

ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ



ARISTOTLE
UNIVERSITY OF
THESSALONIKI

ΤΜΗΜΑ ΙΑΤΡΙΚΗΣ – ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
Διατμηματικό Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών
Αθληση και Υγεία

SCHOOL OF MEDICINE – SCHOOL OF PHYSICAL EDUCATION & SPORTS
SCIENCE
ARISTOTLE UNIVERSITY OF THESSALONIKI
Inter School Graduate Program
Sport and Health

Τηλ +30 2313-323702, Fax +30 2310-991564
www.master-sport-health.gr

Αναλυτικό πρόγραμμα μαθημάτων Γ' εξαμήνου Ακαδημαϊκό έτος 2020-2021

Κατεύθυνση: Αθλητιατρική

[ΜΕ027: Διατροφή Αθλουμένων – Εργογόνα Βοηθήματα](#)

[ΜΕ028: Καρδιολογία - Παθολογία Αθλουμένων](#)

Κατεύθυνση: Άσκηση και Σωματική υγεία

[ΜΕ029: Πρόληψη – Εκτίμηση – Διάγνωση και Αντιμετώπιση Αθλητικών κακώσεων](#)

[ΜΕ030: Φυσική Επαναδραστηριοποίηση ασθενών με χρόνιες παθήσεις](#)



ΜΕ027: Διατροφή Αθλουμένων – Εργογόνα Βοηθήματα (ΜΕ027)

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ: ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΚΟΥΤΛΙΑΝΟΣ

Διαδικτυακά μαθήματα μέσω eLearning, Πέμπτη 15:00-17:30

| ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ | ΜΑΘΗΜΑ |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 05/11/2020 | 1. Γνωριμία. Περιεχόμενο και απαιτήσεις του μαθήματος <i>N. Κουτλιάνος</i> |
| 12/11/2020 | 2. Αθλητική διατροφή <i>N. Κουτλιάνος</i> |
| 19/11/2020 | 3. Διατροφή σε αθλητές με ειδικές ανάγκες <i>E. Κοϊδου</i> |
| 26/11/2020 | 4. Νόμιμα διατροφικά συμπληρώματα στον αθλητισμό (Γενική θεώρηση) <i>E. Κοϊδου</i> |
| 03/12/2020 | 5. Επίδραση της χρήσης νομίμων εργογόνων συμπληρωμάτων στην αθλητική απόδοση <i>N. Κουτλιάνος</i> |
| 10/12/2020 | 6. Ντόπινγκ <i>N. Κουτλιάνος</i> |
| 17/12/2020 | 7. Διατροφικές διαταραχές αθλητών <i>E. Κοϊδου</i> |
| 14/01/2021 | 8. Ταξιδιωτική αθλητική διατροφή <i>E. Κοϊδου</i> |
| 21/01/2021 | 9. Επίδραση της χρήσης απαγορευμένων ουσιών και μεθόδων στην απόδοση <i>N. Κουτλιάνος</i> |
| 28/01/2021 | 10. Επίδραση της χρήσης απαγορευμένων ουσιών και μεθόδων στην υγεία <i>N. Κουτλιάνος</i> |
| 04/02/2021 | 11. Παρουσίαση εργασιών – Νεότερα ερευνητικά δεδομένα <i>N. Κουτλιάνος</i> |
| 11/02/2021 | 12. Παρουσίαση εργασιών – Νεότερα ερευνητικά δεδομένα <i>N. Κουτλιάνος</i> |
| 18/02/2021 | 13. Σύνοψη μαθήματος <i>N. Κουτλιάνος</i> |



Καρδιολογία - Παθολογία Αθλουμένων (ΜΕ028)

ΥΠΕΥΘΥΝΗ: ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΚΟΥΙΔΗ

Διαδικτυακά μαθήματα: Πέμπτη 17:30-19:30

Ο κάθε διδάσκων θα επιλέγει πλατφόρμα και θα ανακοινώνει το link του μαθήματός του στο eLearning.
Το PDF και άρθρα-υλικό κάθε διάλεξης θα ανεβαίνουν στο eLearning στο folder της

