

## ΧΩΡΟΣ ΤΕΧΝΩΝ ΔΗΜΟΥ ΒΕΡΟΙΑΣ 19-21 ΜΑΡΤΙΟΥ



Διαλέξεις, στρογγυλά τραπέζια, αντιπαραθέσεις, παρουσιάσεις ενδιαφερόντων περιπτώσεων, ελεύθερες ανακοινώσεις, επιστημονικά δορυφορικά συμπόσια και εφαρμοσμένα φροντιστήρια συνθέτουν ένα πλούσιο επιστημονικά τριήμερο στις 19-21 Μαρτίου, στο 10ο Διεθνές Συνέδριο της Αθλητιατρικής Εταιρείας Ελλάδος. Η θεματολογία του συνεδρίου θα ανταποκρίνεται στις απαιτήσεις όλου του φάσματος των αθλητικών επιστημών όπου Έλληνες και Ξένοι προσκεκλημένοι επιστήμονες με τις τοποθετήσεις τους, θα προσπαθήσουν να καταθέσουν τα νεότερα δεδομένα στην Αθλητιατρική και από την άλλη να προκαλέσουν ενδιαφέρουσες συζητήσεις με τους συνέδρους. Φυσικά η ενεργή συμμετοχή όλων είναι το κλειδί της επιτυχίας του συνεδρίου. Αναλυτικά το πρόγραμμα έχει ως εξής:

### Θέματα Συνεδρίου

- . Αθλητικές κακώσεις
- . Λειτουργικές προσαρμογές στην άσκηση
- . Άσκηση και χρόνιες παθήσεις
- . Άσκηση σε άτομα με ειδικές ανάγκες
- . Παιδιά και άσκηση
- . Άσκηση και γυναίκα
- . Άσκηση και Τρίτη ηλικία
- . Σύνδρομο Υπέρχρησης - Υπερπροπόνησης
- . Φαρμακοδιέγερση (Doping) στους αθλητές
- . Θεραπευτικές εφαρμογές της άσκησης
- . Φυσικοθεραπεία - Αποκατάσταση αθλητών
- . Διατροφή - Μεταβολισμός και άσκηση
- . Αξιολόγηση και βελτίωση της αθλητικής απόδοσης
- . Αθλητική ψυχολογία
- . Βιοκινητική και άσκηση
- . Ανοσολογία και άσκηση
- . Καρδιά και άσκηση
- . Εργοφυσιολογία
- . Υγεία και σωματική επάρκεια
- . Σκελετικός μυϊκός ιστός και άσκηση

### ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 19.3.2010

08.00-10.00 ΕΓΓΡΑΦΕΣ

ΑΙΘΟΥΣΑ Α

10.00-11.10 ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΜΥΪΚΩΝ ΚΑΚΩΣΕΩΝ

Προεδρείο : Κοϊμτζής Μιλτιάδης - Μπελετσιώτης Αναστάσιος

Προδιαθεσικοί παράγοντες, μηχανισμοί κάκωσης και αξιολόγηση των μυϊκών κακώσεων.

Κουκουλιάς Νικόλαος

Ο ρόλος των μυϊκών διατάσεων στην αντιμετώπιση των μυϊκών κακώσεων.

Παπουτσιδάκης Ευάγγελος

Φυσικοθεραπευτική προσέγγιση και μέσα αντιμετώπισης των μυϊκών κακώσεων.

Κούτρας Γεώργιος

Πότε χειρουργούμε μια μυϊκή κάκωση και ο ρόλος των αυξητικών παραγόντων.

Νικολάου Παντελής

11.10-12.20 ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ

Προεδρείο : Κέλλης Σπύρος - Πορφυριάδου Ανθούλα

Μέτρηση - αξιολόγηση της φυσικής κατάστασης ενός αθλητή.

Κέλλης Σπύρος

Βιοχημικοί δείκτες της αθλητικής απόδοσης.

Τζαμούρτας Αθανάσιος

Νευρομυϊκές προσαρμογές στην προπόνηση δύναμης

Κοτζαμανίδης Χρήστος

Ανάλυση Της τεχνικής του σουτ στο ποδόσφαιρο

Κέλλης Ελευθέριος

12.20-13.10 ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

ΑΘΛΗΣΗ ΚΑΙ ΙΔΙΑΙΤΕΡΟΤΗΤΕΣ

13.10-14.20 Προεδρείο : Νάτσης Κωνσταντίνος - Κλεισούρας Βασίλειος

Εργαστηριακοί δείκτες και Ιατρική παρακολούθηση ευπαθών ομάδων προ της άσκησης.

Γαλιτσάνος Συμεών

Bronchial Asthma and Exercise

J Cumiskey

Sudden Death of Athletes-New aspects

Hans-Hermann Dickhuth

Έκκεντρη άσκηση με υψηλά φορτία και η επίδρασή της στα άλματα

Παπαδόπουλος Χρήστος

15.00-18.00 Α ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΟ ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ Kinesiotaping άνω άκρου

Αυτοσμιδης Δημήτρης

15.00-18.00 Β ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΟ ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ Πελματογράφημα

και ανάλυση βάρδισης

Τσακλής Παναγιώτης

15.00-18.00 Γ ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΟ ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ Καρδιοπνευμονική αναζωογόνηση  
Ασουχίδου Ειρήνη - Τινέλη Μαρία

18.00-18.30 ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

18.30-19.40 ΑΣΦΑΛΗΣ ΕΝΤΑΞΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΑΠΟ ΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ  
ΣΤΟΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΙΣΜΟ.

