



Δρ. Τρίγκας Παναγιώτης

ΕΠΩΝΥΜΟ: **Τρίγκας**

ΟΝΟΜΑ: **Παναγιώτης**

ΟΝ. ΠΑΤΡΟΣ: **Νικόλαος**

ΗΜΕΡ. ΓΕΝΝΗΣΗΣ: **05-11-1968**

ΤΟΠΟΣ ΓΕΝΝΗΣΗΣ: **Αθήνα**

ΤΟΠΟΣ ΚΑΤΟΙΚΙΑΣ: **Λαμία**

ΤΡΕΧΟΥΣΑ ΘΕΣΗ : **Λέκτορας**

ΓΝΩΣΤΙΚΟ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ:

Φυσικοθεραπεία

ΤΗΛ. ΓΡΑΦΕΙΟΥ: **22310-60222**

ΤΗΛ. ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑΣ: **22310-60176**

E-mail: **trigkas@uth.gr**

Σύνδεσμος Προσωπικής

Ιστοσελίδας:

<http://ptrigkas.phys.teiste.gr>

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ:

**Τμήμα Φυσικοθεραπείας,
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας,
3^ο χλμ. ΠΕΟ Λαμίας-Αθήνας,
ΤΚ 35100, Λαμία.**

2. ΣΠΟΥΔΕΣ - ΤΡΙΤΟΒΑΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

- **Διδακτορικό (PhD)** (2013) στις Επιστήμες Αποκατάστασης, Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου Μάντσεστερ, Μ. Βρετανίας.
- **Μεταπτυχιακό Δίπλωμα Ειδίκευσης στην Φυσικοθεραπεία (MSc)**, (2001), Σχολή Φυσικοθεραπείας, Πανεπιστήμιο του Μάντσεστερ, Μ. Βρετανία.
- **Πτυχίο Φυσικοθεραπείας (BSc)** 1993, Σχολή Κινησιοθεραπείας, Εθνικής Αθλητικής Ακαδημίας, Σόφια, Βουλγαρία.

3. ΣΥΝΕΧΙΖΟΜΕΝΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ & ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗ

Από το 1993 έως σήμερα έχω παρακολουθήσει **23 Σεμινάρια-Κλινικά Εργαστήρια** (12 σεμινάρια στην Ελλάδα, 8 σεμινάρια στην Μ. Βρετανία & 3 σεμινάρια στην Βουλγαρία). Το σύνολο των διδακτικών ωρών της Συνεχόμενης Επαγγελματικής Εκπαίδευσης & Δια Βίου Μάθησης είναι συνολικά **692 εκπαιδευτικές ώρες** στις εξής θεματικές ενότητες:

A. Manual Medicine-Manual Therapy (Ειδικές Τεχνικές Κινητοποίησης) 365 ώρες.

B. Κινητικός Έλεγχος (Motor Control) 37 ώρες.

Γ. Γηριατρική 40 ώρες.

Δ. Κλινική Εκπαίδευση 30 ώρες.

Ε. Συμπληρωματικές Θεραπείες 180 ώρες.

ΣΤ. Ηλεκτροθεραπεία & Φυσικά Μέσα 40 ώρες

A. Σεμινάρια Εξειδίκευσης Manual Therapy-Manual Medicine – Ειδικές Τεχνικές Κινητοποίησης

Orthopaedic Medicine- J. Cyriax Concept (Ορθοπεδική Ιατρική) (1999-2000) (76 ώρες).

1. Εκπαιδευτική Σειρά 1 – Άνω άκρο (Manchester, Μ. Βρετανία 1999).
2. Εκπαιδευτική Σειρά 2 – Κάτω Άκρο (Manchester, Μ. Βρετανία 1999).
3. Εκπαιδευτική Σειρά 3 – Σπονδυλική Στήλη Ι (Οσφυϊκή Μοίρα) (Manchester, Μ. Βρετανία 2000).
4. Εκπαιδευτική Σειρά 4 - Σπονδυλική Στήλη ΙΙ, (Θωρακική-Αυχενική Μοίρα) (Manchester, Μ. Βρετανία 2000).

Κατόπιν θεωρητικής και πρακτικής εξέτασης απέκτησα το **Diploma in Orthopaedic Medicine** του **Society of Orthopaedic Medicine-U.K.** Τα σεμινάρια αποτελούσαν υποχρεωτική ενότητα του μαθήματος «Ορθοπαιδική Ιατρική» του M.Sc. in Physiotherapy της Σχολής Φυσικοθεραπείας του Πανεπιστημίου του Μάντσεστερ Μ. Βρετανίας. Διδάσκουσα των σεμιναρίων: **Stephanie Saunders FCSP-FSOM.**

«Mulligan – Mobilisation with movements – N.A.G's and S.N.A.G's - Μέθοδος κινητοποίησης Mulligan» (2000, 2014) (11 ώρες).

5. Αυχενική-Θωρακική-Οσφυϊκή Μ.Σ.Σ-Λεκάνη (Carmathen NHS Hospital, Wales-UK, Μ. Βρετανία 2000)
6. Ημερίδα με διδάσκων τον **B. Mulligan** (Θεσσαλονίκη, 2014).

Maitland concept – Μέθοδος κινητοποίησης Maitland (1998-1999 & 2018) (160 ώρες που αντιστοιχούν σε 9 ECTS & 200 Continuing Education Units στην Γερμανία).

7. Αξιολόγηση & κινητοποίηση της ΣΣ & Πυέλου (Αθήνα 2018).
8. Αξιολόγηση & κινητοποίηση της ΣΣ & Πυέλου (Αθήνα 2018).
9. Αξιολόγηση & κινητοποίηση Άνω Άκρου (Αθήνα 2018).
10. Αξιολόγηση & κινητοποίηση Κάτω Άκρου (Αθήνα 2018).

Βασικό σεμινάριο Maitland – Concept® (Level 1) που διεξάγεται υπό την αιγίδα της Διεθνούς Ένωσης Καθηγητών της Μεθόδου (IMTA-International Maitland Teachers Association) σύμφωνα με

τα εκπαιδευτικά πρότυπα της IFOMPT (International Federation of Orthopaedic Manipulative Physical Therapists) & της WCPT (WORLD CONFEDERATION FOR PHYSICAL THERAPY). Διδάσκων Μ. Van Liebergen. Αθήνα 2018. Κατόπιν επιτυχών εξετάσεων έλαβα την πιστοποίηση Maitland Level 1.

McKenzie – Mechanical Diagnosis & Treatment – The McKenzie Institute International, Μηχανική Διάγνωση & Θεραπεία (1995-1997) (98 ώρες).

11. Μέρος Α- Οσφυϊκή Μοίρα (Αθήνα 1995).
12. Μέρος Β- Αυχενική και Θωρακική Μοίρα (Αθήνα 1995).
13. Μέρος Γ- Επίλυση Κλινικών Προβλημάτων – Πρακτική Εξάσκηση (Αθήνα 1996).
14. Μέρος Δ- Επίλυση Σύνθετων Κλινικών Προβλημάτων – Πρακτική Εξάσκηση (Αθήνα 1997).

Τεχνικές Μυοπεριτοναϊκής Απελευθέρωσης (1993) (20 ώρες).

15. «Αρχές Μυοπεριτοναϊκής Απελευθέρωσης: Αξιολόγηση & Τεχνικές Θεραπείας».

Τριήμερο Σεμινάριο του Κέντρο Μεταπτυχιακής Κατάρτισης-Εξειδίκευσης, Σχολή Κινησιοθεραπείας, Εθνική Αθλητική Ακαδημία (1993 Σόφια, Βουλγαρία).

Β. Σεμινάρια Εξειδίκευσης Κινητικού Ελέγχου & Λειτουργικής Παθολογίας του Κινητικού Συστήματος

Muscle Function in Musculoskeletal Pain Syndromes (2000) (21 ώρες).

16.«Η Λειτουργία των Μυών σε Επώδυνα Μυοσκελετικά Σύνδρομα»

Τριήμερο Σεμινάριο που διοργάνωσε το Body Control Systems & το North Hampshire N.H.S Hospital, Basingstoke, M. Βρετανία με Διδάσκων τον **Professor Vladimir Janda** (Charles University, Τσεχία) (North Hampshire, M. Βρετανία 2000).

Lumbopelvic Motor Control: An integrated approach to clinical assessment & treatment of motor control dysfunction in low back pelvic pain (2012) (16 ώρες).

17.«Οσφυο-Πυελικός Κινητικός Έλεγχος: διεξοδική προσέγγιση κλινικής αξιολόγησης & θεραπείας δυσλειτουργιών του κινητικού ελέγχου σε οσφυο-πυελικό πόνο»

Επιστημονικά Τεκμηριωμένη Προσέγγιση Ασκήσεων Σπονδυλικής Σταθεροποίησης της Αυστραλιανής Σχολής του University of Queensland. Διδάσκων του σεμιναρίου: **Professor Paul Hodges** (University of Queensland) (Αθήνα 2012).

Γ. Σεμινάρια Εξειδίκευσης στην Γηριατρική Φυσικοθεραπεία – Πρόγραμμα Ασκήσεων Πρόληψη Πτώσεων Ηλικιωμένων

ProFouND- Otago Exercise Program (2014) (40 ώρες).

18. ProFouND- Otago Exercise Program - Course Leader

19. ProFouND- Otago Exercise Program - Cascade Trainer

Κατόπιν θεωρητικής και πρακτικής εκπαίδευσης & εξέτασης απέκτησα το Δίπλωμα Otago Exercise Leader & Otago Exercise Cascade Trainer και είμαι εκπαιδευτής του ProFouND στην Ελλάδα. Διδάσκουσα: **Professor Dawn Skelton** (Glasgow Caledonian University). Το Σεμινάριο διοργανώθηκε από το Τμήμα Φυσικοθεραπείας του ΤΕΙ Στερεάς Ελλάδας.

Το **ProFouND (Prevention of Falls Network for Dissemination)**, είναι ένα επιστημονικά πιστοποιημένο Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα Πρόληψης πτώσεων των ηλικιωμένων που χρηματοδοτήθηκε από την Ευρωπαϊκή Ένωση {ICT Policy Support Programme (ICT PSP)-Competitiveness and Innovation Framework Programme of the European Union}.

