



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ  
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΝΟΙΑΣ  
ΤΜΗΜΑ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

1<sup>η</sup> ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ  
ΗΜΕΡΙΔΑ ΤΟΥ ΠΜΣ

«ΝΕΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ ΣΤΗ  
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ»



**ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ ΚΑΙ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ**

Ανάπτυξη - Διατήρηση - Επανάκτηση

8 Ιανουαρίου 2020— Ώρα έναρξης 9.00

Συνεδριακό Κέντρο

«ΠΕΡΙΚΛΗΣ ΛΥΤΡΑΣ»

Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής

Φυσικοθεραπεία



Ποιότητα ζωής

## Φυσικοθεραπεία & Ποιότητα Ζωής

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (World Health Organisation) και την Παγκόσμια Οργάνωση Φυσικοθεραπείας (World Confederation for Physical Therapy):

Η ποιότητα της ζωής αφορά την αντίληψη του ατόμου για τη θέση του στη ζωή, λαμβάνοντας υπόψη το πλαίσιο του πολιτισμού και των αξιακών συστημάτων στα οποία ζει καθώς και τους στόχους, τις προσδοκίες, τα πρότυπα και τις ανησυχίες του. Πρόκειται για μια ευρεία έννοια που επηρεάζεται με πολύπλοκο τρόπο από παράγοντες όπως η σωματική υγεία του ατόμου, η ψυχολογική κατάσταση, οι προσωπικές πεποιθήσεις, οι κοινωνικές σχέσεις, και η σχέση που αυτοί έχουν με τα κυριότερα χαρακτηριστικά του περιβάλλοντος.

Η επιστήμη της φυσικοθεραπείας ασχολείται με την αναγνώριση των χαρακτηριστικών της ποιότητας ζωής του ανθρώπου και τη βελτιστοποίησή της μέσω των εργαλείων και μεθόδων προαγωγής, πρόληψης, θεραπευτικής παρέμβασης και αποκατάστασης που διαθέτει.

Παράλληλα αποτελεί αδιάσπαστο κομμάτι της σύγχρονης ανθρωποκεντρικής προσέγγισης του ασθενή, που σε συνεργασία με τις διάφορες λοιπές ειδικότητες του χώρου της υγείας, προσφέρει προοπτικές προς τους ασθενείς για την αύξηση της λειτουργικότητας, επάνοδο στην καθημερινότητα και βελτίωση της ποιότητας ζωής τους.

### Μεταπτυχιακό Μάθημα

«Σεμινάριο Φυσικοθεραπείας»

Ακαδ. Έτος 2019-20

## ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΗΜΕΡΙΔΑΣ

<b>Πρόεδρος:</b>	Αθηνά Γεωργακή
<b>Αντιπρόεδρος:</b>	Σαββίνα Βέκιου
<b>Γραμματέας:</b>	Παναγιώτης Σαμαράς
<b>Ταμίας :</b>	Ελένη Σμυρλή

### ΜΕΛΗ

Νικολέττα Αθανασοπούλου	Κυριακή Αραπίτσα
Χρήστος Αναγνώστης	Ιωάννα Κανά
Ευριπίδης Διαμαντής	Παναγιώτα Κονιδάρη
Αγγελίνα Κλαδούχου	Σταμάτης Μιχαηλίδης
Γιώργος Κωνσταντινόπουλος	Δανάη Παπαδημητροπούλου
Βασίλειος Μπρισίμης	Θεοδώρα Πλαβούκου
Σοφία Παπαδοπούλου	Παναγιώτα Τσιώνου
Άννα Σταμούλη	Αναστασία Χιώνη
Ελένη Χέλμη	

#### **Υπεύθυνη Δημοσίων Σχέσεων:**

Παρασκευή Μεντζέλου

#### **Υπεύθυνη Ηλεκτρονικής Προβολής:**

Ηλιάνα Ασβεστά

#### **Υπεύθυνοι Εκτυπώσεων:**

Αγγελική Αλεξίου, Ασπασία Πολυδώρου

## ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΗΜΕΡΙΔΑΣ

*Γεωργούδης Γεώργιος*, Καθηγητής

*Γιόφτσος Γεώργιος*, Καθηγητής

*Γραματοπούλου Ειρήνη*, Καθηγήτρια

*Παπανδρέου Μαρία*, Καθηγήτρια

*Σακελλάρη Βασιλική*, Καθηγήτρια

# ΘΕΜΑΤΟΛΟΓΙΑ

## Μένουμε Γεροί και Όχι Γέροι

Είναι η αντιμετώπιση των κοινών παθήσεων της Γ' ηλικίας κοινή;

## Εγώ και ο Φίλος μου ο Χρόνιος Πόνος

Η εμφάνιση του πόνου και η βέλτιστη αντιμετώπισή του.

## Αυτοδιαχείριση και Νευρικό Σύστημα

Η πρόκληση της καθημερινότητας για τον νευρολογικό ασθενή.

## Για μια Δυναμική και Υγιή Γυναίκα

Συζήτηση για το ισχυρό «ασθενές φύλο».