Προεδρείο : Οικονόμου Λουΐζα - Τσικάρας Προκόπιος

Ιατρικός προληπτικός έλεγχος πριν την άθληση στην παιδική ηλικία.

Ασουχίδου Ειρήνη

Σύγχρονοι μέθοδοι ανίχνευσης του παιδικού ταλέντου και

διαμόρφωση των ορίων στον

παιδικό πρωταθλητισμό.

Μάνου Βασιλική

Συχνά μυοσκελετικά προβλήματα των παιδιών λόγω υπέρχρησης

Μπεσλίκας Θεόδωρος

Τρόποι καταπολέμησης της παιδικής παχυσαρκίας.

Διδάγγελος Τριαντάφυλλος

19:40-20:00 ΔΙΑΛΕΞΗ

Προεδρείο: Αγγελίδης Νικόλαος

Μυικές Κακώσεις σε Αθλητές

Νάτσης Κωνσταντίνος

21.00 ΕΝΑΡΚΤΗΡΙΑ ΔΙΑΛΕΞΗ

Θέμα: Present and Future of Sports Medicine in Europe

J Cummiskey

ΣΑΒΒΑΤΟ 20.3.2010

08.00-10.00 ΕΛΕΥΘΕΡΕΣ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ

08.00-09.00 ΑΙΘΟΥΣΑ Α: ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΚΑΚΩΣΕΙΣ - ΕΡΓΑΣΙΕΣ ΠΡΟΣ ΒΡΑΒΕΥΣΗ

Προεδρείο: Κοϊμτζής Μ. - Σιδεριδής Α.

1. ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ ΣΤΗΝ ΠΑΙΔΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ:

Η ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΕΝΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΚΛΑΣΣΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

Νικολαΐδης Π.

ΣΤΡΑΤΙΩΤΙΚΗ ΣΧΟΛΗ ΕΥΕΛΠΙΔΩΝ

2. ΝΕΟΤΕΡΑ ΕΠΙΔΗΜΙΟΛΟΓΙΚΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ ΣΤΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ

ΤΗΣ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Κεχαγιάς Β, Βεζυργιάννης Ι, Κοκκαλάς Ν, Παπανικολάου Σ,

Κορδά Β., Ζαχαρόπουλος Α.

Γ.Ν.ΑΜΦΙΣΣΑΣ

3. ΟΙ ΤΡΑΥΜΑΤΙΣΜΟΙ ΤΟΥ ΑΝΩ ΑΚΡΟΥ ΣΤΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ ΤΗΣ

ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑΣ. Η ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ.

Βεζυργιάννης Ι., Κοκκαλάς Ν., Κεχαγιάς Β., Παπανικολάου Σ.,

Ζαχαρόπουλος Α.

Γ.Ν. ΑΜΦΙΣΣΑΣ

4. ΑΠΟΤΕΛΕΙ ΤΟ ΦΥΛΟ ΠΑΡΑΓΟΝΤΑ ΑΥΞΗΜΕΝΟΥ ΚΙΝΔΥΝΟΥ  
ΤΡΑΥΜΑΤΙΣΜΩΝ ΣΤΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ ΤΗΣ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑΣ;

Κοκκαλάς Ν., Κεχαγιάς Β., Βεζυργιάννης Ι., Παπανικολάου Σ.,  
Καζάκη Μ., Ζαχαρόπουλος Α.

Γ.Ν. ΑΜΦΙΣΣΑΣ

5. ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΧΟΝΔΡΟΠΑΘΕΙΑΣ ΤΗΣ ΕΠΙΓΟΝΑΤΙΔΑΣ ΣΕ  
ΝΕΟΥΣ ΚΑΙ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΥΣ ΑΣΘΕΝΕΙΣ, ΜΕ ΕΝΔΑΡΘΡΙΚΕΣ ΕΓΧΥΣΕΙΣ  
ΥΑΛΟΥΡΟΝΙΚΟΥ ΝΑΤΡΙΟΥ ΣΕ ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΜΕ ΤΗΝ ΑΠΟ ΤΟΥ ΣΤΟΜΑΤΟΣ  
ΧΟΡΗΓΗΣΗ ΜΣΑΦ. ΜΙΑ ΠΡΟΟΠΤΙΚΗ ΤΥΧΑΙΟΠΟΙΗΜΕΝΗ ΜΕΛΕΤΗ

Χαρίτος Γεώργιος, Μαχαιρίδου Αρχοντία

ΓΕΝΙΚΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΦΛΩΡΙΝΑΣ

08.00-09.00 ΑΙΘΟΥΣΑ Β: ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ - ΑΣΚΗΣΗ ΓΕΝΙΚΑ

Προεδρείο: Κοτζαμανίδης Χ.- Αποστολίδης Σ.

6. ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΣΤΗ ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΗ ΠΡΟΣΓΕΙΩΣΗΣ ΜΕΤΑΞΥ ΑΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ  
ΠΡΟΕΦΗΒΩΝ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΤΗΣ ΕΝΟΡΓΑΝΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Σφυρίου Ε., Χριστοφορίδου Α., Φτίκας Χ., Λαζαρίδης Σ., Μπάσσα Ε., Κοτζαμανίδης Χ.  
ΑΠΘ, ΤΕΦΑΑ

7. Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΕΚΚΕΝΤΡΩΝ ΙΣΟΚΙΝΗΤΙΚΩΝ ΦΟΡΤΙΩΝ ΥΨΗΛΗΣ  
ΕΝΤΑΣΗΣ ΣΕ ΜΗΧΑΝΙΚΑ ΚΑΙ ΜΥΟ-ΗΛΕΚΤΡΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΗΣ  
ΜΕΓΙΣΤΗΣ ΙΣΟΜΕΤΡΙΚΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ ΤΩΝ ΚΑΤΩ ΑΚΡΩΝ

Παπαδόπουλος Χρήστος , Αρσενοπούλου Μαρία , Θεοδοσίου Κωνσταντίνος ,  
Γκίσης Ιωάννης , Μανωλόπουλος Ευάγγελος

ΤΕΦΑΑ Σερρών, ΑΠΘ

8. ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ ΣΤΟ  
ΣΠΙΤΙ ΜΕ ΤΗ ΒΟΗΘΕΙΑ ΤΟΥ SENIOR FITNESS TEST (SFT)

Μπέλου Ε. , Χατζημανουήλ Δ. , Συκαράς Ε , Κίτσιος Α , Μαναβής Κ.

ΤΕΦΑΑ, ΑΠΘ

9. ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΠΑΡΑΓΟΝΤΑ ' 'ΗΛΙΚΙΑ' ' ΣΤΗ ΜΕΤΑ-ΑΣΚΗΣΙΑΚΗ  
ΠΡΩΤΕΪΝΟΥΡΙΑ ΣΕ ΕΡΑΣΙΤΕΧΝΕΣ ΑΘΛΗΤΕΣ

ΠΡΙΟΝΑΣ Γ. , ΚΑΡΑΓΚΟΥΝΗΣ Π., ΤΣΙΡΩΝΗ Μ., ΜΠΑΛΤΟΠΟΥΛΟΣ Π.

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΑΘΛΗΤΙΑΤΡΙΚΗΣ ΤΕΦΑΑ ΑΘΗΝΩΝ

09.00-10.00 ΑΙΘΟΥΣΑ Α: ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΚΑΚΩΣΕΙΣ - ΕΡΓΑΣΙΕΣ ΠΡΟΣ ΒΡΑΒΕΥΣΗ

Προεδρείο: Ζαχαρόπουλος Α. - Αναστασόπουλος Ν.

10. ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΑΕΡΟΒΙΑΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΕ ΑΣΘΕΝΕΙΣ  
ΜΕ ΚΑΡΔΙΑΚΗ ΑΝΕΠΑΡΚΕΙΑ- ΠΙΛΟΤΙΚΗ ΕΠΙΔΗΜΙΟΛΟΓΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ.

Μεϊμέτη Ευαγγελία, Καφαντάρης Ιωάννης, Μερκούρης Κωνσταντίνος,  
Περιστέρης Δημήτριος, Καστρινέλλη Ειρήνη.

Γ.Ν. ΜΕΛΙΣΣΙΩΝ "ΑΜΑΛΙΑ ΦΛΕΜΙΝΓΚ"

11. ΔΙΕΥΡΥΝΣΗ ΤΩΝ ΟΣΤΙΚΩΝ ΣΗΡΑΓΓΩΝ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΠΛΑΣΤΙΚΗ  
ΠΡΟΣΘΙΟΥ ΧΙΑΣΤΟΥ ΜΕ ΤΕΤΡΑΠΛΟ ΑΥΤΟΜΟΣΧΕΥΜΑ

ΙΣΧΝΟΥ-ΗΜΙΤΕΝΟΝΤΩΔΟΥΣ. ΜΕΛΕΤΗ ΜΕ ΤΗ ΒΟΗΘΕΙΑ ΤΗΣ  
ΑΞΟΝΙΚΗΣ ΤΟΜΟΓΡΑΦΙΑΣ.

Χουλιάρας Β., Γιώτης Δ., Κοντογιάννης Κ., Μπουλής Σ., Γκρέστας Α., Τάτσης Χ.

ΓΕΝΙΚΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΑΡΤΑΣ

12. ΣΠΑΝΙΑ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΕΝΔΑΡΘΡΙΚΟΥ ΑΙΜΑΓΓΕΙΩΜΑΤΟΣ ΓΟΝΑΤΟΣ

ΣΕ ΑΘΛΗΤΡΙΑ. ΔΙΑΓΝΩΣΗ - ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ

Δημητράκας Κ., Μαναβής Κ., Στέφας Ε., Σταφυλίδου Μ., Γιαννακοβίτης Π.,

Χατζηερμανουήλ Δ.