Το πρόγραμμα συντονίζεται από το **Πανεπιστήμιο του Μάντσεστερ** και συμμετέχουν πολλά Ευρωπαϊκά Ιδρύματα & Φορείς μεταξύ των οποίων το **Εθνικό Κέντρο Επιστημονικών Ερευνών «Δημόκριτος»** και το **Τ. ΤΕΙ Στερεάς Ελλάδας**.

Δ. Σεμινάρια Εξειδίκευσης στην Κλινική Εκπαίδευση στην Φυσικοθεραπεία

Clinical education in Physiotherapy (1999-2000) (30 ώρες).

20.«Κλινική Εκπαίδευση στην Φυσικοθεραπεία - Εκπαιδευτική σειρά Α» (Manchester-UK, Μ. Βρετανία 1999).

21.«Κλινική Εκπαίδευση στην Φυσικοθεραπεία - Εκπαιδευτική σειρά Β» Manchester-UK, Μ. Βρετανία 2000).

Το σεμινάριο αποτελούσε υποχρεωτική ενότητα του μαθήματος «Κλινική Εκπαίδευση στην Φυσικοθεραπεία» του M.Sc. in Physiotherapy της Σχολής Φυσικοθεραπείας του Πανεπιστημίου του Μάντσεστερ Μ. Βρετανίας.

Ε. Σεμινάρια Εξειδίκευσης στις Συμπληρωματικές Θεραπείες

Σεμινάριο με θέμα :

22.«Κινέζικοι παραδοσιακοί μέθοδοι θεραπείας Βελονισμού – **Acupressure & Acupuncture**» (180 διδακτικές ώρες).

Σεμινάριο του Κέντρο Μεταπτυχιακής Κατάρτισης-Εξειδίκευσης, Σχολή Κινησιοθεραπείας, Εθνική Αθλητική Ακαδημία (30 Μαρτίου – 30 Ιουνίου 1993, Σόφια, Βουλγαρία).

ΣΤ. Σεμινάρια Εξειδίκευσης στα Φυσικά Μέσα & Ηλεκτροθεραπεία

23. «Φυσικά Μέσα-Ηλεκτροθεραπεία» (40 διδακτικές ώρες).

Σεμινάριο του Κέντρο Μεταπτυχιακής Κατάρτισης-Εξειδίκευσης, Σχολή Κινησιοθεραπείας, Εθνική Αθλητική Ακαδημία, σε συνεργασία με το Τμήμα Φυσιατρικής και Αποκατάστασης του Νοσοκομείου "Πιρογκόφ" της Σόφιας (14 - 23 Ιουνίου 1993, Σόφια, Βουλγαρία).

4. ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ & ΔΙΔΑΚΤΙΚΟ ΕΡΓΟ ΣΕ ΠΡΟΠΤΥΧΙΑΚΟ & ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ

- Ως Καθηγητής Εφαρμογών-Λέκτορας του Τμήματος Φυσικοθεραπείας του ΤΕΙ Στερεάς Ελλάδας (& πρώην ΤΕΙ Λαμίας) από το 2003 μέχρι σήμερα έχω διδάξει Φυσικοθεραπεία του Μυοσκελετικού Συστήματος, Φυσικοθεραπεία στην Νευροαποκατάσταση Ενηλίκων, Κινησιολογία & Εμβιομηχανική. Από το 2010 μέχρι σήμερα διδάσκω:

A. Στον Προπτυχιακό Κύκλο Σπουδών τα μαθήματα:

1. «Φυσικοθεραπεία Μυοσκελετικών Κακώσεων» (Θεωρία, 5^ο εξάμηνο),
2. «Κλινική Φυσικοθεραπεία Μυοσκελετικών Κακώσεων» (Θεωρία & Εργαστήριο, 6^ο εξάμηνο),
3. «Κλινική Φυσικοθεραπεία στην Νευροαποκατάσταση» (Κλινικό Εργαστήριο, 7^ο εξάμηνο).
4. Από το 2003 μέχρι σήμερα έχω εισηγηθεί & επιβλέψει περισσότερες από **90 Πτυχιακές Εργασίες Προπτυχιακού** επιπέδου (**BSc**), εκ των οποίων **12** ήταν **ερευνητικές Πτυχιακές εργασίες** οι οποίες και

παρουσιάστηκαν και σε Επιστημονικά Συνέδρια Φυσικοθεραπείας.

B. Στο Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών (ΠΜΣ) «Προηγμένη Φυσικοθεραπεία» διδάσκω το μάθημα:

1. «Αποκατάσταση Λειτουργικής Παθολογίας του Κινητικού Συστήματος» (Θεωρία & Εργαστήριο).
2. Από το 2015 μέχρι σήμερα έχω εισηγηθεί & επιβλέπει **4 ερευνητικές Διπλωματικές Εργασίες** Μεταπτυχιακού επιπέδου (MSc), οι οποίες και παρουσιάστηκαν και σε Επιστημονικά Συνέδρια Φυσικοθεραπείας. Επίσης έχω συμμετάσχει ως εσωτερικός εξεταστής σε 3 Ερευνητικές Διπλωματικές Μεταπτυχιακού επιπέδου.

Ως Καθηγητής Εφαρμογών-Λέκτορας του Τμήματος Φυσικοθεραπείας του ΤΕΙ Στερεάς Ελλάδας (& πρώην ΤΕΙ Λαμίας) από το 2003 μέχρι σήμερα ορίστηκα από το Τμήμα Φυσικοθεραπείας ως Υπεύθυνος και έχω εποπτεύσει το εκπαιδευτικό & κλινικό έργο, **διδάσκοντας στην Αγγλική γλώσσα**, πληθώρας αλλοδαπών φοιτητών του **Ευρωπαϊκού Προγράμματος Erasmus** από διάφορες χώρες όπως, Σουηδία, Βέλγιο, Ισπανία, Πορτογαλία. Η εκπαίδευση των φοιτητών Erasmus αφορούσε κυρίως την Εργαστηριακή & Κλινική εκπαίδευση στο πεδίο της Φυσικοθεραπείας του Μυοσκελετικού Συστήματος και διεξήχθη:

1. Εργαστηριακή εκπαίδευση στο ΤΕΙ.
2. Κλινική εκπαίδευση στην Ορθοπαιδική Κλινική του Νοσοκομείου Λαμίας.
3. Κλινική εκπαίδευση στο Ιδιωτικό Κέντρο Αποκατάστασης «Πολυκλινική Λαμίας».
4. Κλινική εκπαίδευση στο Ιδιωτικό Εργαστήριο Φυσικοθεραπείας Λαμίας «Φυσιokίνηση».

- Ως Εργαστηριακός Συνεργάτης του Τμήματος Φυσικοθεραπείας του ΤΕΙ Λαμίας από το 1996-1999 και από το 2001-2003 δίδαξα τα εξής μαθήματα:
- 1) Κινησιολογία I (Εργαστήριο).
 - 2) Κινησιολογία II (Εργαστήριο).
 - 3) Κινησιολογία III (Θεωρία & Εργαστήριο).
 - 4) Βιολογική Μηχανική (Θεωρία).
 - 5) Φυσικοθεραπεία ΙΙΓ (Φυσικοθεραπεία Αναπνευστικού Συστήματος) (Εργαστήριο),
 - 6) Φυσικοθεραπεία ΙΙΙΓ (Φυσικοθεραπεία Μυοσκελετικού Συστήματος) (Εργαστήριο & Κλινική).
 - 7) Αποκατάσταση Νευρολογικών Παθήσεων ΙΙ (Εργαστήριο).
 - 8) Φυσικοθεραπεία στο Μυοσκελετικό Σύστημα Ι (Θεωρία, Εργαστήριο & Κλινική).
 - 9) Κλινική Άσκηση ΙΙ (Εργαστήριο & Κλινική).

5. ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ

Εργάζομαι σαν **Πτυχιούχος Φυσικοθεραπευτής** από το 1993 μέχρι σήμερα ως εξής (Αρ. Άδειας Ασκήσεως Επαγγέλματος: 17461/30-11-1993 & Α.Μ του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών: 2029/2-12-1994):

- **(2015 μέχρι σήμερα) Φυσικοθεραπευτής** στο «Φυσιokίνηση» Εργαστήριο Φυσικοθεραπείας Λαμίας του κ. Μανδηλάρη Α. Υψηλάντου 75^Α Λαμία.
- **(2003-2007 & 2010 μέχρι σήμερα)** ως Υπεύθυνος του μαθήματος «Κλινικής Άσκησης Φυσικοθεραπείας Μυοσκελετικών Κακώσεων» & Διδάσκων στα μαθήματα «Κλινική Φυσικοθεραπεία Μυοσκελετικών Παθήσεων» & «Κλινικής Νευροαποκατάστασης» έχω **διδάξει & εποπτεύσει το κλινικό έργο** των

προπτυχιακών φοιτητών κατά την διάρκεια διαφόρων εξαμήνων στις εξής συνεργαζόμενες Κλινικές Βάσεις:

- ✓ Ορθοπαιδική Κλινική του Γ. Νοσοκομείου Λαμίας,
- ✓ Κέντρο Φυσικής Ιατρικής & Αποκατάστασης Λαμίας (ΚΕΦΙΑ, τ. ΚΕΚΥΚΑΑΜΕΑ),
- ✓ Κέντρο Αποκατάστασης Πολυκλινικής Λαμίας.
- ✓ Ραχούτσιο Γηροκομείο Λαμίας,
- ✓ Γηροκομείο Στυλίδας.

- **(2002-2003) Φυσικοθεραπευτής** του Κέντρου Κοινωνικής Υποστήριξης και Αποκατάστασης Ατόμων με Αναπηρίες (ΚΕΚΥΚΑΑΜΕΑ-ΕΟΚΦ) Λαμίας.

- **(1995-2003) Εργαστηριούχος Φυσικοθεραπευτής**, Πατρόκλου 37 Λαμία (Αρ. Άδειας Λειτουργίας: 7538/22-12-1995).

- **(1996-1999) Φυσικοθεραπευτής** στην ποδοσφαιρική ομάδα ΠΑΕ Α.Σ ΛΑΜΙΑ.
- **(1994-1995) Φυσικοθεραπευτής** του 401 (Γ.Σ.Ν.Α) Γενικού Στρατιωτικού Νοσοκομείου Αθήνας (Στρατ. Θητεία, απόφαση ΓΕΣ Φ. 411.4.4/31-01-1994).

