

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](http://www.master-sport-health.gr)

## Αναλυτικό πρόγραμμα μαθημάτων Γ' εξαμήνου Ακαδημαϊκό έτος 2022-2023

Κατεύθυνση: Αθλητιατρική

[ME027: Διατροφή Αθλουμένων – Εργογόνα Βοηθήματα](#)

[ME028: Καρδιολογία - Παθολογία Αθλουμένων](#)

Κατεύθυνση: Άσκηση και Σωματική υγεία

[ME029: Πρόληψη – Εκτίμηση – Διάγνωση και Αντιμετώπιση Αθλητικών κακώσεων](#)

[ME030: Φυσική Επαναδραστηριοποίηση ασθενών με χρόνιες παθήσεις](#)



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

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ: ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΚΟΥΤΛΙΑΝΟΣ

Τα μαθήματα θα πραγματοποιηθούν δια ζώσης και μέσω της ιστοσελίδας e-learning του μαθήματος.

\* Δια ζώσης: Εγκαταστάσεις ΤΕΦΑΑ ΑΠΘ Θέρμης, Γυάλινο κτίριο, ισόγειο, Αίθουσα III

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ	ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ	ΜΑΘΗΜΑ
03/11/2022	Δια ζώσης	Γνωριμία. Περιεχόμενο και απαιτήσεις του μαθήματος <b>N. Κουτλιάνος</b>
10/11/2022	Δια ζώσης	Αθλητική διατροφή <b>N. Κουτλιάνος</b>
24/11/2022	Δια ζώσης	Ντόπινγκ <b>N. Κουτλιάνος</b>
01/12/2022	Δια ζώσης	Νόμιμα διατροφικά συμπληρώματα στον αθλητισμό (Γενική θεώρηση) <b>E. Κοϊδου</b>
08/12/2022	e-learning	Διατροφή σε αθλητές με ειδικές ανάγκες <b>E. Κοϊδου</b>
15/12/2022	Δια ζώσης	Επίδραση της χρήσης νομίμων εργογόνων συμπληρωμάτων στην αθλητική απόδοση <b>N. Κουτλιάνος</b>
22/12/2022	e-learning	Διατροφικές διαταραχές αθλητών <b>E. Κοϊδου</b>
12/01/2023	Δια ζώσης	Ειδικές καταστάσεις στην αθλητική διατροφή <b>E. Κοϊδου</b>
19/01/2023	Δια ζώσης	Επίδραση της χρήσης απαγορευμένων ουσιών και μεθόδων στην απόδοση <b>N. Κουτλιάνος</b>
26/01/2023	Δια ζώσης	Επίδραση της χρήσης απαγορευμένων ουσιών και μεθόδων στην υγεία <b>N. Κουτλιάνος</b>
02/02/2023	Δια ζώσης	Παρουσίαση εργασιών – Νεότερα ερευνητικά δεδομένα <b>N. Κουτλιάνος</b>
09/02/2023	Δια ζώσης	Παρουσίαση εργασιών – Νεότερα ερευνητικά δεδομένα <b>N. Κουτλιάνος</b>
16/02/2023	Δια ζώσης	Σύνοψη μαθήματος <b>N. Κουτλιάνος</b>
23/02/2023		Εξετάσεις

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](http://www.master-sport-health.gr)

1. Adami PE, Koutlianos N, Baggish A, et al. Cardiovascular effects of doping substances, commonly prescribed medications and ergogenic aids in relation to sports: a position statement of the sport cardiology and exercise nucleus of the European Association of Preventive Cardiology. *Eur J Prev Cardiol*, 29(3): 559-575, 2022. doi:10.1093/eurjpc/zwab198.
2. Deligiannis A, Björnstad H, Carre F, et al. ESC Study Group of Sports Cardiology Position Paper on adverse cardiovascular effects of doping in athletes. *Eur J Cardiovasc Prev Rehabil* 13: 687-694, 2006.
3. Gurley BJ, Steelman SC, Thomas SL. Multi-ingredient, caffeine-containing dietary supplements: history, safety, and efficacy. *Clin Ther* 37: 275-301, 2015.
4. La Gerche A, Brosnan MJ. Cardiovascular Effects of Performance-Enhancing Drugs. *Circulation* 135: 89-99, 2017.
5. Maughan RJ, Burke LM, Dvorak J, et al. IOC consensus statement: dietary supplements and the high-performance athlete. *Br J Sports Med* 52: 439-55, 2018.
6. World Anti-Doping Code. WADA, 2021.