## Προβλήματα Εργασιακού Περιβάλλοντος

Εργονομικές παρεμβάσεις για την αύξηση της αποδοτικότητας στην εργασία.

## Ειδικά θέματα

Κάθε πρόβλημα έχει και μία λύση.

## Φυσικοθεραπεία



## Ποιότητα ζωής

## Μήνυμα Προέδρου Οργανωτικής Επιτροπής

Αγαπητές/οι συνάδελφοι και φίλες/φίλοι,  
Έχοντας την τιμή να εκπροσωπώ την οργανωτική επιτροπή, σας καλωσορίζω στην 1η Επιστημονική Ημερίδα του ΠΜΣ «ΝΕΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ ΣΤΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ» του τμήματος Φυσικοθεραπείας του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής, με θέμα: «Φυσικοθεραπεία & Ποιότητα ζωής: Ανάπτυξη, Διατήρηση, Επανάκτηση».

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, υγεία είναι η πλήρης σωματική, ψυχική και κοινωνική ευεξία και όχι μόνο η έλλειψη νόσου ή αναπηρίας, στα οποία κατέχει ιδιαίτερα σημαντικό και επιβεβλημένο ρόλο ο φυσικοθεραπευτής. Λαμβάνοντας υπόψη όλες τις σύγχρονες τάσεις και εξελίξεις στην επιστήμη της φυσικοθεραπείας, η 1η Επιστημονική Ημερίδα, θα έχει ως βασικό άξονα την ανακούφιση των συμπτωμάτων των ασθενών και τη βελτίωση του επιπέδου ποιότητας ζωής τους. Για να ακουστεί ο ενθουσιασμός των νέων και προσπαθώντας να διαισθανθούμε το μέλλον, καλούνται και προπτυχιακοί φοιτητές του τμήματος φυσικοθεραπείας να λάβουν μέρος τόσο στην παρακολούθηση όσο και στην συν-διοργάνωση της εκδήλωσης αυτής.

Σκοπός μας ως φυσικοθεραπευτές, είναι η ανάπτυξη μιας αμοιβαίας σχέσης συνεργασίας με τους ασθενείς για την πλήρη και αποτελεσματική αντιμετώπιση των προβλημάτων τους, διατηρώντας τη σχετιζόμενη με την υγεία ποιότητα ζωής τους. Η συνεχής επανεκπαίδευση των ασθενών μας να αυτό-διαχειρίζονται τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν σε συνδυασμό με τις φυσιοθεραπευτικές παρεμβάσεις, σαφώς τους καθιστά ικανούς να πραγματοποιούν τις καθημερινές δραστηριότητές τους.

Ευελπιστούμε ότι με τις προσπάθειες όλων μας για την άρτια διεξαγωγή αυτής της ξεχωριστής εκδήλωσης και τη δική σας δυναμική και τιμητική παρουσία και συμμετοχή η φετινή ημερίδα θα αποτελέσει ορόσημο στην απαρχή της διοργάνωσης.

Σας περιμένουμε όλους και σας ευχαριστούμε εκ των προτέρων για τη συμμετοχή σας.

Γεωργακή Αθηνά

# ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

## ΤΟΠΟΣ & ΧΡΟΝΟΣ

Η Ημερίδα θα πραγματοποιηθεί στις 8 Ιανουαρίου 2020, στο Συνεδριακό Κέντρο «Περικλής Λύτρας», στην Πανεπιστημιούπολη Άλσους Αιγάλεω του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής στο Αιγάλεω και ώρα έναρξης 9.00.

## ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ— ΕΓΓΡΑΦΕΣ

Η Είσοδος είναι Ελεύθερη.

Λόγω της περιορισμένης χωρητικότητας του αμφιθεάτρου και για τον καλύτερο συντονισμό, παρακαλούμε πολύ, δηλώστε συμμετοχή στη Γραμματεία της Ημερίδας στο email **masterphys@uniwa.gr** ή στο τηλέφωνο **210 5385117** στην κ. Ζωή Ματθαίου (Δευτέρα, Τετάρτη, Πέμπτη, Παρασκευή, 10.00—13.00).

Εναλλακτικά, μπορείτε να εγγραφείτε πριν από την έναρξη των εργασιών της Ημερίδας, την Τετάρτη, 8 Ιανουαρίου 2020, από τις 09<sup>00</sup> – 11<sup>00</sup>, στην Γραμματεία της Ημερίδας, που θα είναι εγκατεστημένη στον χώρο του αμφιθεάτρου.

Στο υλικό συμμετοχής περιλαμβάνεται το αναλυτικό πρόγραμμα με τις περιλήψεις των εργασιών και πιστοποιητικό παρακολούθησης.

### Αναλυτικές πληροφορίες

Σχετικά με το πρόγραμμα του Συνεδρίου, πληροφορίες υπάρχουν στην ιστοσελίδα του Τμήματος, του Π.Μ.Σ και το facebook της ημερίδας.

<http://masterphys.uniwa.gr>