- **(1994-1995) Φυσικοθεραπευτής** στην ποδοσφαιρική ομάδα ΠΑΕ ΦΩΣΤΗΡΑΣ, Αθήνα.

6. ΞΕΝΕΣ ΓΛΩΣΣΕΣ

- **Αγγλικά**, TOEFL score: 563/660, Αύγουστος 1998.

Φοίτηση σε κύκλο Μεταπτυχιακών σπουδών & εκπόνηση Ερευνητικής Διπλωματικής Εργασίας (M.Sc., 1999-2000) & φοίτηση σε κύκλο Διδακτορικών σπουδών & εκπόνηση Διδακτορικής Διατριβής (Ph.D., 2007-2012) στην Αγγλική γλώσσα.

- **Βουλγάρικα**, Επάρκεια Γλώσσας Ινστιτούτου Αλλοδαπών Φοιτητών, Σόφια, Αύγουστος 1989, βαθμός άριστα (9.3/10).

Φοίτηση σε κύκλο Προπτυχιακών σπουδών (B.Sc. 1989-1993) & εκπόνηση Ερευνητικής Πτυχιακής Εργασίας στην Βουλγάρικη γλώσσα.

7. ΥΠΟΤΡΟΦΙΕΣ – ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ

- ✓ **(1998)** Χορήγηση **Υποτροφίας Εξωτερικού** του **Ιδρύματος Κρατικών Υποτροφιών (ΙΚΥ)** κατόπιν επιτυχών γραπτών εξετάσεων για την εκπόνηση Μεταπτυχιακών Σπουδών στην Μ. Βρετανία.
- ✓ **(2018)** **Βραβείο καλύτερης Εργασίας** του 32ου Συνεδρίου της ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ: Κοντοζουδάκη Α., **Τρίγκας Π.** (2018), **«Η επίδραση των στασικών μεταβολών αυχένα και ώμου στην ηλεκτρομυογραφική δραστηριότητα των μυών της ωμικής ζώνης»**., 32ο Συνέδριο ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ με θέμα «Στάση, Βάδιση, Ισορροπία», σελ. 7, Αθήνα 20-22 Απριλίου 2018.
- ✓ **(2017)** **Βραβείο καλύτερης Εργασίας** του 31ου Συνεδρίου της ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ: Γέραλη Μ. & **Τρίγκας Π.** (2017) **«Ο ρόλος των Ασκήσεων Τμηματικής Σπονδυλικής Σταθεροποίησης (ΑΤΣΣ) ως θεραπευτικό μέσο σε ασθενείς με Χρόνια Οσφυαλγία λόγω Προβολής ή Πρόπτωσης Μεσοσπονδύλιου Δίσκου της ΟΜΣΣ»**, 31ο Συνέδριο ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ με θέμα «Κινητικός Έλεγχος: ενσωματώνοντας την Κινητική Μάθηση στον Κινητικό Έλεγχο», σελ. 7, Αθήνα 1-2 Απριλίου 2017.

- ✓ **(2009) Βραβείο καλύτερης Εργασίας** του 23^ο Συνεδρίου της ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ: Μανδηλάρης Μ. & Τρίγκας Π. (2009), **«Διερεύνηση της αποτελεσματικότητας της άσκησης αντίστασης στην ποιότητα ζωής των ασθενών με στεφανιαία νόσο»**, 23ο Συνέδριο Φυσικοθεραπείας της ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ με θέμα: «Ολιστική Φυσικοθεραπεία: Η επίδραση της στις δυσλειτουργίες των εσωτερικών οργάνων», σσ. 23-24, Αθήνα 4-6 Δεκεμβρίου 2009.

8. ΜΕΛΟΣ ΣΥΛΛΟΓΩΝ-ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΩΝ ΕΤΑΙΡΕΙΩΝ, ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΩΝ ΕΠΙΤΡΟΠΩΝ

- ❖ **(1993 ως σήμερα)** Μέλος του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών (Π.Σ.Φ).
- ❖ **(2011 ως σήμερα)** Μέλος της Ελληνικής Επιστημονικής Εταιρείας Φυσικοθεραπείας (Ε.Ε.Ε.Φ).
- ❖ **(2010-2012)** Μέλος της Επιστημονικής Επιτροπής (Editorial Board) του Περιοδικού «Θέματα Φυσικοθεραπείας» της Ελληνικής Επιστημονικής Εταιρείας Φυσικοθεραπείας (Indexed in the International database Cinahl Plus).
- ❖ **(2019)** Μέλος του Προεδρείου της Ε4 θεματικής ενότητας ελεύθερων ανακοινώσεων «Εμβιομηχανική – Αναπνευστικά - Χρόνιος Πόνος», 29ο Ετήσιο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο Φυσικοθεραπείας του ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ με θέμα «Άσκηση και φυσική δραστηριότητα στην αποκατάσταση. Τι, πού, ποιός & πότε», σελ. 8, Αθήνα 29-30 Νοεμβρίου & 1 Δεκεμβρίου 2019. .

- ❖ **(2018)** Μέλος της Επιστημονικής Επιτροπής του 28^{ου} Ετήσιου Πανελληνίου Επιστημονικού Συνεδρίου Φυσικοθεραπείας του ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ με θέμα «Νεότερα τεχνολογικά επιτεύγματα στην υπηρεσία της Θεραπευτικής Άσκησης. Τηλε-Φυσικοθεραπεία», σελ. 20, Αθήνα 23-25 Νοεμβρίου 2018.
- ❖ **(2018)** Μέλος του Προεδρείου της Δ' Θεματικής ενότητας «Τεχνολογία και άσκηση στο οίδημα και το λεμφοίδημα» του 28^{ου} Ετήσιου Πανελληνίου Επιστημονικού Συνεδρίου Φυσικοθεραπείας του ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ με θέμα «Νεότερα τεχνολογικά επιτεύγματα στην υπηρεσία της Θεραπευτικής Άσκησης. Τηλε-Φυσικοθεραπεία», σελ. 20, Αθήνα 23-25 Νοεμβρίου 2018.
- ❖ **(2017)** Μέλος της Επιτροπής Αξιολόγησης Ελεύθερων και Αναρτημένων Ανακοινώσεων του 27ου Ετήσιου Πανελληνίου Επιστημονικού Συνεδρίου Φυσικοθεραπείας ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ με θέμα «Φυσικοθεραπεία στην Ευρώπη: Μια αυτόνομη κλινική προσέγγιση». Αθήνα 24-26 Νοεμβρίου 2017.
- ❖ **(2017)** Μέλος του Προεδρείου της Γ' Θεματικής ενότητας «Αντιληπτική & Κινητική Ικανότητα στην Τρίτη Ηλικία. Φυσικοθεραπεία: Μια Σύγχρονη Προσέγγιση» του Επιστημονικού Τμήματος «Γηριατρική Φυσικοθεραπεία» του 27^{ου} Ετήσιου Πανελληνίου Επιστημονικού Συνεδρίου Φυσικοθεραπείας του ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ με θέμα «Φυσικοθεραπεία στην Ευρώπη: Μια αυτόνομη κλινική προσέγγιση». Σελ 28, Αθήνα 24-26 Νοεμβρίου 2017.

- ❖ **(2016)** Μέλος της Επιστημονικής Επιτροπής της Επιστημονικής Διημερίδας «Σύγχρονη πρακτική στη Αναπνευστική & Καρδιαγγειακή Φυσικοθεραπεία» του Περιφερειακού Τμήματος Φθιώτιδας, Φωκίδας, Βοιωτίας & Ευρυτανίας του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών, του Τμήματος Καρδιαγγειακής & Αναπνευστικής Φυσικοθεραπείας-Αποκατάστασης του Π.Σ.Φ & του Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών «Προηγμένη Φυσικοθεραπεία» του Τμήματος Φυσικοθεραπείας του Τ.Ε.Ι Στερεάς Ελλάδας, Λαμία 22 & 23 Οκτωβρίου 2016.

- ❖ **(2016)** Μέλος της Επιστημονικής Επιτροπής της 1^{ης} Επιστημονικής Ημερίδας του Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών (MSc) «ΠΡΟΗΓΜΕΝΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ» με θέμα «Φυσικοθεραπεία & Λειτουργικότητα: ανάπτυξη, διατήρηση, επανάκτηση», Τ.Ε.Ι Στερεάς Ελλάδας, Λαμία, 3 Ιουνίου 2016.

- ❖ **(2015 έως 2018)** Αιρετό Μέλος του Διοικητικού Συμβουλίου του Περιφερειακού Τμήματος Φθιώτιδας, Βοιωτίας, Φωκίδας & Ευρυτανίας του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών (Π.Σ.Φ)(Ν.Π.Δ.Δ).

9. ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΣ-ΕΠΙΜΟΡΦΩΤΗΣ ΣΥΝΕΧΙΖΟΜΕΝΗΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ & ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗΣ

1. Κατόπιν θεωρητικής και πρακτικής εξέτασης απέκτησα το Δίπλωμα Ottago Exercise Leader & Ottago Exercise Cascade Trainer και είμαι πιστοποιημένος εκπαιδευτής του ProFouND στην Ελλάδα:

ProFouND- Ottago Exercise Program - Course Leader
ProFouND- Ottago Exercise Program - Cascade Trainer

Το **ProFouND (Prevention of Falls Network for Dissemination)**, είναι ένα επιστημονικά πιστοποιημένο **Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα Πρόληψης Πτώσεων των ηλικιωμένων** που χρηματοδοτήθηκε από την Ευρωπαϊκή Ένωση {ICT Policy Support Programme (ICT PSP)-Competitiveness and Innovation Framework Programme of the European Union}.

Το πρόγραμμα συντονίζεται από το **Πανεπιστήμιο του Μάντσεστερ (Μ. Βρετανία)** και την **Later Life Training (LLT) (Μ. Βρετανία)**. Στο πρόγραμμα συμμετέχουν πολλά Ευρωπαϊκά Ιδρύματα & Φορείς μεταξύ των οποίων για την Ελλάδα συμμετέχει το **Εθνικό Κέντρο Επιστημονικών Ερευνών «Δημόκριτος»** και το **τ. ΤΕΙ Στερεάς Ελλάδας (2014-18)** με Επιστημονική Υπεύθυνη την Καθηγήτρια του Τμήματος Φυσικοθεραπείας Δρ Β. Σακελλάρη.