EUROMEDICA ΚΥΑΝΟΥΣ ΣΤΑΥΡΟΣ

13. Η ΣΥΝΤΗΡΗΤΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΧΡΟΝΙΑΣ ΕΜΜΕΝΟΥΣΑΣ

ΠΕΛΜΑΤΙΑΙΑΣ ΑΠΟΝΕΥΡΩΣΙΤΙΔΑΣ ΣΤΟΥΣ ΔΡΟΜΕΙΣ ΜΕ ΤΗΝ ΕΓΧΥΣΗ

ΑΥΤΟΛΟΓΟΥ ΑΙΜΑΤΟΣ

Καστάνης Γ.Ε, Αρεάλης Γ.Ε

Γ.Ν. ΣΗΤΕΙΑΣ

14. Η ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΕΜΜΕΝΟΥΣΑΣ ΕΞΩ ΕΠΙΚΟΝΔΥΛΙΤΙΔΑΣ

ΜΕ ΤΗΝ ΕΓΧΥΣΗ ΑΥΤΟΛΟΓΟΥ ΑΙΜΑΤΟΣ ΣΤΑ ΑΘΛΟΥΜΕΝΑ ΑΤΟΜΑ.

Καστάνης Γ. Ε., Αρεάλης Γ. Ε., Ρετσελάς Ι.Ν., Σολιδάκης Ν.Γ.

ΟΡΘΟΠΑΙΔΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ - Γ.Ν. ΣΗΤΕΙΑΣ

09.00-10.00 ΑΙΘΟΥΣΑ Β: ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗ

Προεδρείο: Παπαδοπούλου Σοφία - Χριστάρα Α.

15. ΑΝΘΡΩΠΟΜΕΤΡΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΑΤΟΜΩΝ ΤΡΙΤΗΣ

ΗΛΙΚΙΑΣ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΟ ΕΠΙΠΕΔΟ ΦΥΣΙΚΗΣ ΤΟΥΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ

Παπαδοπούλου Σ.Κ., Χασαπίδου Μ., Πετράκης Α.

ΤΜΗΜΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΚΑΙ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑΣ ΑΤΕΙΘ

16. ΙΣΟΚΙΝΗΤΙΚΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ ΜΥΪΚΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ ΤΩΝ

ΕΚΤΕΙΝΟΝΤΩΝ ΚΑΙ ΚΑΜΠΤΗΡΩΝ ΜΥΩΝ ΤΟΥ ΓΟΝΑΤΟΣ ΣΕ

ΑΘΛΗΤΕΣ ΥΨΗΛΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ ΤΟΥ ΣΤΙΒΟΥ.

Μαλλιαρόπουλος Νίκος, Τσίτας Κωνσταντίνος, Χριστοδούλου Δημητρης,

Τσιφτσόγλου Δημητρης, Νούσιος Γιώργος, Παπαδόπουλος Χρήστος

Α.Κ.Ε.Ο., Σ.Ε.Γ.Α.Σ. Βορείου Ελλάδας, Θεσσαλονίκη

17. Η ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΜΕ ΒΑΡΗ ΒΕΛΤΙΩΝΕΙ ΤΗ ΔΥΝΑΜΗ ΚΑΙ ΤΗ

ΜΥΪΚΗ ΥΠΕΡΤΡΟΦΙΑ ΕΠΙΛΕΚΤΩΝ ΝΕΑΡΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ ΤΗΣ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

Κασαμπαλής Αθανάσιος, Φαράτσης Ιωσήφ, Γιαννακόπουλος Ανέστης,

Πυλιανίδης Θεόφιλος

Τ.Ε.Φ.Α.Α. - Δ.Π.Θ

18. ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΣΥΝΗΘΕΙΕΣ ΚΑΙ ΣΥΝΘΗΚΕΣ ΑΣΚΗΣΗΣ

ΠΑΙΔΙΩΝ ΣΤΗ ΚΥΠΡΟ

Ν. Σ. Αγγελίδης

ΑΘΛΗΤΙΑΤΡΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΚΥΠΡΟΥ

19. ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΗΣ ΕΠΑΡΚΟΥΣ ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΗΣ ΠΡΟΣΛΗΨΗΣ ΣΤΗΝ

ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΑΠΟΔΟΣΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ ΕΠΙΛΕΚΤΩΝ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

Παπαδοπούλου Σοφία

ΤΕΦΑΑ, Α.Π.Θ.

10.00-11.10

ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΗ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ

ΤΩΝ ΒΛΑΒΩΝ ΤΟΥ

#### ΑΡΘΡΙΚΟΥ ΧΟΝΔΡΟΥ ΣΕ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ ΑΘΛΗΤΕΣ

Προεδρείο : Γκοδόλιας Γεώργιος - Κυριακίδης Αναστάσιος  
Χειρουργικές τεχνικές - νεότερα δεδομένα στην αντιμετώπιση των βλαβών του αρθρικού χόνδρου.

Νάτσης Κωνσταντίνος

Μεταμόσχευση αυτόλογων καλλιεργημένων χονδροκυττάρων σε αθλητές

Παπακώστας Εμμανουήλ

Κατευθύνσεις του χειρουργού και κριτήρια αξιολόγησης στην μετεγχειρητική αντιμετώπιση των βλαβών του αρθρικού χόνδρου.