#### **Συναφή επιστημονικά περιοδικά**

International Journal of Sports Nutrition and Exercise Metabolism

Medicine and Science in Sports and Exercise

European Journal of Applied Physiology

Journal of Applied Physiology

#### **Ηλεκτρονικές πηγές**

[www.pubmed.com](http://www.pubmed.com)

[www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org)

[www.eskan.gr](http://www.eskan.gr)

[www.acsm.org](http://www.acsm.org)

[www.nutrition.org](http://www.nutrition.org)



## Καρδιολογία - Παθολογία Αθλουμένων (ME028)

ΥΠΕΥΘΥΝΗ: ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΚΟΥΙΔΗ

Πέμπτη 17:30-19:30

ΤΕΦΑΑ ΘΕΡΜΗΣ Γυάλινο Κτίριο, ισόγειο, αίθουσα III

Το PDF και άρθρα-υλικό κάθε διάλεξης θα ανεβαίνουν στο eLearning του μαθήματος στο folder της

1.	03/11	Παράδοξο της άθλησης: Από την πρόληψη σε διαταραχές στην υγεία	Ε. Κουιδή
2.	10/11	Καρδιαγγειακές διαταραχές στην άθληση	Ε. Κουιδή
3.	24/11	Οδηγίες για άσκηση σε αθλητές με καρδιοπάθειες	Α. Δεληγιάννης
4.	01/12	Αρρυθμίες και άσκηση	Β. Βασιλικός
5.	8/12	e-καρδιολογία στον αθλητισμό	Θ. Σαμαράς
6.	15/12	Αθληρωμάτωση και άσκηση	Α. Δεληγιάννης
7.	22/12	Βρογχικό άσθμα και άθληση	Α. Πατάκα
8.	12/01	Νευρολογικές διαταραχές στην άθληση - Επιληψία	Δ. Κάζης
9.	19/01	Αισθητηριακές διαταραχές και άθληση	Ε. Φωτιάδου
10.	26/01	Διαταραχές του αιμοποιητικού στην άθληση	Μ. Οικονόμου
11.	02/02	Αφυδάτωση-ηλεκτρολυτικές διαταραχές κατά την άθληση- οξεία νεφρική ανεπάρκεια	Β. Λιακόπουλος
12.	09/02	Διαταραχές του μεταβολισμού στην άθληση	Α. Καπράρα
13	16/02	Άλλες διαταραχές - Σύνοψη	Ε. Κουιδή
	23/02	ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ	

### ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Cosca D, Navazio F. Common Problems 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 Cardiovasc Prev Rehabil 2011; 18(3):446-58
3. Deligiannis AP, Kouidi EJ, Koutlianos NA, Karagiannis V, Anifanti MA, Tsozbatzoglou 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 Prev Cardiol 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



## Πρόληψη – Εκτίμηση – Διάγνωση και Αντιμετώπιση Αθλητικών κακώσεων (ME029)

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ: ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΑΝΑΣΤΑΣΟΠΟΥΛΟΣ

Εργαστήριο Ανατομίας και Χειρουργικής Ανατομίας, τμήμα Ιατρικής ΑΠΘ  
Κάθε Παρασκευή 15:00