Από τον Νοέμβριο του 2018, και μετά την μετάθεση της συναδέλφου Δρ. Σακελλάρη στο Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής, ανέλαβα ως **Επιστημονικός Υπεύθυνος** του προγράμματος στο τ. ΤΕΙ Στερεάς Ελλάδας και πλέον στο Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας.

Από 2014 μέχρι σήμερα έχω συμμετάσχει ως **εκπαιδευτής ή αξιολογητής** σε 10 επιμορφωτικά σεμινάρια **ProFouND- Otago Exercise Program** που διοργάνωσε το **ΤΕΙ Στερεάς Ελλάδας** με την αρωγή του **Εθνικού Κέντρου Επιστημονικών Ερευνών «Δημόκριτος»** και έχουν εκπαιδευτεί περισσότεροι από 120 πτυχιούχοι Φυσικοθεραπευτές

2. Συμμετείχα ως εκπαιδευτής στο Κλινικό Εργαστήριο της Καθηγήτριας του ΤΕΙ Στερεάς Ελλάδας Σακελλάρη Β. με θέμα: **«Αιθουσαία αποκατάσταση: Κατάλληλες ασκήσεις για σταδιακή πρόκληση ζάλης. Συσχέτιση με πρόγραμμα Otago»**, στο 32ο Συνέδριο της ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ με θέμα «Ἰτάση, Βάδιση, Ισορροπία», Αθήνα 20-22 Απριλίου 2018.

10. ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟ ΕΡΓΟ

1. **(2013)** Εκπόνηση Ερευνητικής Μελέτης (PhD Research Project) στα πλαίσια της **Διδακτορικής Διατριβής** στις **Επιστήμες Αποκατάστασης της Ιατρικής Σχολής** του **Πανεπιστημίου του Μάντσεστερ**, Μ. Βρετανίας, με θέμα:

«Vastus Medialis Oblique-Vastus Lateralis Muscle Imbalance in Patellofemoral Pain Syndrome (PFPS) patients». «Μυϊκή ανισορροπία του Λοξού Έσω Πλατύ-Έξω Πλατύ σε ασθενείς με Σύνδρομο Επιγονατιδομηριαίου Πόνου (ΣΕΠ)».

2. **(2001)** Εκπόνηση Ερευνητικής Μελέτης (MSc Research Project) στα πλαίσια της **Μεταπτυχιακής Διπλωματικής Εργασίας** του Μεταπτυχιακού Διπλώματος Ειδίκευσης στην Φυσικοθεραπείας (M.Sc. in Physiotherapy) της **Σχολή Φυσικοθεραπείας** του **Πανεπιστημίου του Μάντσεστερ**, Μ. Βρετανίας με θέμα:

«Analysis of lower limbs muscle function: The influence of hip adduction activity on the quadriceps muscle electromyographic magnitude & ratio in weight-bearing conditions». «Ανάλυση της μυϊκής λειτουργίας του κάτω άκρου: Η επίδραση της δραστηριότητας της προσαγωγής του Ισχίου στο Ηλεκτρομυογραφικό μέγεθος & αναλογία του Τετρακέφαλου μυός σε συνθήκες κλειστής κινητικής αλυσίδας υπό φορτίο».

3. **(1993)** Εκπόνηση Ερευνητικής Μελέτης (BSc Research Project) στα πλαίσια της **Πτυχιακής Εργασίας** του Πτυχίου Φυσικοθεραπείας της **Σχολής Κινησιοθεραπείας** της **Εθνικής Αθλητικής Ακαδημίας**, Σόφια, Βουλγαρία, με θέμα:

«Αξιολόγηση της επίδραση της εφαρμογής της Φυσικοθεραπευτικής μεθόδου Bobath στην αποκατάσταση του άνω άκρου σε ασθενείς με ημιπληγία μετά από Αγγειακό Εγκεφαλικό Επεισόδιο».

4. **(2005-2007)** Ως μέλος της Επιστημονικής Επιτροπής του Ερευνητικού Υποέργου **«ΑΡΧΙΜΗΔΗΣ II – Ενίσχυση ερευνητικών ομάδων του Τ.Ε.Ι Λαμίας»** συμμετείχα έμμισθα στην εκπόνηση της Ερευνητικής Μελέτης με θέμα:

«Το φαινόμενο της πτώσης στους υγιείς Έλληνες υπερήλικες: Καταγραφή Σωματομετρικών και Σωματοκινητικών χαρακτηριστικών με στόχο την πρόληψη».

5. **(2005 – 2007):** Μέλος της Επιστημονικής Επιτροπής των Έργων **ΕΠΕΑΕΚ: «Γραφείο Διασύνδεσης – Υποστήριξη Επιχειρηματικών Ιδεών μέσα από το Γραφείο Διασύνδεσης του Τ.Ε.Ι Λαμίας».** (Αρ. Πρακτ. 377/28- 11 – 2005).

6. **(2013-2015)** Συμμετείχα ως έμμισθος Εξωτερικός Επιστημονικός Συνεργάτης του Ερευνητικού Υποέργου 05 (ΠΕ3, ΠΕ4, ΠΕ6 & ΠΕ7) **«ΑΡΧΙΜΗΔΗΣ III – ΕΣΠΑ 2007-13»** του Τμήματος Φυσικοθεραπείας του **ΤΕΙ Δυτικής Ελλάδας** (πρώην ΤΕΙ Πάτρας) στην εκπόνηση της Ερευνητικής Μελέτης με θέμα:

«Δημιουργία ενός προτύπου εργαλείου αξιολόγησης της οσφουαλγίας προς χρήση από Έλληνες επαγγελματίες υγείας μέσω της συστηματικής καταγραφής του προβλήματος της οσφουαλγίας».

7. **(2009)** Συμμετείχα ως βασικός Εξωτερικός Επιστημονικός Συνεργάτης στην προετοιμασία της υποβολής της ερευνητικής πρότασης στο πρόγραμμα **ΘΑΛΗΣ:** «Ενίσχυση της Διεπιστημονικής ή και Διδρυματικής έρευνας και καινοτομίας με δυνατότητα προσέλκυσης ερευνητών υψηλού επιπέδου από το εξωτερικό μέσω της διενέργειας βασικής και εφαρμοσμένης έρευνας αριστείας» με θέμα: **«Καθορισμός νευρομυϊκού προτύπου λειτουργίας τετρακεφάλου μυός με τη χρήση**

της τεχνητής νοημοσύνης: η επίδραση παθολογικών και τραυματικών παραγόντων, καθώς και της φυσικοθεραπευτικής παρέμβασης».

Η ερευνητική πρόταση σε σημαντικότατο βαθμό βασιζόταν στο ερευνητικό πρωτόκολλο της Διδακτορικής μου διατριβής που βρισκόταν σε διαδικασία εκπόνησης την περίοδο εκείνη.

8. Είμαι μέλος του θεσμοθετημένου **Ερευνητικού Εργαστηρίου «Ανθρώπινης Δραστηριότητας και Αποκατάστασης»** στις εγκαταστάσεις και τον ερευνητικό εξοπλισμό του οποίου, τόσο πριν την θεσμοθέτηση του όσο και μετά, έχω εισηγηθεί & εποπτεύσει την εκπόνηση συνολικά **17 ερευνητικών project**. Συγκεκριμένα έχω εποπτεύσει:

- ✓ **13 ερευνητικές Πτυχιακές** εργασίες Προπτυχιακού επιπέδου (**BSc**).
- ✓ **4 ερευνητικές Διπλωματικές** εργασίες Μεταπτυχιακού επιπέδου (**MSc**).

9. Από το 2015 μέχρι σήμερα έχω εισηγηθεί & επιβλέψει **4 ερευνητικές Διπλωματικές Εργασίες Μεταπτυχιακού** επιπέδου (**MSc**), οι οποίες και παρουσιάστηκαν και σε Επιστημονικά Συνέδρια Φυσικοθεραπείας:

1. «Ισορροπιστικά, ιδιοδεκτικά και κιναισθητικά χαρακτηριστικά σε άτομα με λειτουργική αστάθεια ποδοκνημικής», Α. Χατζή, 2016.
2. «Η επίδραση των στασικών μεταβολών αυχένα και ώμου στην ηλεκτρομυογραφική (EMG) δραστηριότητα των μυών της ωμικής ζώνης», Α. Κοντοζουδάκη, 2017.
3. «Η επίδραση του Άνω Σταυρωτού Συνδρόμου στην ιδιοδεκτικότητα του ώμου: πιλοτική μελέτη», Κ. Τσολίγκας, 2017.

4. «Η επίδραση των στασικών δυσλειτουργιών στην ηλεκτρομυογραφική (EMG) δραστηριότητα των αξονο-ωμοπλατειαίων μυών κάτω από διαφορετικές λειτουργικές συνθήκες», Γ. Κοτροκόης, 2019, έχει ολοκληρωθεί η συλλογή των πειραματικών δεδομένων και η ανάλυση & βρίσκεται στο στάδιο της συγγραφής της Διπλωματικής.

10. Από το 2003 μέχρι σήμερα έχω εισηγηθεί & επιβλέψει περισσότερες από **90 Πτυχιακές Εργασίες Προπτυχιακού επιπέδου (BSc)**, εκ των οποίων **13** ήταν **ερευνητικές Πτυχιακές εργασίες** οι οποίες και παρουσιάστηκαν και σε Επιστημονικά Συνέδρια Φυσικοθεραπείας:

1. «Ο ρόλος της γωνίας Q στην Ηλεκτρομυογραφική (EMG) δραστηριότητα του Λοξού Έσω Πλατύ και Έξω Πλατύ Μυός στην κλειστή κινητική αλυσίδα με φόρτιση βάρους» Ι. Σερπάνου, 2003.
2. «Η επίδραση της προσαγωγής του ισχίου στην Ηλεκτρομυογραφική (EMG) δραστηριότητα του Λοξού Έσω Πλατύ και Έξω Πλατύ Μυός στην κλειστή κινητική αλυσίδα με φόρτιση βάρους», Ε. Ζωγραφίδου, 2003.
3. «Ηλεκτρομυογραφική (EMG) καταγραφή της μυϊκής δραστηριότητας του Πρόσθιου Κνημιαίου μυός σε διάφορες θέσεις κατά την όρθια ανατομική στάση και ο ρόλος του στο άκρο πόδι», Γ. Μαντά 2004.
4. «Η επίδραση της συστηματικής άσκησης των προσαγωγών μυών του ισχίου στην επιλεκτική ενεργοποίηση του Λοξού Έσω Πλατύ μυός σε σχέση με τον Έξω Πλατύ. Ηλεκτρομυογραφική (EMG) Μελέτη Ατομικού Περιστατικού», Π. Παναγάκη, 2004.
5. «Το παράδοξο του λαγονοψοϊτή μυός και η ηλεκτρομυογραφική (EMG) του σχέση με τους κοιλιακούς μύες», Π. Μωραϊτόπουλος, 2006.