Τερζιδης Ιωάννης

Μετεγχειρητική αποκατάσταση στην αντιμετώπιση των βλαβών του αρθρικού χόνδρου.

Επαμεινωτίδης Κωνσταντίνος

#### 11.10-11.40 ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

#### 11.40-13.00 ΤΕΝΟΝΤΙΤΙΔΕΣ - ΤΕΝΟΝΤΟΠΑΘΕΙΕΣ

Προεδρείο : Παπαστεργίου Στέργιος - Μαναβής Κωνσταντίνος  
Νεότερα δεδομένα στην παθοφυσιολογία του τένοντα.

Από την τενοντίτιδα στην τενοντοπάθεια.

Παπουτσιδάκης Αντώνης

Ο ρόλος των φαρμακευτικών σκευασμάτων και των αυξητικών παραγόντων στην αντιμετώπιση της τενοντοπάθειας.

Φωτιάδης Ηλίας

Κλινική αξιολόγηση και συντηρητική θεραπεία της τενοντοπάθειας σε αθλητές

Αλασειρλής Δημοσθένης

Φυσικοθεραπευτική προσέγγιση και δυσκολίες στην καθημέρα πρακτική.

Σπανός Γεώργιος

Πότε χειρουργούμε μια τενοντοπάθεια. Χειρουργικές επιλογές.  
Ιωσηφίδης Μιχαήλ

#### 13.00-14.10 ΦΑΡΜΑΚΟΔΙΕΓΕΡΣΗ - DOPING

Προεδρείο : Τσούκαλη Ελένη - Λιαλιάρης Θεόδωρος  
Η στρατηγική αντιμετώπισης του Doping από το ΕΣΚΑΝ  
Σπηλιοπούλου Χαρά

Διαδικασία ελέγχου και υποχρεώσεις που πρέπει να γνωρίζει το μέλος

μιας Ιατρικής Ομάδος και ο αθλητής.

Μαναβής Κωνσταντίνος

Νεότερα δεδομένα στην ανίχνευση των απαγορευμένων ουσιών.

Γεωργακόπουλος Κωνσταντίνος

Γενετική. Επιστήμη ανίχνευσης η πραγματοποίησης υπεραθλητή.

Λιαλιάρης Θεόδωρος

14.30-17.00 Δ ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΟ ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ Διαγνωστικός υπέρηχος αρθρώσεων και μαλακών μοριών

Mobius Ulf

14.30-17.00 Ε ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΟ ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ ESWT

Σ. Γαλιτσάνος

14.30-17.00 ΣΤ ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΟ ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ Kinesiotaping κάτω άκρου

Αυτοσμιδης Δημήτρης

17.00-18.10 ΠΡΟΛΗΨΗ ΚΑΚΩΣΕΩΝ ΣΤΟ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ

Προεδρείο : Νικολάου Παντελής - Γαλιτσάνος Σίμος

Δομή και οργάνωση του Ιατρικού επιτελείου μιας ποδοσφαιρικής ομάδας.

Ιατρικός φάκελος του ποδοσφαιριστή.

Παπακώστας Εμμανουήλ

Προδιαθεσικοί παράγοντες τραυματισμών και πρόληψη αυτών στο ποδόσφαιρο.

Τσούκας Δημήτρης

Η Πρόταση 11+ της F-MARC για την πρόληψη των κακώσεων στο ποδόσφαιρο.

Τερζίδης Ιωάννης

Συγχρονος εργομετρικός έλεγχος-Αξιολόγηση ποδοσφαιριστών

Ζιώγας Γεώργιος

18.10-18.40 ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

18.40-19.00 ΔΙΑΛΕΞΗ

Προεδρείο : Νάτσης Κωνσταντίνος

Nutrition Supplements and Doping -New Aspects

Fabio Pigozzi

19:00-19:20 ΔΙΑΛΕΞΗ

Προεδρείο : Γιγής Παναγιώτης

Ενδοσκοπικές δυνατότητες αντιμετώπισης κακώσεων της ΣΣ σε αθλητές

Γκοδόλιας Γεώργιος

19:20-20:30 ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΗ ΣΕ

ΑΘΛΗΤΕΣ ΥΨΗΛΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ

Προεδρείο : Μπέλλα Ελένη - Παπαδοπούλου Σουζάνα

Διατροφικοί στόχοι και διατροφική στρατηγική για αύξηση της απόδοσης.

Κάβουρας Σταύρος

Παράμετροι ρύθμισης της διατροφής ανάλογα με το άθλημα

Κουϊδή Ειρήνη

Συμπληρώματα διατροφής. Πόσο απαραίτητα είναι;  
Καρασούλη Κωνσταντίνα  
Ενυδάτωση του αθλητή. Πως, πότε και γιατί.  
Τσαλουχίδου Σοφία

21.30 ΕΠΙΣΗΜΟ ΔΕΙΠΝΟ

ΚΥΡΙΑΚΗ 21.3.2010

08.00-10.00 ΕΛΕΥΘΕΡΕΣ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ

08.00-09.30 ΑΙΘΟΥΣΑ Α: ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΚΑΚΩΣΕΙΣ

Προεδρείο: Σπανός Ν.- Μαναβής Κ.

