«ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ ΣΤΗΝ ΓΕΝΙΚΕΥΜΕΝΗ ΑΓΧΩΔΗ ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ»

Σάββατο 16 Μαρτίου 2019
Υψηλάντου 45, Αθήνα (Δώμα του Γ.Ν.Α «Ο Ευαγγελισμός»)

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν όλοι οι ψυχίατροι, (ειδικευμένοι & ειδικευόμενοι), οι πτυχιούχοι φυσικοθεραπευτές, ψυχολόγοι, κοινωνικοί λειτουργοί, νοσηλευτές, εργοθεραπευτές, οι φοιτητές των σχολών τους, ασθενείς καθώς και ενδιαφερόμενοι από το ευρύ κοινό.

Μέγιστος αριθμός συμμετεχόντων οι 250 και θα τηρηθεί αυστηρή σειρά προτεραιότητας.

Η συμμετοχή οριστικοποιείται αποκλειστικά και μόνο με την συμπλήρωση της αίτησης (https://goo.gl/cnFpJB) και με την πληρωμή του ποσού των 15€ *(ισχύει ανεξαιρέτως για όλους).*

*Την ημέρα της εκπαιδευτικής εκδήλωσης **ΔΕΝ ΘΑ ΓΙΝΟΥΝ ΕΓΓΡΑΦΕΣ**,*
αλλά μόνον οριστικοποίηση των ηλεκτρονικών εγγραφών.

Θα χορηγηθεί βεβαίωση συμμετοχής σε όλους τους επαγγελματίες υγείας
και στους φοιτητές των σχολών.

Ευχαριστούμε θερμά:

- *Everything and Beyond* ◦ Δημήτρης & Γιώργος Αιγινίτης για την καλλιτεχνική και τεχνολογική επιμέλεια των εντύπων

- τους χορηγούς μας:

  ΠκΑ ΚΑΛΑΝΤΖΗΣ - *BARBERA CAFE*

  BETABET - Ιατρικά είδη & Ορθοπεδικά μηχανήματα

  SLVnet - Mobile & Fixed Telephony

  που χωρίς την ουσιαστική τους συνεισφορά η πραγματοποίηση της ημερίδας θα ήταν δυσχερής.

Ν.Π.Δ.Δ. «Πανελλήνιος Σύλλογος Φυσικοθεραπευτών»

Επιστημονικό τμήμα «Φυσικοθεραπεία στην Ψυχική Υγεία»

«Όταν η Φυσικοθεραπεία συναντήσει την Ψυχική υγεία!»

Π.Σ.Φ

2η Εκπαιδευτική Ημερίδα

«ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ ΣΤΗΝ ΓΕΝΙΚΕΥΜΕΝΗ ΑΓΧΩΔΗ ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ»

Σάββατο
16 Μαρτίου 2019

Υπό την αιγίδα των:

ΙΟΡΤΜΗ
Διεθνής Οργάνωση Φυσικοθεραπευτών στην Ψυχική Υγεία

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ

A.H.E.P.A - Athens Chapter HJ-1

◦ *Επίτιμος Πρόεδρος:* ***Καθηγητής Michel Probst PT, PhD*** ◦

Πρόεδρος Εκτελεστικής Επιτροπής της Διεθνούς Οργάνωσης Φυσικοθεραπευτών στην Ψυχική Υγεία

Χαιρετισμός Συντονιστή επιστημονικού τμήματος «Φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία»
& Πρόεδρου Οργανωτικής Επιτροπής

Αγαπητοί σύνεδροι,

το Ν.Π.Δ.Δ «Πανελλήνιος Σύλλογος Φυσικοθεραπευτών» συνέστησε το 2014 το Επιστημονικό τμήμα «Φυσικοθεραπεία στην Ψυχική Υγεία», που με το συνεχές έργο & τις δραστηριότητες του το 2016 έγινε ισότιμο μέλος της Διεθνούς Οργάνωσης Φυσικοθεραπευτών στην Ψυχική Υγεία, αναγνωρισμένης από την Παγκόσμια Συνομοσπονδία Φυσικοθεραπείας σαν υποομάδας της από το 2011 & από το Ευρωπαϊκό γραφείο του Παγκοσμίου Οργανισμού Υγείας από το 2017.