Μάθημα	Ημερομηνία	Θέμα	Διδάσκων
1 <sup>ο</sup>	Παρασκευή 04/11/22	Εκτίμηση αθλητικών κακώσεων: ιστορικό, μηχανισμός, κλινική εξέταση, εύρος κίνησης, απεικόνιση	κ. Νάτσης Κων/νος (3 ώρες)
2 <sup>ο</sup>	Παρασκευή 11/11/22	Εκτίμηση κακώσεων ωμικής ζώνης και βραχίονα	κ. Νάτσης Κων/νος (3 ώρες)
3 <sup>ο</sup>	Παρασκευή 18/11/22	Εκτίμηση αγκώνα και αντιβραχίου	κ. Νάτσης Κων/νος (3 ώρες)
4 <sup>ο</sup>	Παρασκευή 25/11/22	Εκτίμηση κακώσεων σπονδυλικής στήλης (αυχενική, θωρακική, οσφυϊκή μοίρα)	κ. Αναστασόπουλος Νικόλαος (3 ώρες)
5 <sup>ο</sup>	Παρασκευή 02/12/22	Εκτίμηση κακώσεων οφθαλμικού κόγχου Εκτίμηση κακώσεων προσώπου, οφθαλμών, ρινός, και ωτός	κ. Βασίλειος Καραμπατάκης (1 ώρα) κ. Λαζαρίδης Νικόλαος (2 ώρες)
6 <sup>ο</sup>	Παρασκευή 09/12/22	Εκτίμηση κακώσεων πηχεοκαρπικής και χεριού	κ. Δίτσιος Κων/νος (3 ώρες)
7 <sup>ο</sup>	Παρασκευή 16/12/22	Εκτίμηση κακώσεων πυέλου, ισχίου και μηρού	κ. Αναστασόπουλος Νικόλαος (3 ώρες)
8 <sup>ο</sup>	Παρασκευή 13/01/23	Εκτίμηση θώρακα, κοιλίας	κ. Παραμυθιώτης Δανιήλ (3 ώρες)
9 <sup>ο</sup>	Παρασκευή 20/01/23	Πρόληψη των κακώσεων στον αθλητισμό	κ. Νάτσης Κων/νος (3 ώρες)
10 <sup>ο</sup>	Παρασκευή 27/01/23	Εκτίμηση κακώσεων ποδοκνημικής και ποδιού	κ. Αναστασόπουλος Νικόλαος (3 ώρες)
11 <sup>ο</sup>	Παρασκευή 03/02/23	Εκτίμηση κακώσεων γόνατος και κνήμης	κ. Νάτσης Κων/νος (3 ώρες)
12 <sup>ο</sup>	Παρασκευή 10/02/23	Εκτίμηση κρανιοεγκεφαλικών κακώσεων	κ. Παρμενίων Τσιτσόπουλος (3 ώρες)
13 <sup>ο</sup>	Παρασκευή 17/02/23	Εκτίμηση μυϊκών κακώσεων	κ. Νάτσης Κων/νος (3 ώρες)
	24/02/2023	<b>ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ</b>	



## Φυσική Επαναδραστηριοποίηση ασθενών με χρόνιες παθήσεις (ME030)

ΥΠΕΥΘΥΝΗ: ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΚΟΥΙΔΗ

Τετάρτη 18:00-20:00

ΤΕΦΑΑ ΘΕΡΜΗΣ Γυάλινο Κτίριο, ισόγειο, αίθουσα III

Το PDF και άρθρα-υλικό κάθε διάλεξης θα ανεβαίνουν στο eLearning του μαθήματος στο folder της

Αρ.	Ημερομηνία	Θέμα εισήγησης	Διδάσκων
1	02/11/2022	Ένταξη ασθενών στα προγράμματα αποκατάστασης	Ε. Κουϊδή
2	09/11/2022	Εκτίμηση λειτουργικής ικανότητας ασθενών	Ε. Κουϊδή
3	16/11/2022	Προγράμματα γύμνασης ασθενών με καρδιαγγειακά νοσήματα	Ε. Κουϊδή
4	23/11/2022	Θεραπευτική γυμναστική: παρελθόν παρόν και μέλλον	Α. Δεληγιάννης
5	30/11/2022	Προγράμματα γύμνασης ασθενών με μεταβολικό σύνδρομο	Ε. Κουϊδή
6	07/12/2022	Προγράμματα γύμνασης ασθενών με κακοήθειες	Δ. Μамελετζή
7	14/12/2022	Προγράμματα γύμνασης ασθενών με ρευματοπάθειες	Θ. Δημητρούλας
8	11/01/2023	Προγράμματα γύμνασης ασθενών με πνευμονοπάθειες	Ν. Κουτλιάνος
9	18/01/2023	Άσκηση και σακχαρώδης διαβήτης	Κ. Κώτσα
10	25/01/2023	Άσκηση και αρτηριακή υπέρταση	Α. Δεληγιάννης
11	01/02/2023	Σύγχρονες εφαρμογές της πληροφορικής στα προγράμματα αποκατάστασης	Α. Δεληγιάννης
12	08/02/2023	Προγράμματα γύμνασης ασθενών με ΧΝΝ	Ε. Κουϊδή
13	15/02/2023	Προγράμματα γύμνασης ασθενών με παχυσαρκία	Ε. Κουϊδή
	22/02/2023	<b>ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ</b>	

### 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). SportsMedicine 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



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](http://www.master-sport-health.gr)

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
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. *NephroDialTransplant* 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, Kandyliis 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 PrevCardiol.* 2017;24(10):1017-1031