20. ΟΣΦΥΪΚΟ ΑΛΓΟΣ ΚΑΙ ΕΥΡΗΜΑΤΑ ΜΑΓΝΗΤΙΚΟΥ ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΥ ΣΕ ΕΦΗΒΟΥΣ  
ΑΘΛΗΤΕΣ

Κυρίτση Ο., Μαλλιάρόπουλος Ν., Τσίτας Κ., Νούσιος Γ., Παπαδόπουλος Χ.  
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗΣ, ΤΕΦΑΑ ΣΕΡΡΩΝ, Α.Π.Θ.

21. ΚΑΚΩΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΑΝΑΡΡΙΧΗΣΗ. Στεργιάκου Χ., Σουκαράς Ε, Χατζημανουήλ Δ., Μαναβής  
Κ., Κίτσιος Α  
ΤΕΦΑΑ, ΑΠΘ

22. ΜΕΤΑΒΟΛΕΣ ΤΗΣ ΝΕΥΡΙΚΗΣ ΑΓΩΓΙΜΟΤΗΤΑΣ ΤΟΥ ΜΕΣΟΥ ΝΕΥΡΟΥ ΣΕ ΑΘΛΗΤΕΣ  
JUDO

Καραγκούνης Π. 1, Πριόνας Γ. 1, Μπαλτόπουλος Π. 1, Τσιρώνη Μ. 2  
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΑΘΛΗΤΙΑΤΡΙΚΗΣ, ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ

23. ΡΗΞΗ ΤΕΤΡΑΚΕΦΑΛΟΥ ΑΠΟ ΤΗΝ ΚΑΤΑΦΥΣΗ ΤΟΥ ΣΤΗΝ ΕΠΙΓΟΝΑΤΙΔΑ -  
ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΜΕ ΟΣΤΙΚΕΣ ΑΓΚΥΡΕΣ

Νάτσης Κ., Λυρτζής Χ., Αναστασόπουλος Ν., Παπαθανασίου Ε.  
ΙΑΤΡΙΚΟ ΔΙΑΒΑΛΚΑΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

24. ΡΗΞΕΙΣ ΤΟΥ ΑΧΙΛΛΕΙΟΥ ΤΕΝΟΝΤΑ. ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΜΕ ΤΗΝ ΜΑΓΝΗΤΙΚΗ ΤΟΜΟΓΡΑΦΙΑ.

Μπιντούδη Α., Νάτσης Κ., Άγριου Α., Κοτζιαμάνη Ν., Κυριάκου Β., Τσιτουρίδης Ι.  
ΑΚΤΙΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΡΓΙΣΤΗΡΙΟ Γ. Ν. "ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ" ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

25. CHRONIC WHIPLASH SYNDROME AFTER CERVICAL WHIPLASH INJURIES IN  
ATHLETIC ACTIVITIES

C. Matzaroglou C., A. Kravas, K. Assimakopoulos, P. Tsaousis, E. Boudogianni, A. Saridis, P.  
Sfikas, A. Vris, P. Dimakopoulos  
DEPARTMENT OF ORTHOPAEDIC SURGERY, MEDICAL SCHOOL, UNIVERSITY OF  
PATRAS

26. THE OTTAWA RULES ARE NOT HELPFUL TO PREDICT ANKLE AND FOOT  
FRACTURES IN SPORTS ACTIVITIES

C. Matzaroglou, A. Kravas, A. Vris, A. Chatziantoniou, Athanaselis, A. Saridis,  
V. Karantzoulis, A. Kouzelis, P. Vlahopoulos, V. Tzeltzes, P. Dimakopoulos  
DEPARTMENT OF ORTHOPAEDIC SURGERY, MEDICAL SCHOOL, UNIVERSITY OF



PATRAS

08.30-09.30 ΑΙΘΟΥΣΑ Β: ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Προεδρείο: Πορφυριάδου Α. - Ασουχίδου Ε.

34 Η ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΟΣΦΥΑΛΓΙΑΣ ΣΕ ΑΘΛΗΤΕΣ ΜΕ ΔΥΟ ΦΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΥΣ ( MCKENZIE - SHIATSU )

Δημήτρης Κατσουπάκης MSc Φυσιοθεραπευτής  
ΕΡΓ. ΣΥΝΕΡΓ. ΤΜ. ΦΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΑΤΕΙ-Θ

35 Η ΣΥΜΒΟΛΗ ΤΩΝ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΩΝ ΜΕΣΩΝ ΣΤΗΝ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΤΗΣ ΤΕΝΟΝΤΟΠΑΘΕΙΑΣ ΤΟΥ ΑΧΙΛΛΕΙΟΥ ΤΕΝΟΝΤΑ.