Η 2η Εκπαιδευτική Ημερίδα «Εξειδικευμένη φυσικοθεραπευτική παρέμβαση στην γενικευμένη αγχώδη διαταραχή» αποτελεί συνέχεια των επιστημονικών εκδηλώσεων «ΟΤΑΝ Η ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ ΣΥΝΑΝΤΗΣΕ ΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ» και έρχεται να απαντήσει στο ερώτημα:

«Η επιστήμη της φυσικοθεραπείας είναι κλινικά αποτελεσματική και σε αυτό το επιστημονικό πεδίο;»

Υπολογίζεται ότι 275 εκατομμύρια άνθρωποι υποφέρουν από διαταραχές άγχους, περίπου το 3,83% του παγκόσμιου πληθυσμού, έναντι του 3,77% για την κατάθλιψη (World Economic Forum, 2016). Σύμφωνα με τα επίσημα στοιχεία για το έτος 2018 στην Ελλάδα, το πλήθος μοναδικών ασθενών για τους οποίους έχουν γραφεί συνταγές με κωδικούς διάγνωσης κατά ICD-10 για νευρωτικές, σωματόμορφες και αγχώδεις διαταραχές ανέρχεται στον αριθμό 967.105 (περίπου 9% των κατοίκων της χώρας), από τους οποίους οι 235.781 έχουν διαγνωστεί με γενικευμένη αγχώδη διαταραχή (Γ.Α.Δ). Αντίστοιχα, το πλήθος συνταγών ανέρχεται στον αριθμό 6.228.561 & για την Γ.Α.Δ σε 1.381.493.

Το άρτια καταρτισμένο επιστημονικό πρόγραμμα, οι έγκριτοι εισηγητές, αποτελούν κίνητρο παρακολούθησης της ημερίδας τόσο από τους φυσικοθεραπευτές & τους υπολοίπους επαγγελματίες ψυχικής υγείας όσο και από το ευρύ κοινό. Η πολιτεία με τον Νόμο 4461/2017 συμπεριέλαβε τους φυσικοθεραπευτές στους επαγγελματίες, που παρέχουν υπηρεσίες ψυχικής υγείας, εύχομαι λοιπόν οι πιθανές προτάσεις διεπιστημονικής συνεργασίας, που θα προκύψουν, να αποτελέσουν την απαρχή στοχευμένων δράσεων για την πληρέστερη αντιμετώπιση των συνανθρώπων μας που πάσχουν από γενικευμένη αγχώδη διαταραχή.

Με συναδελφικούς χαιρετισμούς

Σταύρος Σταθόπουλος

Φυσικοθεραπευτής Γ.Ν.Α «Ο Ευαγγελισμός»

Δ/ντης & Καθ Μ.Π.Ε. τηλεματικό Παν/μιο Ρώμης «G. Marconi»

Χαιρετισμός Πρόεδρου Επιστημονικής Επιτροπής

Το επιστημονικό τμήμα του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσιοθεραπευτών «Φυσικοθεραπεία στην Ψυχική υγεία» διοργανώνει την 2η εκπαιδευτική Ημερίδα , υπό την Αιγίδα της Ελληνικής Ψυχιατρικής Εταιρείας και της Διεθνούς Οργάνωσης Φυσικοθεραπευτών στην Ψυχική Υγεία στις 16 Μαρτίου 2019 στην Αθήνα. Γνωρίζουμε σήμερα τα θετικά αποτελέσματα της τακτικής σωματικής άσκησης, στην πρόληψη και διαχείριση χρόνιων νόσων αλλά και στην θετική επίπτωση περιορισμού του άγχους.

Αυτό έχει ως αποτέλεσμα η φυσική άσκηση στην ψυχική υγεία τα τελευταία χρόνια να αποτελεί ένα πεδίο ιδιαίτερου και κοινού επιστημονικού ενδιαφέροντος για τους Ψυχιάτρους όπως και για όλους τους επαγγελματίες που δραστηριοποιούνται και οι οποίοι έχουν άμεση σχέση και ενδιαφέρον για την Ψυχική Υγεία (Φυσικοθεραπευτές, Ψυχολόγους, Νοσηλευτές, Εργοθεραπευτές, Ψυχοθεραπευτές, Κοινωνικούς Λειτουργούς κ.α.).