6. «Διαφορές στις πελματικές πιέσεις ανάμεσα σε λαϊκούς που βαδίζουν με υποδήματα & αθίγγανους που βαδίζουν χωρίς υποδήματα», Κ. Αγγελόπουλος, 2011.
7. «Η επίδραση των εξειδικευμένων κινησιοθεραπευτικών μεθόδων ως κύριο ή συνδυαστικό φυσικοθεραπευτικό μέσο στην αντιμετώπιση της ιδιοπαθούς σκολίωσης: Συστηματική ανασκόπηση της αρθρογραφίας και αξιολόγησή της με την κλίμακα PEDro», Α. Γηραλέα, 2012.
8. «Αξιολόγηση της λειτουργικότητας μετά από ολική αρθροπλαστική γόνατος: Συστηματική ανασκόπηση της αρθρογραφίας και αξιολόγησή της με την κλίμακα PEDro», Σ. Φωκίδη, 2012.
9. «Αξιολόγηση της λειτουργικότητας μετά από ολική αρθροπλαστική ισχίου: Συστηματική ανασκόπηση της αρθρογραφίας και αξιολόγησή της με την κλίμακα PEDro», Α. Κοντοστάθης, 2013.
10. «Μέθοδος τρισδιάστατης ανάλυσης των κινητικών χαρακτηριστικών της επιγονατίδας». Γ. Μακαλιά & Γ. Αγροδήμου, 2013.
11. «Μετάφραση & διαπολιτισμική διασκευή στην ελληνική γλώσσα της κλίμακας Kujala-Anterior Knee Pain», Ε. Μυστακίδου, Ι. Σαμαρά, 2014.
12. «Διερεύνηση της επίδρασης της μεθόδου Cyriax και της κινησιοθεραπείας στην φυσικοθεραπευτική αντιμετώπιση της έξω τενοντοπάθειας του αγκώνα: αξιολόγηση της αρθρογραφίας με την κλίμακα PEDro» Σ. Αργυρού, 2014.
13. «Διερεύνηση της συσχέτισης της μυϊκής δυσλειτουργίας του συμπλέγματος οσφύς-πυέλου-ισχίων με την δυσλειτουργία των Ιερολαγόνιων αρθρώσεων», Ε. Καλαντζή, 2015.

11. ΔΗΜΟΣΙΕΥΣΕΙΣ

A. Δημοσιεύσεις σε Επιστημονικά Περιοδικά με κριτές

1. Παράς Γ., Παυλίδης Α., Κρεκούκας Γ. & Τρίγκας Π. (2018) «**Η αποτελεσματικότητα των σύγχρονων έναντι των κλασικών φυσικοθεραπευτικών παρεμβάσεων στην αντιμετώπιση των διαταραχών ισορροπίας σε ενήλικες ημιπληγικούς: Συστηματική ανασκόπηση**», Επιθεώρηση Κλινικής Φαρμακολογίας και Φαρμακοκινητικής, 36: 71-89 (2018).
2. Κρεκούκας Γ., Καλιδώνη Β., Παράς Γ., Τρίγκας Π., Γιόφτσος Γ., Σακελλάρη Β. (2018), «**Αξιοπιστία και εγκυρότητα διαγνωστικών δοκιμασιών ιερολαγόνιας άρθρωσης**» Επιθεώρηση Κλινικής Φαρμακολογίας και Φαρμακοκινητικής, 36: 115-122 (2018).
3. Λιξέκα Γ. Ευαγγελία, Παράς Σ. Γεώργιος, Ταμπάκη Κ. Σοφία, Τρίγκας Ν. Παναγιώτης, (2018), «**Η επίδραση της θεραπευτικής αναρρίχησης στην αδρή κινητική λειτουργία εφήβου με ημιπληγία. Πιλοτική περιπτωσιακή πειραματική μελέτη (SCED)**», Επιθεώρηση Κλινικής Φαρμακολογίας και Φαρμακοκινητικής, 36: 47-64 (2018).
4. Gioftsos, G., Arvanitidis, M., Tsimouris, D., Kanellopoulos, A., Paras, G., Trigkas, P., Sakellari, V., (2016), “**EMG activity of serratus anterior and trapezius muscles during the different phases of Push-up Plus exercise on different support surfaces and hand positioning**”, Journal of Physical Therapy Science, 2016: 28(7): JPTS-2016-191.R1
5. Τρίγκας Π., Γιόφτσος Γ., Κουτσογιάννης Κ., Oldham J. (2012), “**Ο ρόλος του τετρακέφαλου στον εκτατικό μηχανισμό του γόνατος και η επίδραση σε παθήσεις και τραυματισμούς: Προτάσεις για μελλοντικές μελέτες**”, Θέματα Φυσικοθεραπείας 8(2):29-40.

6. Κανελλόπουλος Α., **Τρίγκας Π.**, Μανδηλάρης Α. (2011), **"Η ορολογία στην Φυσικοθεραπεία: ένα συνεχές πρόβλημα"**, Θέματα Φυσικοθεραπείας, 7(4):95-102.
7. Μανδηλάρης Α., **Τρίγκας Π.** (2010), **"Διερεύνηση της αποτελεσματικότητας της άσκησης αντίστασης στην ποιότητα ζωής των ασθενών με στεφανιαία νόσο"**, Θέματα Φυσικοθεραπείας, 6(1):23-32.
8. Paras G., Chavdaroff I., Radoslavova K., **Trigkas P.** (2001), **"Assessment of postural reaction changes in pre-term & full-term infants with suspected risk of cerebral palsy"**, Physical Medicine & Rehabilitation, 1(3): 12-23.

**Β. Δημοσιεύσεις σε Πρακτικά Διεθνών & Ελληνικών Επιστημονικών
Συνεδρίων με κριτές**

9. Λιανός Τ., Παράς Γ., Πουλής Ι., **Τρίγκας Π.**, Σπανός Σ. (2019), **«Η χρήση των ορθωτικών πελμάτων στην βελτίωση της στατικής και δυναμικής ισορροπίας σε υγιή πληθυσμό»**, 29ο Ετήσιο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο Φυσικοθεραπείας του ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ με θέμα «Άσκηση και φυσική δραστηριότητα στην αποκατάσταση. Τι, πού, ποιός & πότε», σελ. 18, Αθήνα 29-30 Νοεμβρίου & 1 Δεκεμβρίου 2019.
10. **Τρίγκας Π.** (2019) **«Δοκιμασίες αξιολόγησης και θεραπευτικά προγράμματα ασκήσεων πρόληψης των πτώσεων στην 3η & 4η ηλικία»**. Ετήσιο Φυσικοθεραπείας, Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπετών-Περιφερειακό Τμήμα Θεσσαλονίκης, Κιλκίς &

Χαλκιδικής, «Επικεντρωμένο Συνέδριο: Θεραπευτική άσκηση σε Μυοσκελετικά προβλήματα», σελ. 8, Θεσσαλονίκη, 4-5 Μαΐου 2019.

11. Κέρπι Α. & Τρίγκας Π. (2019) **«Αξιολογικός & Θεραπευτικός αλγόριθμος κλινικού συλλογισμού σε αυχεναλγία»**, 33ο Ετήσιο Επιστημονικό Συνέδριο ΕΕΕΦ «Φυσικοθεραπεία σε όλες τις βαθμίδες φροντίδας υγείας. Μια αμφίδρομη και δυναμική σχέση» , σελ. 9 Αθήνα, 12-14 Απριλίου 2019.
12. Κιάνα Ε., Κανελλόπουλος Α., Κοτροκόης Γ., Μανδηλάρης Α. & Τρίγκας Π. (2019) **«Ο ρόλος του αλγόριθμου κλινικού συλλογισμού στην αξιολόγηση του Σύνδρομου Υπακρωμιακής Πρόσκρουσης (ΣΥΠ) σε αθλητές»** 33ο Ετήσιο Επιστημονικό Συνέδριο ΕΕΕΦ «Φυσικοθεραπεία σε όλες τις βαθμίδες φροντίδας υγείας. Μια αμφίδρομη και δυναμική σχέση» , σελ. 8, Αθήνα, 12-14 Απριλίου 2019.
13. Γκίτσιου Θ., Λογγίου Α., Παράς, Γ. & Τρίγκας Π., (2019) **«Κριτήρια επιστροφής στην άθληση μετά από ανακατασκευή του Πρόσθιου Χιαστού Συνδέσμου (ΠΧΣ)»**, 33ο Ετήσιο Επιστημονικό Συνέδριο ΕΕΕΦ «Φυσικοθεραπεία σε όλες τις βαθμίδες φροντίδας υγείας. Μια αμφίδρομη και δυναμική σχέση» , σελ. 8, Αθήνα, 12-14 Απριλίου 2019.
14. Σιδηροπούλου Κ., Πασπάλα Ε. & Τρίγκας Π. (2019) **«Ταξινόμηση των εργαλείων και των δοκιμασιών στην πρόληψη των πτώσεων στην 3η ηλικία»**, 33ο Ετήσιο Επιστημονικό Συνέδριο ΕΕΕΦ «Φυσικοθεραπεία σε όλες τις βαθμίδες φροντίδας υγείας. Μια αμφίδρομη και δυναμική σχέση» , σελ. 9, Αθήνα, 12-14 Απριλίου 2019.
15. Κιάνα Ε., Κανελλόπουλος Α., Τρίγκας Π. (2018) **«Αλγόριθμος κλινικού συλλογισμού αξιολόγησης ασθενών με σύνδρομο υπακρωμιακής πρόσκρουσης»**, 28ο Ετήσιο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο

Φυσικοθεραπείας του ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ με θέμα «Νεότερα τεχνολογικά επιτεύγματα στην υπηρεσία της Θεραπευτικής Άσκησης. Τηλε-Φυσικοθεραπεία», σελ. 15, Αθήνα 23-25 Νοεμβρίου 2018.