Σκαμαγκή Γ., Αυτοσμίδης Δ., Στεφανής Η., Σιδέρη Κ.  
ΑΣΚΛΗΠΕΙΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

36 ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΣΕ ΒΛΑΒΗ ΤΟΥ ΜΑΚΡΟΥ ΘΩΡΑΚΙΚΟΥ ΝΕΥΡΟΥ ΣΕ ΑΘΛΗΤΕΣ ΤΗΣ ΑΡΣΗΣ ΒΑΡΩΝ

Λύτρας Δ., Ντοντουλάκη Β., Κοτταράς Σ., Πορφυριάδου Α., Κίτσιος Α., Θεοδωρίδης Κ.  
ΑΛΕΞΑΝΔΡΕΙΟ Τ.Ε.Ι. ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

37 ΕΞΕΛΙΞΗ ΚΑΙ ΠΡΟΒΛΕΨΗ ΠΑΓΚΟΣΜΙΩΝ ΚΑΙ ΟΛΥΜΠΙΑΚΩΝ ΕΠΙΔΟΣΕΩΝ ΣΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΔΡΟΜΩΝ ΤΑΧΥΤΗΤΑΣ

Πυλιανίδης Θ., Αγγελούσης Ν., Μαββίδης Α.  
ΤΕΦΑΑ, ΔΟΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ  
09.30-10.50 ΑΙΘΟΥΣΑ Α: ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΚΑΚΩΣΕΙΣ

Προεδρείο: Μπέλλα Ε. - Μιχαηλίδου Μ.

27 ΔΥΝΑΜΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΗΣ ΣΤΡΟΦΙΚΗΣ ΣΤΑΘΕΡΟΤΗΤΑΣ ΤΟΥ ΓΟΝΑΤΟΣ ΜΕΤΑ ΣΥΝΔΕΣΜΟΠΛΑΣΤΙΚΗ ΠΧΣ ΜΕ ΔΙΠΛΗ ΔΕΣΜΙΔΑ

Α. Τσαρούχας, Μ. Ιωσηφίδης, Δ. Κοτζαμιτέλος, Ι. Σπυρόπουλος, Χ. Χρυσάνθου, Ι. Γιακάς  
Γ.Ν. Γ. ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ

28 AN ARTHROSCOPIC SHOULDER TREATMENT FOR THE WEIGHTLIFTERS OF THE HELLENIC NATIONAL WEIGHTLIFTING TEAM (2000-2009)

George Tsikouris, Christos Gosis

29 ΑΡΘΡΟΣΚΟΠΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΜΕΜΟΝΟΜΕΝΩΝ ΚΑΙ ΣΥΝΔΥΑΣΜΕΝΩΝ ΡΗΞΕΩΝ ΟΠΙΣΘΙΟΥ ΧΙΑΣΤΟΥ ΣΥΝΔΕΣΜΟΥ

Λυρτζής Χ, Μαρκόπουλος Ν, Οικονομίδης Λ, Βλαγκόπουλος Μ, Παπαδόπουλος Π, Κρυστάλλης Χ,  
Β' ΟΡΘΟΠΑΙΔΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ - Γ.Ν.ΚΙΛΚΙΣ

30 ΚΑΤΑΓΜΑΤΑ ΑΓΚΩΝΑ. ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΜΕ ΤΗΝ ΑΞΟΝΙΚΗ ΤΟΜΟΓΡΑΦΙΑ ΚΑΙ 3D ΑΝΑΣΥΝΘΕΣΗ ΤΩΝ ΤΟΜΩΝ.

Μπιντούδη Α, Νάτσης Κ., Άγριου Α, Κοτζιαμάνη Ν, Κυριάκου Β., Τσιτουρίδης Ι.  
ΑΚΤΙΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ Γ. Ν. "ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ" ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

31 ΑΤΡΑΥΜΑΤΙΚΗ ΑΣΗΠΤΗ ΝΕΚΡΩΣΗ ΑΣΤΡΑΓΑΛΟΥ. ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΜΕ ΤΗΝ ΜΑΓΝΗΤΙΚΗ ΤΟΜΟΓΡΑΦΙΑ.

Μπιντούδη Α, Νάτσης Κ., Άγριου Α, Κοτζιαμάνη Ν, Κυριάκου Β., Τσιτουρίδης Ι.  
ΑΚΤΙΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ Γ. Ν. "ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ" ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

32 ΚΑΚΩΣΕΙΣ ΤΟΥ ΟΠΙΣΘΙΟΥ ΧΙΑΣΤΟΥ ΣΥΝΔΕΣΜΟΥ: ΔΙΕΡΕΥΝΣΗ ΜΕ ΤΗΝ ΜΑΓΝΗΤΙΚΗ ΤΟΜΟΓΡΑΦΙΑ.

Ροβίθη Α, Νάτσης Κ , Μπιντούδη Α, Άγριου Α, Κοτζιαμάνη Ν, Κυριάκου Β., Τσιτουρίδης Ι.  
ΑΚΤΙΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ Γ. Ν. "ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ" ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

33 ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΠΛΗΡΟΥΣ ΟΞΕΙΑΣ ΡΗΞΗΣ ΤΟΥ ΩΛΕΝΙΟΥ ΠΛΑΓΙΟΥ ΣΥΝΔΕΣΜΟΥ ΤΟΥ ΑΝΤΙΧΕΙΡΑ ΜΕ ΑΓΚΥΡΕΣ ΜΙΤΕΣ.