Τόσο σε κλινικό όσο και σε ερευνητικό επίπεδο, η συμβολή της σωματικής άσκησης στην θεραπευτική παρέμβαση σε προβλήματα που αφορούν την ψυχική υγεία φαίνεται να αποτελεί μία νέα ειδικής βαρύτητας θεραπευτική προσέγγιση που έρχεται να απαρτιωθεί στην ολιστική θεραπευτική διαχείριση (Κατευθυντήριες οδηγίες Ευρωπαϊκής Ψυχιατρικής Εταιρείας 2018). Σήμερα, γνωρίζουμε ότι οι αγχώδεις διαταραχές είναι οι πλέον συχνές ψυχικές διαταραχές στον γενικό πληθυσμό που επιβαρύνουν ψυχικά τον ασθενή και το περιβάλλον του και αντιμετωπίζονται με αποτελεσματικές θεραπείες που βοηθούν τον Ψυχίατρο να σχεδιάσει και να εφαρμόσει εγκαίρως την πλέον κατάλληλη. Στο πλαίσιο αυτό διαφορετικές ψυχοθεραπευτικές παρεμβάσεις έχουν προταθεί με τεκμηριωμένες την Γνωσιακή συμπεριφορική παρέμβαση και χειρισμούς όπως η εκπαίδευση στην χαλάρωση , η εκπαίδευση στην αναπνοή, τεχνικές που έχουν την βάση τους στην άσκηση.

Σύμφωνα με τα παραπάνω η ημερίδα δίδει την ευκαιρία για πρώτη φορά λειτουργοί υγείας να συζητήσουν πως μπορεί να παρέμβουν στην γενικευμένη αγχώδη διαταραχή με ομιλίες που επικεντρώνονται στο πρώτο μέρος στην διεπιστημονική προσέγγιση της νόσου και στο δεύτερο μέρος στην εξειδικευμένη φυσικοθεραπεία και να ανταλλάξουν απόψεις έτσι ώστε μέσα από μία διαδραστική διαδικασία να ενισχυθεί αποτελεσματικά και συνεργατικά ο διεπιστημονικός διάλογος προς όφελος των ασθενών.

Με συναδελφικούς χαιρετισμούς

Αντώνιος Πολίτης

Αν. Καθ. Ψυχιατρικής, Ιατρική Σχολή Ε.Κ.Π.Α

▪ *Οργανωτική Επιτροπή*

Πρόεδρος: Σταθόπουλος Σταύρος

Μέλη: Κατζουράκη Αικατερίνη, Κουκιάδης Εμμανουήλ, Παγώνη Αναστασία

▪ *Επιστημονική Επιτροπή & Επιτροπή Κρίσης Ελεύθερων Ανακοινώσεων*

Πρόεδρος: Πολίτης Αντώνιος

Μέλη: Πέττα Γεωργία, Σταθόπουλος Αλέξιος, Σφετσιώρης Δημήτριος

◦ Πρόγραμμα Εργασιών ◦

**Το πρόγραμμα εκπονήθηκε σύμφωνα με τις κατευθυντήριες οδηγίες της Διεθνούς Οργάνωσης Φυσικοθεραπευτών στην Ψυχική Υγεία.*

- 09.00 - 09.30: **Προσέλευση, Εγγραφές**
- 09.30 - 10.00: **Χαιρετισμοί**

Γενικευμένη αγχώδη διαταραχή μια διεπιστημονική προσέγγιση.
Προεδρείο: Β. Παπατσίμπας - Α. Χρηστάκου

- 10.00 - 10.20: **Γενικευμένη Αγχώδης Διαταραχή: Ψυχιατρικές Προσεγγίσεις.**
  Μιχαήλ Χατζούλης, Επίκουρος Καθηγητής Ψυχιατρικής, ΕΚΠΑ
- 10.20 - 10.40: **Γενικευμένη Αγχώδης Διαταραχή: Μύθος ή Πραγματικότητα.**
  Αγγελική Σαρρή, Ψυχολόγος, ψυχιατρική κλινική του Γ.Ν.Α «Ο ΕΥΑΓΓΕΛΙΣΜΟΣ»
- 10.40 - 11.00: **Η κλινική κοινωνική εργασία και οι παρεμβάσεις της, σε ασθενείς με διάγνωση γενικευμένης αγχώδους διαταραχής.**
  Όλγα Βερικάκη, Κλινική Κοινωνική Λειτουργός, MSc, Γ.Ν.Α «Ο Ευαγγελισμός»
- 11.00 - 11.20: **Ο Νοσηλευτής ως μέλος της επιστημονικής ομάδας, για τη διαχείριση της γενικευμένης αγχώδους διαταραχής**.
  Δήμητρα Τσιμπούκη, Νοσηλεύτρια ψυχικής Υγείας, MSc, Κοινοτικό Κέντρο Ψυχικής Υγείας Παγκρατίου Γ.Ν.Α «Ο Ευαγγελισμός»
- 11.20 - 11.40: **Προσεγγίσεις της εργοθεραπείας στη διαχείριση της γενικευμένης αγχώδους διαταραχής.**
  Σωτήριος Καρύκας, Εργοθεραπευτής, MHSc, Αιγινήτειο Νοσοκομείο, 1η Ψυχιατρική κλινική ΕΚΠΑ
- 11.40 - 12.10: **Διάλειμμα**