- 16.** Μαυροπάνος Θ., Δημητριάδης Ζ., Κανελλόπουλος Α., Μπίλλη Ε, **Τρίγκας Π.**, Στριμπάκος Ν., Ματζάρογλου Χ. & Καπρέλη Ε. (2018) **«Κλινική εκτίμηση της λειτουργικής έσω στροφής ισχίου»**, 8^ο Συνέδριο ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΕΜΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗΣ, σελ. 47, Θεσσαλονίκη 1-2 Σεπτεμβρίου 2018.
- 17.** Τρίγκας Π., (2018) **«Αποκατάσταση της Λειτουργικής Παθολογίας του Κινητικού Συστήματος: Η κλινική περίπτωση του επιγονατιδομηριαίου πόνου»**, 32^ο Συνέδριο ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ με θέμα «Στάση, Βάδιση, Ισορροπία», σελ. 11, Αθήνα 20-22 Απριλίου 2018.
- 18.** Κοντοζουδάκη Α., **Τρίγκας Π.** (2018), **«Η επίδραση των στασικών μεταβολών αυχένα και ώμου στην ηλεκτρομυογραφική δραστηριότητα των μυών της ωμικής ζώνης»**, 32^ο Συνέδριο ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ με θέμα «Στάση, Βάδιση, Ισορροπία», σελ. 7, Αθήνα 20-22 Απριλίου 2018. Βραβευμένη ως η καλύτερη προφορική ανακοίνωση Μεταπτυχιακού φοιτητή του Συνεδρίου.
- 19.** Νάσης Η., Πουρνιά Β., **Τρίγκας Π.**, (2018), **«Εκτίμηση ισορροπίας και κινδύνου πτώσης σε ασθενείς με πρόθεση κάτω άκρου με τη χρήση της κλίμακας ισορροπίας BERG»**, 32^ο Συνέδριο ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ με θέμα «Στάση, Βάδιση, Ισορροπία», σελ. 14, Αθήνα 20-22 Απριλίου 2018.

20. Γκιώκα Α., Τρίγκας Π., (2018), «Ο ρόλος της στάσης της θωρακικής μοίρας της ΣΣ και της θέσης της ωμοπλάτης σε επώδυνα σύνδρομα της γληνοβραχιόνιας άρθρωσης», 32ο Συνέδριο ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ με θέμα «Στάση, Βάδιση, Ισορροπία», σελ. 14, Αθήνα 20-22 Απριλίου 2018.
21. Τσολίγκας Κ., Καραβάνας Α. & Τρίγκας Π. (2017) «Αξιολόγηση της κιναισθησίας του ώμου με τη χρήση σημειακού λέιζερ-LP-ART» 27ο Ετήσιο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο Φυσικοθεραπείας του ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ με θέμα «Φυσικοθεραπεία στην Ευρώπη: Μια αυτόνομη κλινική προσέγγιση». Σελ 28, Αθήνα 24-26 Νοεμβρίου 2017.
22. Τσολίγκας Κ., Καραβάνας Α. & Τρίγκας Π. (2017) «Αξιολόγηση της μονό-χειρικής δυναμικής σταθερότητας του ώμου – SADS» 27ο Ετήσιο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο Φυσικοθεραπείας του ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ με θέμα «Φυσικοθεραπεία στην Ευρώπη: Μια αυτόνομη κλινική προσέγγιση». Σελ. 25, Αθήνα 24-26 Νοεμβρίου 2017.
23. Ζουμποπούλου Π., Γραμματοπούλου Ε., Τρίγκας Π., Κορτιάνου Ε. (2017) «Διερεύνηση της φυσικής δραστηριότητας και της φυσικής κατάστασης σε υγιείς ενήλικες καπνιστές και μη καπνιστές», 27ο Ετήσιο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο Φυσικοθεραπείας του ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ με θέμα «Φυσικοθεραπεία στην Ευρώπη: Μια αυτόνομη κλινική προσέγγιση». Σελ 15, Αθήνα 24-26 Νοεμβρίου 2017.
24. Τρίγκας Παναγιώτης, (2017) «Η επίδραση της στατικής & σταθεροποιητικής λειτουργίας του διαφράγματος στον οσφυοπυελικό κινητικό έλεγχο», 31ο Συνέδριο ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ

ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ με θέμα «Κινητικός Έλεγχος: ενσωματώνοντας την Κινητική Μάθηση στον Κινητικό Έλεγχο», σελ. 9, Αθήνα 1-2 Απριλίου 2017.

25.Γέραλη Μ., Τρίγκας Π. (2017) «Ο ρόλος των Ασκήσεων Τμηματικής Σπονδυλικής Σταθεροποίησης (ΑΤΣΣ) ως θεραπευτικό μέσο σε ασθενείς με Χρόνια Οσφυαλγία λόγω Προβολής ή Πρόπτωσης Μεσοσπονδύλιου Δίσκου της ΟΜΣΣ», 31^ο Συνέδριο ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ με θέμα «Κινητικός Έλεγχος: ενσωματώνοντας την Κινητική Μάθηση στον Κινητικό Έλεγχο», σελ. 7, Αθήνα 1-2 Απριλίου 2017. Βραβευμένη ως η καλύτερη προφορική ανακοίνωση φοιτητή του Συνεδρίου.

26.Βάσσης Κ., Τρίγκας Π. (2016), «Κλινική ανάλυση βάδισης: Μέθοδοι, χαρακτηριστικά & ο ρόλος της στην Φυσικοθεραπεία», 26^ο Ετήσιο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο Φυσικοθεραπείας του ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ με θέμα «Προηγμένη Φυσικοθεραπεία. Αποκατάσταση & Ποιότητα ζωής». Σελ. 19, Αθήνα 25-27 Νοεμβρίου 2016.

27.Μάγερ Φ., Τρίγκας Π. (2016) «Ο ρόλος της Νευροπλαστικότητας σε Χρόνιες Μυοσκελετικές Διαταραχές. Το Παράδειγμα του Χρόνιου Πόνου στον Αυχένα», 26^ο Ετήσιο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο Φυσικοθεραπείας του ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ με θέμα «Προηγμένη Φυσικοθεραπεία. Αποκατάσταση & Ποιότητα ζωής». Σελ. 24, Αθήνα 25-27 Νοεμβρίου 2016.

28.Αργυρού Σ., Μανδηλάρης Α., Τρίγκας Π. (2016) «Σωματοαισθητηριακά χαρακτηριστικά του πόνου σε ασθενείς με χρόνια οσφυαλγία μη εξειδικευμένης αιτιολογίας», 26^ο Ετήσιο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο Φυσικοθεραπείας του ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ με θέμα «Προηγμένη Φυσικοθεραπεία. Αποκατάσταση & Ποιότητα ζωής». Σελ. 24, Αθήνα 25-27 Νοεμβρίου 2016.

29.Μακαλιά, Γ., Φειδά, Δ., Αγροδήμου, Γ., **Τρίγκας, Π.**, Πουλής, Ι. & Κανελλόπουλος, Α. (2014), **«Δυναμική καταγραφή της γωνίας Q του γόνατος κατά τη βάρδια»**, 24^ο Ετήσιο Συνέδριο Φυσικοθεραπείας του ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ με θέμα «Επανεκκίνηση – Διεθνής κατευθυντήριες οδηγίες, μια σύγχρονη διεπιστημονική προσέγγιση», Σελ. 12, Αθήνα 5-7 Δεκεμβρίου 2014.

30.Τρίγκας Π. (2013), **“Μετεγχειρητική Φυσικοθεραπευτική αντιμετώπιση σε χόνδρινη βλάβη του γόνατος”**, 23^ο Ετήσιο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο Φυσικοθεραπείας του ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ με θέμα "Εφαρμοσμένη Μυοσκελετική Φυσικοθεραπεία: Επιστημονική τεκμηρίωση ή προσωπική άποψη;" σ.10, Αθήνα 22-24 Νοεμβρίου 2013.

31.Μπίλλη Ε., Φουσέκης Κ., Γιόφτσος Γ., Λαμπροπούλου Σ., **Τρίγκας Π.**, Καπρέλη Ε., Παπανδρέου Μ., Oldham, J., Τσέπης Η. (2013), **“Η οσφυαλγία στον ελληνικό γενικό πληθυσμό: ποιότητα ζωής, ανικανότητα & ψυχοκοινωνικό προφίλ”**, 23^ο Ετήσιο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο Φυσικοθεραπείας του ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ με θέμα «Εφαρμοσμένη Μυοσκελετική Φυσικοθεραπεία. Επιστημονική τεκμηρίωση ή Προσωπική Άποψη;», σ. 17, Αθήνα 22-24 Νοεμβρίου 2013.

32.Γενιτσαρόπουλος Χ., Καπρέλη Ε., Πουλής Ι., **Τρίγκας Π.**, Σπανός Σ. (2013), **“Κατασκευή δείκτη μέτρησης του βαθμού ικανοποίησης των Φοιτητών από την Πρακτική Άσκηση”**, 23^ο Ετήσιο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο Φυσικοθεραπείας του ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ με θέμα «Εφαρμοσμένη Μυοσκελετική Φυσικοθεραπεία. Επιστημονική τεκμηρίωση ή Προσωπική Άποψη;», σ.17, Αθήνα 22-24 Νοεμβρίου 2013.