| | | | |
|-----|-------|-------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| 1. | 05/11 | Παράδοξο της άθλησης: Από την πρόληψη σε διαταραχές στην υγεία | Ε. Κουιδή |
| 2. | 12/11 | Καρδιαγγειακές διαταραχές στην άθληση | Ε. Κουιδή |
| 3. | 19/11 | Οδηγίες για άσκηση σε αθλητές με καρδιοπάθειες | Α. Δεληγιάννης |
| 4. | 26/11 | e-καρδιολογία στον αθλητισμό | Θ. Σαμαράς |
| 5. | 3/12 | Αρρυθμίες και άσκηση | Β. Βασιλικός |
| 6. | 10/12 | Νευρολογικές διαταραχές στην άθληση - Επιληψία | Δ. Κάζης |
| 7. | 17/12 | Βρογχικό άσθμα και άθληση | Α. Πατάκα |
| 8. | 14/1 | Αθληρωμάτωση και άσκηση | Α. Δεληγιάννης |
| 9. | 21/1 | Ανοσοποιητικό σύστημα και άσκηση- συχνά λοιμώδη νοσήματα σε αθλούμενους | Σ. Μεταλλίδης |
| 10. | 28/1 | Διαταραχές του αιμοποιητικού στην άθληση | Μ. Οικονόμου |
| 11. | 4/02 | Αφυδάτωση-ηλεκτρολυτικές διαταραχές κατά την άθληση- οξεία νεφρική ανεπάρκεια | Β. Λιακόπουλος |
| 12. | 11/02 | Διαταραχές του μεταβολισμού στην άθληση | Α. Καπράρα |
| 13. | 18/02 | Άλλες διαταραχές - Σύνοψη | Ε. Κουιδή |

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. CoscaD, NavazioF. CommonProblems in Endurance Athletes. Am Fam Physician 2007;76:237-44.
2. Borjesson M, Urhausen A, Kouidi E, et al. Cardiovascular evaluation of middle-aged/senior individuals engaged in leisure-time sport activities: position stand from the sections of exercise physiology and sports cardiology of the European Association of Cardiovascular Prevention and Rehabilitation. Eur J CardiovascPrevRehabil 2011; 18(3):446-58
3. Deligiannis AP, Kouidi EJ, Koutlianos NA, Karagiannis V, Anifanti MA, Tsoarbatzoglou K, Farmakis D, Avgerinos C, Mameletzi DN, Samara AP. Eighteen years' experience applying old and current strategies in the pre-participation cardiovascular screening of athletes. Hellenic J Cardiol 2014; 55(1):32-41.
4. Pagourelis ED, Kouidi E, Efthimiadis GK, Deligiannis A, Geleris P, Vassilikos V. Right atrial and ventricular adaptations to training in male Caucasian athletes: an echocardiographic study. J Am Soc Echocardiogr 2013;26(11):1344-52.
5. Engebretsen L, Soligard T, Steffen K, et al. Sports injuries and illnesses during the London Summer Olympic Games 2012 Br J Sports Med 2013;47:407-414.
6. de Oliveira EP, Burini RC, Jeukendrup A. Gastrointestinal Complaints During Exercise: Prevalence, Etiology, and Nutritional Recommendations. Sports Med 2014; 44 (Suppl 1):S79-S85
7. Bussotti M, Di Marco S, Marchese G. Respiratory disorders in endurance athletes – how much do they really have to endure? Open Access J Sports Med. 2014; 5: 47-63
8. Dempsey J, Morgan B. Humans In Hypoxia: A Conspiracy Of Maladaptation?! Physiology 2015; 30:304-316
9. Christou GA, Kouidi EJ, Anifanti MA, Sotiriou PG, Deligiannis AP. A novel strategy for evaluating tilt test in athletes with syncope. Eur J PrevCardiol 2016; 23(9):1003-10.
10. Christou GA, Kouidi EJ, Anifanti MA, Sotiriou PG, Koutlianos NA, Deligiannis AP. Pathophysiological mechanisms of noncardiac syncope in athletes. Int J Cardiol 2016;224:20-26
11. Simon M, Rice S, Purcell R, De Silva S, Mawren D, McGorry P, Parker A. The Mental Health of Elite Athletes: A Narrative Systematic Review. Sports Med 2016; 46:1333-1353



SCHOOL OF MEDICINE – SCHOOL OF PHYSICAL EDUCATION & SPORTS
SCIENCE
ARISTOTLE UNIVERSITY OF THESSALONIKI
Inter School Graduate Program
Sport and Health

Τηλ +30 2313-323702, Fax +30 2310-991564
www.master-sport-health.gr

Πρόληψη – Εκτίμηση – Διάγνωση και Αντιμετώπιση Αθλητικών κακώσεων (ΜΕ029)

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ: ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΑΝΑΣΤΑΣΟΠΟΥΛΟΣ