Α. Γκάντσος, Η. Φωτιάδης, Θ. Σβάρνας, Ε. Ηλιόπουλος, Φ. Βήττης, Α. Κράββας, Θ. Ντόβας.  
ΓΕΝΙΚΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΒΕΡΟΙΑΣ, ΟΡΘΟΠΑΙΔΙΚΟ ΤΜΗΜΑ.

09.30-10.30 ΑΙΘΟΥΣΑ Β: ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Προεδρείο: Συκαράς Ε.- Κούτρας Γ.

38 ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗ ΕΓΚΥΡΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΔΙΑΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗΣ ΔΙΑΣΚΕΥΗΣ ΚΛΙΝΙΚΗΣ ΚΛΙΜΑΚΑΣ ΒΑΔΙΣΗΣ ΚΑΙ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑΣ (GABS) ΣΤΟΝ ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΠΛΗΘΥΣΜΟ.

Χαλάτσης Γ.Π. , Θεοδωρίδης Κ., Πολάτου Ε.

Τ.Ε.Φ.Α.Α. ΠΑΝ. ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

39 Η ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΩΝ ΔΙΑΤΑΣΕΩΝ ΚΑΙ Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥΣ ΣΤΗΝ ΑΠΟΔΟΣΗ ΤΗΣ ΔΡΟΜΙΚΗΣ ΤΑΧΥΤΗΤΑΣ ΤΩΝ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΙΣΤΩΝ.

Κυριάκος Θεοδωρίδης-Φυσικοθεραπευτής

40 ΕΓΧΥΣΗ ΣΤΕΡΟΕΙΔΩΝ ΕΝΑΝΤΙ ΤΗΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΣΤΗΝ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΤΗΣ ΤΕΝΟΝΤΙΤΙΔΑΣ ΥΠΕΡΑΚΑΝΘΙΟΥ

Θ. Σβάρνας, Η. Φωτιάδης, Α. Γκάντσος, Ε. Ηλιόπουλος, Φ. Βήττης, Π. Πετριδης, Μ Κοιμτζής.  
ΓΕΝΙΚΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΒΕΡΟΙΑΣ, ΟΡΘΟΠΑΙΔΙΚΟ ΤΜΗΜΑ.

41 Η ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΟΥ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟΥ ΠΕΛΜΑΤΟΓΡΑΦΗΜΑΤΟΣ ΣΤΗΝ ΠΡΩΙΜΗ ΔΙΑΓΝΩΣΗ ΤΟΥ ΒΛΑΙΣΟΥ ΜΕΓΑΛΟΥ ΔΑΚΤΥΛΟΥ (HALLUX VALGUS) ΤΟΥ ΠΟΔΙΟΥ ΣΕ ΑΘΛΗΤΕΣ.

Νάτσης Κ.1, Κουτσονικόλας Δ.2, Διδάγγελος Μ.1, Κουτσονικόλα Π.2, Λυρτζής Χ.1, Λιαγκούρης Ι.2

1. ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΠΕΡΙΓΡΑΦΙΚΗΣ ΑΝΑΤΟΜΙΚΗΣ, ΙΑΤΡΙΚΗ ΣΧΟΛΗ Α.Π.Θ.

2. ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑΣ, ΙΑΤΡΙΚΗ ΣΧΟΛΗ Α.Π.Θ.

10.30-11.40 Η ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΩΝ ΡΕΚΟΡ ΚΑΙ ΤΑ ΟΡΙΑ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ

Προεδρείο : Χριστοδουλάκης Κώστας - Παπαϊωακώβου Γεώργιος

The glenoid labrum - What is its real morphology and its real function?

Juergen Koepke

Peculiarities of the muscle fiber - tendon attachment of the proximal biceps

femoris / semitendinosus complex

Hans Joachim Appel

Heritable boundaries of human performance

Jose Alberto Ramos Duarte

Ορια του ανθρωπίνου σώματος: πέρα από τα ανθρώπινα γονίδια  
Κλεισούρας Βασίλειος

11.40-12:00 ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

12.00-12:20 ΔΙΑΛΕΞΗ

Προεδρείο : Ξεπουλιάρης Πάρης

"Ευρωπαϊκές κατευθύνσεις για την εκπαίδευση στην αθλητιατρική"

Δρ. Νικόλας Χριστοδούλου

12.20-13.30 ΤΡΑΠΕΖΑ ΟΛΥΜΠΙΟΝΙΚΩΝ - Η ΟΛΟΚΛΗΡΩΣΗ ΕΝΟΣ ΟΝΕΙΡΟΥ

Προεδρείο : Τερζίδης Ιωάννης - Τριγκώνης Κωνσταντίνος

Σχεδιασμός και υλοποίηση μιας Ολυμπιακής προετοιμασίας

Σαρασλανίδης Πλούταρχος

Ο ρόλος των Ολυμπιονικών με την λήξη της Αθλητικής καριέρας

Κοσματόπουλος Ανδρέας

Ο δρόμος προς την κορυφή.

Μπεκατώρου Σοφία

Η αναγκαιότητα της επιστημονικής υποστήριξης

Νικολαΐδης Αλέξανδρος

13.30-13.45 ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ ΛΗΞΗ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ

Τερζίδης Ιωάννης

Πληροφορίες 2310 230459, [www.diaskepsis.gr](http://www.diaskepsis.gr)