33. Καπρέλη Ε., Πουλής Ι., Γενιτσαρόπουλος Χ., **Τρίγκας Π.**, Σπανός Σ. (2013), **"Σύγκριση δημόσιου-ιδιωτικού Φορέα Πρακτικής Άσκησης: κριτήρια επιλογής, προσδοκίες ασκουμένων και δυνατότητα εύρεσης εργασίας"**, 23ο Ετήσιο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο Φυσικοθεραπείας του ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ με θέμα «Εφαρμοσμένη Μυοσκελετική Φυσικοθεραπεία. Επιστημονική τεκμηρίωση ή Προσωπική Άποψη;», σ. 17 Αθήνα 22-24 Νοεμβρίου 2013.
34. Γηραλέα Α., Καδηκάς Ι., **Τρίγκας Π.** (2012) **"Η επίδραση των εξειδικευμένων κινησιοθεραπευτικών μεθόδων ως κύριο ή συνδυαστικό φυσικοθεραπευτικό μέσο στην αντιμετώπιση της ιδιοπαθούς σκολίωσης: Συστηματική ανασκόπηση της αρθρογραφίας και αξιολόγηση της με την κλίμακα PEDro"**, 22ο Ετήσιο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο του ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ με θέμα: "Φυσικοθεραπεία: Σύγχρονες τάσεις & προοπτικές", σσ. 45-46, Αθήνα 7-9 Δεκεμβρίου 2012.
35. Φωκίδη Σ., Αλεξόπουλος Θ., Μανδηλάρης Α., **Τρίγκας Π.** (2012), **"Αξιολόγηση της λειτουργικότητας μετά από ολική αρθροπλαστική γόνατος: Συστηματική Ανασκόπηση της αρθρογραφίας και αξιολόγηση της με την κλίμακα PEDro"**, 22ο Ετήσιο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο του ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ με θέμα: "Φυσικοθεραπεία: Σύγχρονες τάσεις & προοπτικές", σσ. 48-50, Αθήνα 7-9 Δεκεμβρίου 2012.
36. **Τρίγκας Π.** (2011), **"Μυϊκή ανισορροπία τετρακέφαλου μυός στον επιγονατιδομηριαίο πόνο"**, 25ο Συνέδριο Φυσικοθεραπείας της

ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ με θέμα:
"Κινησιοθεραπεία: στο άτομο & στην ομάδα", σ. 13, Αθήνα 4-6
Νοεμβρίου 2011.

37.Τρίγκας Π., Γιόφτσος Γ., Κανελλόπουλος Α., Callaghan M., Oldham J. (2010), **"Επιλογή υπολογιστικού αλγόριθμου για την κλινική ανίχνευση μυϊκής ανισορροπίας του τετρακέφαλου μυός σε ασθενείς με επιγονατιδομηριαίο πόνο"**, 4ο Πανελλήνιο Συνέδριο ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΕΜΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗΣ, σ.167, Ιωάννινα 4-6 Ιουνίου 2010.

38.Κανελλόπουλος Α., Τρίγκας Π., Γιόφτσος Γ. (2010), **"Ανάλυση κύριων συνιστωσών της άκρας χείρας κατά τη μέγιστης προσπάθειας στατική λαβή ακριβείας"**, 4ο Πανελλήνιο Συνέδριο ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΕΜΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗΣ, σ. 118, Ιωάννινα 4-6 Ιουνίου 2010.

39.Μανδηλάρης Μ., Τρίγκας Π. (2009), **"Διερεύνηση της αποτελεσματικότητας της άσκησης αντίστασης στην ποιότητα ζωής των ασθενών με στεφανιαία νόσο"**, 23ο Συνέδριο Φυσικοθεραπείας της ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ με θέμα: "Ολιστική Φυσικοθεραπεία: Η επίδραση της στις δυσλειτουργίες των εσωτερικών οργάνων", σσ. 23-24, Αθήνα 4-6 Δεκεμβρίου 2009. Βραβευμένη ως η καλύτερη προφορική ανακοίνωση φοιτητή του Συνεδρίου.

40.Sakellari V., Kapreli E., Kortianou E., Strimpakos N., Poulis I., Trigkas P., Gioftsos G. **"Evaluation of the educational activities in a Greek higher educational Physiotherapy department"** 2nd European Congress on Physiotherapy Education, Stockholm Sweden, 25-26 September 2008.

41.Billis E., McCarthy C., Papandreou M., Krekoukias G., Trigkas P., Stathopoulos I., Oldham J. (2007),**"Clinical assessment attitudes and**

diagnostic practice in low back pain: comparison between Greek and UK physiotherapists", Proceedings of the IXth INTERNATIONAL FORUM OF PALMA, " Primary care research on low back pain", p.88, Palma de Mallorca 4-6 October 2007.

42. Billis, E., Ioannou F., Filon G., Kapreli E., Strimpakos N., Spatharakis G., **Trigkas P.**, Sakellari V., Gioftsos G. (2006), "**The Greek version of the FES-I and CONFBAL questionnaires: Cross – Cultural adaptation and validation**", Proceedings of 4th Congress of the EUROPEAN UNION GERIATRIC MEDICINE SOCIETY, Journal Of Nutrition, Health & Aging, Vol. 10, (4), p. 333.

43. Μπίλλη Ε., Ιωάννου Φ., Φίλων Γ., Κοροβέση Κ., Καπρέλη Ε., Δόντα Ι., Πουλής Ι., **Τρίγκας Π.** & Γιόφτσος Γ. (2006) «**Η Ελληνική έκδοση των ερωτηματολογίων FES-I και Confbal: Εγκυρότητα και διαπολιτισμική διασκευή**». 20^ο Συνέδριο Φυσικοθεραπείας της ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ (ΕΕΕΦ), Αθήνα 2006 (Poster).

44. **Trigkas P.** (2005), "**Electromyographic clinical analysis of the lower limb muscle function: the influence of Isometric hip adduction on the quadriceps femoris activity**", Proceedings of the 9th MC KENZIE INSTITUTE INTERNATIONAL CONFERENCE 'The McKenzie Method in the Era of the Evidence Based Practice", pp.65-66, Crete 3-5 June 2005.

45. **Trigkas P.**, Mandilaris A. Paras G., Gioftsos G., Sakellari V. (2004), "**Clinical analysis of lower limb muscle function : The influence of hip adduction activity on the quadriceps femoris muscle EMG magnitude and ratio, in weight bearing conditions**", Proceedings of the 4th INTERNATIONAL CONFERENCE ON STRENGTH TRAINING, pp. 356-357, TEFAA Serres-Aristotle University, Serres, 3-7 November 2004.

46. Μαντά Γ., Τρίγκας Π. (2004) “**Ηλεκτρομυογραφική καταγραφή της μυϊκής δραστηριότητας του πρόσθιου κνημιαίου μυός σε επιλεγμένες θέσεις κλειστής βιοκινητικής αλυσίδας**”, Ετήσιο Πανελλήνιο Συμπόσιο Φυσικοθεραπείας του ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ, με θέμα: «Η συμβολή της Φυσικοθεραπείας στην αποκατάσταση παθήσεων & κακώσεων στα οστά & τις αρθρώσεις» σ. 35 , Αθήνα 5-7 Νοεμβρίου 2004.
47. Σερπάνου Ι., Τρίγκας Π. (2004) “**Ο ρόλος της γωνίας Q στην Ηλεκτρομυογραφική δραστηριότητα του Λοξού Έσω Πλατύ & Έξω Πλατύ μυός σε συνθήκες κλειστής βιοκινητικής αλυσίδας**”, Ετήσιο Πανελλήνιο Συμπόσιο Φυσικοθεραπείας του ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ, με θέμα: «Η συμβολή της Φυσικοθεραπείας στην αποκατάσταση παθήσεων & κακώσεων στα οστά & τις αρθρώσεις», σσ. 36-37, Αθήνα 5-7 Νοεμβρίου 2004.
48. Παναγάκη Π., Τρίγκας Π. (2004), “**Η επίδραση της συστηματικής άσκησης των προσαγωγών μυών του ισχίου στην επιλεκτική ενεργοποίηση του Λοξού Έσω Πλατύ μυός σε σχέση με τον Έξω Πλατύ. Ηλεκτρομυογραφική Μελέτη Ατομικού Περιστατικού**”, Ετήσιο Πανελλήνιο Συμπόσιο Φυσικοθεραπείας του ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ, με θέμα: «Η συμβολή της Φυσικοθεραπείας στην αποκατάσταση παθήσεων & κακώσεων στα οστά & τις αρθρώσεις», σ. 37, Αθήνα 5-7 Νοεμβρίου 2004.
49. Ζωγραφίδου Ε., Τρίγκας Π. (2004), “**Η επίδραση της ισομετρικής προσαγωγής του ισχίου στην Ηλεκτρομυογραφική δραστηριότητα του Λοξού Έσω Πλατύ και Έξω Πλατύ μυός**”, 18^ο Συνέδριο ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ, Αθήνα 3-5 Δεκεμβρίου 2004.

50. **Trigkas P., Sakellari V., Paras G., Mandilaris A. (2002) "The effect of the hip adduction activity on the quadriceps femoris muscle EMG in weight-bearing conditions"**, Proceedings of the 7th ANNUAL CONGRESS OF THE EUROPEAN COLLEGE OF SPORTS SCIENCE, p. 425, Vol. 1, University of Athens, Athens 24-28 July 2002.

Γ. Δημοσιεύσεις σε Πρακτικά Διεθνών & Ελληνικών Επιστημονικών Συνεδρίων χωρίς κριτές

51. **Τρίγκας Π. (2013), "Φυσικοθεραπευτική Αντιμετώπιση μετά από Χειρουργική Αποκατάσταση Χόνδρινης Βλάβης του Γόνατος"**, Διεθνές Επιστημονικό Συνέδριο Φυσικοθεραπείας, Οργάνωση: Περιφερειακό Τμήμα Θεσσαλονίκης, Κιλκίς & Χαλκιδικής του ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ, Θεσσαλονίκη 7-9 Ιουνίου 2013.

52. **Γ. Μαντά, Τρίγκας Π., (2005), "Ηλεκτρομυογραφική καταγραφή της μυϊκής δραστηριότητας του πρόσθιου κνημιαίου μυός σε επιλεγμένες θέσεις κλειστής βιοκινητικής αλυσίδας"**, Ερευνητική Πτυχιακή Εργασία Τμήματος Φυσικοθεραπείας, 2^ο ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΔΙΑΤΜΗΜΑΤΙΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΦΟΙΤΗΤΩΝ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ, «Η Φυσικοθεραπεία στις αρχές του 21^{ου} αιώνα», 20-22 Μαΐου 2005.