Διαδικτυακά μαθήματα (οι φοιτητές θα ενημερώνονται με email) Παρασκευή 15:00-18:00

| Μάθημα | Ημερομηνία | Θέμα | Διδάσκων |
|-----------------|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| 1 ^ο | Παρασκευή 06/11/2020 | Εκτίμηση αθλητικών κακώσεων: ιστορικό, μηχανισμός, κλινική εξέταση, εύρος κίνησης, απεικόνιση | κ. Νάτσης Κων/νος (3 ώρες) |
| 2 ^ο | Παρασκευή 13/11/2020 | Εκτίμηση κακώσεων ωμικής ζώνης και βραχίονα | κ. Νάτσης Κων/νος (3 ώρες) |
| 3 ^ο | Παρασκευή 20/11/2020 | Εκτίμηση αγκώνα και αντιβραχίου | κ. Νάτσης Κων/νος (3 ώρες) |
| 4 ^ο | Παρασκευή 27/11/2020 | Εκτίμηση κακώσεων σπονδυλικής στήλης (αυχενική, θωρακική, οσφυϊκή μοίρα) | κ. Αναστασόπουλος Νικόλαος (3 ώρες) |
| 5 ^ο | Παρασκευή 04/12/2020 | Εκτίμηση κακώσεων οφθαλμικού κόγχου Εκτίμηση κακώσεων προσώπου, οφθαλμών, ρινός, και ωτός | κ. Μπομπορίδης Κων/νος (1 ώρα) κ. Λαζαρίδης Νικόλαος (2 ώρες) |
| 6 ^ο | Παρασκευή 11/12/2020 | Εκτίμηση κακώσεων πηχεοκαρπικής και χεριού | κ. Δίτσιος Κων/νος (3 ώρες) |
| 7 ^ο | Παρασκευή 18/12/2020 | Εκτίμηση κακώσεων γόνατος και κνήμης | κ. Νάτσης Κων/νος (3 ώρες) |
| 8 ^ο | Παρασκευή 15/01/2021 | Πρόληψη των κακώσεων στον αθλητισμό | κ. Νάτσης Κων/νος (3 ώρες) |
| 9 ^ο | Παρασκευή 22/01/2021 | Εκτίμηση κρανιοεγκεφαλικών κακώσεων | κ. Τσονίδης Χρήστος (3 ώρες) |
| 10 ^ο | Παρασκευή 29/01/2021 | Εκτίμηση κακώσεων πυέλου, ισχίου και μηρού | κ. Αναστασόπουλος Νικόλαος (3 ώρες) |
| 11 ^ο | Παρασκευή 05/02/2021 | Εκτίμηση θώρακα, κοιλίας | κ. Παραμυθιώτης Δανιήλ (3 ώρες) |
| 12 ^ο | Παρασκευή 12/02/2021 | Εκτίμηση κακώσεων ποδοκνημικής και ποδιού | κ. Αναστασόπουλος Νικόλαος (3 ώρες) |
| 13 ^ο | Παρασκευή 19/02/2021 | Εκτίμηση μυϊκών κακώσεων | κ. Νάτσης Κων/νος (3 ώρες) |



SCHOOL OF MEDICINE – SCHOOL OF PHYSICAL EDUCATION & SPORTS
SCIENCE
ARISTOTLE UNIVERSITY OF THESSALONIKI
Inter School Graduate Program
Sport and Health

Τηλ +30 2313-323702, Fax +30 2310-991564
www.master-sport-health.gr

Φυσική Επαναδραστηριοποίηση ασθενών με χρόνιες παθήσεις (ΜΕ030)

ΥΠΕΥΘΥΝΗ: ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΚΟΥΙΔΗ

Διαδικτυακά μαθήματα: Τετάρτη 18:00-20:00

Ο κάθε διδάσκων θα επιλέγει πλατφόρμα και θα ανακοινώνει το link του μαθήματός του στο eLearning.
Το PDF και άρθρα-υλικό κάθε διάλεξης θα ανεβαίνουν στο eLearning στο folder της

| Αρ. | Ημερομηνία | Θέμα εισήγησης | Διδάσκων |
|-----|------------|--------------------------------------------------------------------|----------------|
| 1 | 4/11 | Ένταξη ασθενών στα προγράμματα αποκατάστασης | Ε. Κουϊδή |
| 2 | 11/11 | Εκτίμηση λειτουργικής ικανότητας ασθενών | Ε. Κουϊδή |
| 3 | 18/11 | Προγράμματα γύμνασης ασθενών με καρδιαγγειακά νοσήματα | Ε. Κουϊδή |
| 4 | 25/11 | Θεραπευτική γυμναστική: παρελθόν παρόν και μέλλον | Α. Δεληγιάννης |
| 5 | 2/12 | Προγράμματα γύμνασης ασθενών με μεταβολικό σύνδρομο | Ε. Κουϊδή |
| 6 | 9/12 | Προγράμματα γύμνασης ασθενών με κακοήθειες | Δ. Μαμελετζή |
| 7 | 16/12 | Προγράμματα γύμνασης σε άτομα με αισθητηριακές διαταραχές | Ε. Φωτιάδου |
| 8 | 13/1 | Προγράμματα γύμνασης ασθενών με πνευμονοπάθειες | Ν. Κουτλιάνος |
| 9 | 20/1 | Άσκηση και σακχαρώδης διαβήτης | Κ. Κώτσα |
| 10 | 27/1 | Άσκηση και αρτηριακή υπέρταση | Α. Δεληγιάννης |
| 11 | 3/2 | Προγράμματα γύμνασης ασθενών με ΧΝΝ | Ε. Κουϊδή |
| 12 | 10/2 | Σύγχρονες εφαρμογές της πληροφορικής στα προγράμματα αποκατάστασης | Α. Δεληγιάννης |
| 13 | 17/2 | Προγράμματα γύμνασης ασθενών με παχυσαρκία | Ε. Κουϊδή |