Φυσικοθεραπευτικές παρεμβάσεις στην κατάθλιψη.
Προεδρείο: Ε. Χαρωνίτης - Α. Μαχαιρά

- 12.10 - 12.30: **Αρχές θεραπευτικού προγράμματος άσκησης στην γενικευμένη αγχώδη διαταραχή.**
  Σταύρος Σταθόπουλος, Φυσικοθεραπευτής Γ.Ν.Α «Ο Ευαγγελισμός», Δ/ντης & Καθ. Μ.Π.Ε., Τηλεματικό Παν/μιο Ρώμης «G.Marconi», Συντονιστής Ε.Τ «Φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία»
- 12.30 - 12.50: **Μάλαξη στην γενικευμένη αγχώδη διαταραχή**.
  Ελευθέρια Μουστάκη, Φυσικοθεραπεύτρια, 1ο Ειδ. Δημοτικό Ε.Λ.Ε.Π.Α.Π., μέλος Ε.Τ. «Φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία»
- 12.50 - 13.10: **Εκπαίδευση αναπνοής και γενικευμένη αγχώδη διαταραχή**.
  Στέφανος Πατσίρης, Φυσικοθεραπευτής MSc, Υποψήφιος Διδάκτωρ Ιονίου Πανεπιστημίου Γενικό Νοσοκομείο Κέρκυρας «Αγία Ειρήνη», Κλινικός Εκπαιδευτής σπουδαστών TEI & Keele University (UK), Αναπληρωτής Συντονιστής Ε.Τ «Φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία»
  Γεώργιος Μητσικάρης, Φυσικοθεραπευτής, Εκπαιδευτικός Μεταλυκειακής Βαθμίδας, MSc cand, Υπεύθυνος Δημοσίων Σχέσεων Ε.Τ «Φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία»
- 13.10 - 13.30: **Βιοανάδραση στην γενικευμένη αγχώδη διαταραχή.**
  Παπαγιώργος Γεώργιος, Φυσικοθεραπευτής, Msc, μέλος Ε.Τ «Φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία»
- 13.30 - 13.50: **Θεραπεία της σωματικής επίγνωσης στη βελτίωση της γενικευμένης αγχώδους διαταραχής.**
  Ευάγγελος Γεωργακόπουλος, Φυσικοθεραπευτής - Ψυχοθεραπευτής Gestalt, μέλος Ε.Τ. «Φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία»

Ελεύθερες ανακοινώσεις
Προεδρείο: Ε. Σηφακάκη - Α. Δούκας

- 13.50 - 13.58: **Η εφαρμογή της τεχνικής «applied relaxation by Ost» στην γενικευμένη αγχώδη διαταραχή**.
  Χρήστος Αναγνώστης, Φυσικοθεραπευτής, MSc CAD
- 13.58 - 14.06: **Η επίδραση της άσκησης στην ποιότητα του ύπνου και η συσχέτιση της με την γενικευμένη αγχώδη διαταραχή**.
  Μπογιατζής Σπύρος, Παν/μιο Δυτικής Αττικής, τελειόφοιτος τμήματος Φυσικοθεραπείας
- 14.06 - 14.14: **Το QIGONG στην διαχείριση της γενικευμένης αγχώδους διαταραχής**.
  Κ. Τσολίγκας (1), Κ. Παπίλας (2), Δ. Παπαμεθοδίου (3), Χ. Δαλακάκης (4)
  (1). Φυσικοθεραπευτής, MSc, Εκπαιδευτικός Μεταλυκειακής βαθμίδας. ○ (2). Ιατρός, Αναισθησιολόγος Διευθυντής Αναισθησιολογικό Τμήμα ΓΝ Καρπενησίου. (3). Ιατρός Νευρολόγος, Msc. ○ (4). Ψυχίατρος, Ψυχοθεραπευτής, Μέλος και Διδάκτορας ΕΛ.ΕΚ.ΙΜ.
- 14.15 - 14.45: **Συζήτηση με το κοινό.**
  Συντονίζουν: *Αντώνιος Πολίτης, Σταύρος Σταθόπουλος*