικές μελέτες εν εξελίξει κατά το ακαδημαϊκό έτος 2019-2020, τόσο σε μεταπτυχιακό, προπτυχιακό και διδακτορικό επίπεδο.

#### **Ερευνητικά Προπτυχιακού Επιπέδου**

1. Ερευνητική μελέτη με τίτλο: «Στατικά, δυναμικά και κλινικά στοιχεία κινητικής ανάλυσης στάσης και βάδισης σε επώδυνες μυοσκελετικές καταστάσεις της σπονδυλικής στήλης και ποδιού, στο προσωπικό και τους φοιτητές του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής», Προπτυχιακές Φοιτήτρια, Ε. Σταυριανού, Α. Μπομπώνη, ΕΜΦ, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ.

2. Ερευνητική μελέτη με τίτλο: «Προοπτική πολυκεντρική μελέτη ελέγχου των ψυχομετρικών χαρακτηριστικών του Spinal Appearance Questionnaire (SAQ) σε έφηβες με σκολίωση: μελέτη της εγκυρότητας, αξιοπιστίας, ευαισθησίας και ευκολίας αναπαραγωγής σε Έλληνες ασθενείς», Προπτυχιακή Φοιτήτρια, Μ. Οικονομάκη, ΕΜΦ, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ.

3. Ερευνητική μελέτη με τίτλο: «Στάθμιση στα ελληνικά της κλίμακας Neck Pain and Disability Scale σε ασθενείς με χρόνια αυχενικό πόνο», Προπτυχιακοί Φοιτήτες, Χ.Πετράκης, Α. Πιπινής, Α.Φλεριανός, ΕΜΦ, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ.

4. Δημοσιοποίηση του κειμένου <<Κοινωνικό Στίγμα σχετιζόμενο με τον COVID-19.>>, από τους πόρους της ΙΡΟΡΤ/WCPT σε συνεργασία με το επιστημονικό τμήμα Γηριατρικής Φυσικοθεραπείας του ΠΣΦ (<https://psf.org.gr/et-4-newsdet-221.php>) Μετάφραση και επιμέλεια Γ.Πέττα και η προπτυχιακή φοιτήτρια Μ.Λέχου.

### **Ερευνητικά Μεταπτυχιακού Επιπέδου**

1. Ερευνητική μελέτη με τίτλο: «Σύγκριση δύο μεθόδων θεραπείας στην αποκατάσταση ασθενών με χρόνια μη ειδικής αιτιολογίας οσφυϊκό πόνο: μέθοδος συνήθους φυσικοθεραπείας με επιπρόσθετες ασκήσεις ενδυνάμωσης εναντίον συνήθους φυσικοθεραπείας με επιπρόσθετη άσκηση τροποποιημένου Qi Gong», Υποψήφια Μεταπτυχιακή Φοιτήτρια, Δ. Πλαβούκου, ΕΜΦ, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ.

2. Ερευνητική μελέτη με τίτλο: «Ελληνική Μετάφραση, διαπολιτισμική προσαρμογή και έλεγχος της εγκυρότητας και αξιοπιστίας του ερωτηματολογίου Back Pain Attitudes Questionnaire», Υποψήφια Μεταπτυχιακή Φοιτήτρια, Α. Πολυδώρου, ΕΜΦ, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ.

3. Ερευνητική μελέτη με τίτλο: «Βραχυπρόθεσμες επιδράσεις της νευροεπιστημονικής εκπαίδευσης του πόνου στη συμπεριφορά που σχετίζεται με τον πόνο σε ασθενείς με χρόνια πόνο», Υποψήφια Μεταπτυχιακή Φοιτήτρια, Σ. Βέκιου, ΕΜΦ, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ.

4. Ερευνητική μελέτη με τίτλο: «Έλεγχος της εγκυρότητας και αξιοπιστίας των μετρήσεων του σύντομου ερωτηματολογίου αξιολόγησης μυοσκελετικών τραυματισμών και διαταραχών SMFA σε ασθενείς με σπονδυλικό πόνο», Υποψήφια Μεταπτυχιακή Φοιτήτρια, Α. Χιώνη, ΕΜΦ, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ.

5. Ερευνητική μελέτη με τίτλο: «Διαπολιτισμική προσαρμογή, προσαρμογή και έλεγχος της εγκυρότητας και αξιοπιστίας του ερωτηματολογίου Pain Attitudes Questionnaire», Υποψήφια Μεταπτυχιακή Φοιτήτρια, Γ. Αραπίτσα, ΕΜΦ, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ.

### **Ερευνητικά Διδακτορικού Επιπέδου**

1. Ερευνητική μελέτη με τίτλο: «Η αποτελεσματικότητα της μέθοδου Feldenkrais στη μείωση του πόνου και τη βελτίωση της λειτουργικότητας σε ασθενείς με χρόνια αυχενικό πόνο», Υποψήφιος Διδάκτωρ Χ. Σκορδής, ΕΜΦ, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ

2. Ερευνητική μελέτη με τίτλο: «Μελέτη της επίδρασης ενός φυσικοθεραπευτικού προγράμματος βελονισμού και προσαρμοσμένης άσκησης Qi Gong σε σύγκριση με ένα φυσικοθεραπευτικό πρόγραμμα βελονισμού και συνήθους άσκησης σε ασθενείς με χρόνια οσφυαλγία: Κλινική τυχαιοποιημένη δοκιμή», Υποψήφιος Διδάκτωρ Σ. Σωτηρόπουλος, ΕΜΦ, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΠΑΔΑ

## 5. Απόκτηση Ερευνητικού Εξοπλισμού

1. Δωρεά μηχανήματος BIOMETRICS, αξιολόγησης και αποκατάστασης άκρας χειρός από το Νοσοκομείο St.George, Hand Therapy Dpt, London, UK. Το μηχάνημα παραχωρήθηκε για ερευνητικούς και εκπαιδευτικούς σκοπούς, μετά από σχετική διερεύνηση και επικοινωνία της κ.Πέττα με το προαναφερόμενο νοσοκομείο και την επισήμανση ότι θα διευκολύνονται οι συμμετέχοντες στο πρόγραμμα μετεκπαίδευσης του τμήματος ΑΝΩ ΑΚΡΟΥ της Ελληνικής Επιστημονικής Εταιρείας Φυσικοθεραπείας, μέλους της EFSHT & IFSHT(Συνέλευση Εργαστηρίου Αρ.1/27-09-2019)

Αθήνα 1 Σεπτεμβρίου 2020,

Εκ μέρους των μελών του Εργαστηρίου Μυοσκελετικής Φυσικοθεραπείας,

Ο Διευθυντής του Εργαστηρίου

Καθηγητής Γ. Γεωργούδης