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Kouidi E, Grekas D, Deligiannis A. Effects of exercise training on noninvasive cardiac measures in patients undergoing long-term hemodialysis: a randomized controlled trial. Am J Kidney Dis 2009; 54: 511-21
2. Kouidi E, Karagiannis V, Grekas D, et al. Depression, heart rate variability and exercise training in dialysis patients. European Journal of Cardiovascular Prevention and Rehabilitation 2010; 17(2):160-7.
3. Koufaki P, Kouidi E. Current best evidence recommendations on measurement and evaluation of Physical Functioning in People with Chronic Kidney Disease (CKD). Sports Medicine 2010; 40(12):1055-74
4. Vanhees L, De Sutter J, Geladas N, Doyle F, Cornelissen V, Kouidi E, et al. Importance of characteristics and modalities of physical activity and exercise in defining the benefits to cardiovascular health within the general population: recommendations from the EACPR (Part I). European Journal of Preventive Cardiology 2012; 19 (4): 670-686
5. Vanhees L, Geladas N, Hansen D, Kouidi E, et al. Importance of characteristics and modalities of physical activity and exercise in the management of cardiovascular health in individuals with cardiovascular risk factors: recommendations from the EACPR (Part II). European Journal of Preventive Cardiology 2012; 19 (5): 1005-1033



SCHOOL OF MEDICINE – SCHOOL OF PHYSICAL EDUCATION & SPORTS
SCIENCE
ARISTOTLE UNIVERSITY OF THESSALONIKI
Inter School Graduate Program
Sport and Health

Τηλ +30 2313-323702, Fax +30 2310-991564
www.master-sport-health.gr

6. Kouidi E, Vergoulas G, Anifanti M, et al. A randomized controlled trial of exercise training on cardiovascular and autonomic function among renal transplant recipients. *Nephrol Dial Transplant* 2013, 28: 1294-305
7. Van Craenenbroeck AH, Van Craenenbroeck EM, Kouidi E, Vrints CJ, Couttenye MM, Conraads VM. Vascular effects of exercise training in CKD: current evidence and pathophysiological mechanisms. *Clin J Am Soc Nephrol* 2014;9(7):1305-18.
8. Kaltsatou A, Kouidi E, Fountoulakis K, Sipka C, Theochari V, Kandyli D, Deligiannis A. Effects of exercise training with traditional dancing on functional capacity and quality of life in patients with schizophrenia: a randomized controlled study. *Clin Rehabil* 2015; 29(9):882-91.
9. Van Craenenbroeck AH, Van Craenenbroeck EM, Van Ackeren K, Vrints CJ, Conraads VM, Verpooten GA, Kouidi E, Couttenye MM. Effect of Moderate Aerobic Exercise Training on Endothelial Function and Arterial Stiffness in CKD Stages 3-4: A Randomized Controlled Trial. *Am J Kidney Dis* 2015;66(2):285-96.
10. Clyne N, Hellberg M, Kouidi E, Deligiannis A, Höglund P. Relationship between declining GFR and measures of cardiac and vascular autonomic neuropathy. *Nephrology* 2016; 21(12):1047-1055
11. Vordos Z, Kouidi E, Mavrovouniotis F, Metaxas T, Dimitros E, Kaltsatou A, Deligiannis A. Impact of traditional Greek dancing on jumping ability, muscular strength and lower limb endurance in cardiac rehabilitation programmes. *Eur J Cardiovasc Nurs* 2017; 16(2):150-156
12. Hansen D, Dendale P, Coninx K, Vanhees L, Piepoli MF, Niebauer J, Cornelissen V, Pedretti R, Geurts E, Ruiz GR, Corrà U, Schmid JP, Greco E, Davos CH, Edelmann F, Abreu A, Rauch B, Ambrosetti M, Braga SS, Barna O, Beckers P, Bussotti M, Fagard R, Faggiano P, Garcia-Porrero E, Kouidi E, Lamotte M, Neunhäuserer D, Reibis R, Spruit MA, Stettler C, Takken T, Tonoli C, Vigorito C, Völler H, Doherty P. The European Association of Preventive Cardiology Exercise Prescription in Everyday Practice and Rehabilitative Training (EXPERT) tool: A digital training and decision support system for optimized exercise prescription in cardiovascular disease. Concept, definitions and construction methodology. *Eur J Prev Cardiol.* 2017;24(10):1017-1031