53. **Παναγάκη Π., Τρίγκας Π., (2005), "Η επίδραση της συστηματικής άσκησης των προσαγωγών μυών του ισχίου στην επιλεκτική ενεργοποίηση του Λοξού Έσω Πλατύ μυός σε σχέση με τον Έξω Πλατύ. Ηλεκτρομυογραφική Μελέτη Ατομικού Περιστατικού"**, Ερευνητική Πτυχιακή Εργασία Τμήματος Φυσικοθεραπείας, 2^ο ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΔΙΑΤΜΗΜΑΤΙΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΦΟΙΤΗΤΩΝ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ, «Η Φυσικοθεραπεία στις αρχές του 21^{ου} αιώνα», 20-22 Μαΐου 2005.

Δ. Κλινικά Εργαστήρια σε Συνέδρια

54. Σακελλάρη Β. Κομισσόπουλος Χ. Νικήτας Χ. **Τρίγκας Π.**, (2018), **«Αιθουσαία αποκατάσταση: Κατάλληλες ασκήσεις για σταδιακή πρόκληση ζάλης. Συσχέτιση με πρόγραμμα Οtago»**, 32ο Συνέδριο ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ με θέμα «Στάση, Βάδιση, Ισορροπία», σελ. 47-49, Αθήνα 20-22 Απριλίου 2018.

12. ΣΥΓΓΡΑΦΙΚΟ ΕΡΓΟ

A. Επιμέλεια Μετάφρασης Ελληνικής Έκδοσης Βιβλίων

- 1) Κεφάλαιο 1: **«Κακώσεις του χεριού & του καρπού»** των Brotzman & Manske, **“Ορθοπαιδική Αποκατάσταση στην Κλινική Πράξη: με Βιβλιογραφική Τεκμηρίωση”**, 2^η Ελληνική Έκδοση, Ιατρικές Εκδόσεις Κωνσταντάρας, Αθήνα, 2015.
- 2) Κεφάλαιο 2: **«Κακώσεις του Αγκώνα»** των Brotzman & Manske, **“Ορθοπαιδική Αποκατάσταση στην Κλινική Πράξη: με Βιβλιογραφική Τεκμηρίωση”**, 2^η Ελληνική Έκδοση, Ιατρικές Εκδόσεις Κωνσταντάρας, Αθήνα, 2015.

Έχω συγγράψει **Διδακτικές Σημειώσεις των μαθημάτων του Προπτυχιακού & Μεταπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών Φυσικοθεραπείας** που διδάσκω & δίδασκα στο Τμήμα Φυσικοθεραπείας (των πρώην ΤΕΙ Στερεάς Ελλάδας & πρώην ΤΕΙ Λαμίας) και πλέον Πανεπιστημίου Θεσσαλίας:

B. Συγγραφή Διδακτικών Σημειώσεων Μαθημάτων Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών (MSc) «Προηγμένη Φυσικοθεραπεία»

1. **«Αποκατάσταση Λειτουργικής Παθολογίας Κινητικού Συστήματος»** (Θεωρία & Εργαστήριο, 2^ο εξάμηνο).

Διανέμονται ηλεκτρονικά από το 2014 έως σήμερα μέσω της Ασύγχρονης Πλατφόρμας Τηλεκπαίδευσης του ΤΕΙ Στερεάς Ελλάδας
open-e-class: <http://eclass.teiste.gr/courses/MSCPHYSIO106/>

Γ. Συγγραφή Διδακτικών Σημειώσεων Μαθημάτων Προπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών (BSc) Φυσικοθεραπείας

2. **«Φυσικοθεραπεία Μυοσκελετικών Κακώσεων»** (Θεωρία 5^ο εξάμηνο).
Διανέμονται ηλεκτρονικά από το 2010 έως σήμερα μέσω της Ασύγχρονης Πλατφόρμας Τηλεκπαίδευσης του ΤΕΙ open-e-class:
<http://eclass.teiste.gr/courses/PHYS126/>

3. **«Κλινική Φυσικοθεραπεία Μυοσκελετικών Κακώσεων»** (Θεωρία & Εργαστήριο 6^ο εξάμηνο). Διανέμονται ηλεκτρονικά από το 2010 έως σήμερα μέσω της Ασύγχρονης Πλατφόρμας Τηλεκπαίδευσης του ΤΕΙ open-e-class:
<http://eclass.teiste.gr/courses/MSCPHYSIO114/>

4. **«Κλινική Φυσικοθεραπεία Μυοσκελετικών Παθήσεων»** (Εργαστηριακό Εγχειρίδιο)
Διανέμονταν ηλεκτρονικά από το 2012 έως το 2014 μέσω της Ασύγχρονης Πλατφόρμας Τηλεκπαίδευσης του ΤΕΙ open-e-class:
<http://eclass2.teilam.gr/courses/FYS149/>

5. **«Φυσικοθεραπεία Μυοσκελετικού Συστήματος Ι »** (Θεωρία & Εργαστήριο). Διανέμονταν σε έντυπη μορφή στους σπουδαστές Φυσικοθεραπείας του ΤΕΙ Λαμίας από το 2003 – 2010 οπότε και έγινε αλλαγή προγράμματος σπουδών.

6. **«Κινησιολογία ΙΙ »** , Τρίγκας Π. & Μανδηλάρης Α. (Εργαστήριο).

Διανέμονταν σε έντυπη μορφή στους σπουδαστές Φυσικοθεραπείας του ΤΕΙ Λαμίας από το 2003 – 2010 οπότε και έγινε αλλαγή προγράμματος σπουδών.

7. «Αποκατάσταση Νευρολογικών Παθήσεων ΙΙ » (Παράς Γ. & Τρίγκας Π.)
(θεωρία & εργαστήριο).

Διανέμονταν σε έντυπη μορφή στους σπουδαστές Φυσικοθεραπείας του ΤΕΙ Λαμίας από το 1997 – 2001 οπότε και έγινε αλλαγή προγράμματος σπουδών.

13. ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΕΡΓΟ

Κατά την διάρκεια της θητείας μου ως Καθηγητής Εφαρμογών στο Τμήμα Φυσικοθεραπείας του ΤΕΙ Στερεάς Ελλάδας (& τέως ΤΕΙ Λαμίας) έχω αναλάβει έως σήμερα τις εξής Διοικητικές αρμοδιότητες:

- 1. (2014-2015) Μέλος της Συντονιστικής Επιτροπής** του Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών «Προηγμένη Φυσικοθεραπεία».
- 2. (2015 ως σήμερα) Μέλος της Επιτροπής Οικονομικής Διαχείρισης** του Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών «Προηγμένη Φυσικοθεραπεία».
- 3. (2005-2006) Προϊστάμενος** του Τμήματος Φυσικοθεραπείας του ΤΕΙ Λαμίας.
- 4. (2003-2005) Αναπληρωτής Προϊστάμενος** του Τμήματος Φυσικοθεραπείας του ΤΕΙ Λαμίας.
- 5. (2003-2005) Υπεύθυνος του Τομέα Ειδικών Μαθημάτων** του Τμήματος Φυσικοθεραπείας του ΤΕΙ Λαμίας (2003-2005).

6. (2003-2004) Μέλος της Συνέλευσης του Τ.Ε.Ι Λαμίας.

14. ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΟ ΕΡΓΟ

Κατά την διάρκεια της θητείας μου ως Καθηγητής Εφαρμογών στο Τμήμα Φυσικοθεραπείας του ΤΕΙ Στερεάς Ελλάδας (& τέως ΤΕΙ Λαμίας) έχω αναλάβει έως σήμερα τις εξής οργανωτικές αρμοδιότητες:

1. (2018-2019) Πρόεδρος της Επιτροπής διενέργειας του **Ηλεκτρονικού Ανοικτού Μειοδοτικού Διαγωνισμού** του ΤΕΙ Στερεάς Ελλάδας (Αρ. Πρωτ. 8768/28-12-2018, ΕΣΗΔΗΣ 68259,1).
2. (2017) Πρόεδρος της **Επιτροπής Παραλαβής** του ΤΕΙ Στερεάς Ελλάδας.
3. (2013-2014) Πρόεδρος της **Επιτροπής Πρακτικής Άσκησης** του Τμήματος Φυσικοθεραπείας του ΤΕΙ Στερεάς Ελλάδας.
4. (2013-2014) Υπεύθυνος Τμήματος του έργου **«Πρακτική Άσκηση» (ΕΣΠΑ)** του ΤΕΙ Στερεάς Ελλάδας.
5. (2010 έως σήμερα) Υπεύθυνος της **Κλινικής Άσκησης Μυοσκελετικών Κακώσεων** Τμήματος Φυσικοθεραπείας του ΤΕΙ Στερεάς Ελλάδας.
6. (2003-2007 & 2011 έως σήμερα) Μέλος της **Επιτροπής Πρακτικής Άσκησης** των σπουδαστών του Τμήματος Φυσικοθεραπείας του ΤΕΙ Στερεάς Ελλάδας.
7. (2003-2007) Υπεύθυνος για τα **Βιβλία-Διδακτικές Σημειώσεις** του Τμήματος Φυσικοθεραπείας του ΤΕΙ Λαμίας.
8. (2003-2007) Υπεύθυνος κατασκευής & επιμέλειας του **Διαδικτυακού Τόπου (Site)** του Τμήματος Φυσικοθεραπείας του ΤΕΙ Λαμίας.
9. (2003-2007) Συμμετείχα είτε ως Πρόεδρος ή ως Μέλος σε διάφορες Επιτροπές Διαγωνισμών Αγοράς Υλικών ή Υπηρεσιών του ΤΕΙ Λαμίας.
10. (2003-2004) Πρόεδρος της **Επιτροπής Αγορών** του ΤΕΙ Λαμίας.

15. ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΑ & ΚΛΙΝΙΚΑ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑ

- ❖ **Δομική & Λειτουργική Παθολογία του Κινητικού Συστήματος:** Η αλληλεπίδραση της ανατομικής δομής (structure) με τα λειτουργικά (functional) χαρακτηριστικά & δυναμικό του ανθρώπινου σώματος υπό φυσιολογικές & τραυματικές-παθολογικές συνθήκες. Η Λειτουργική Παθολογία του Κινητικού Συστήματος (σπονδυλική στήλη-άκρα) και αλληλεπίδρασή της με το Κεντρικό & Περιφερικό Νευρικό Σύστημα (ΚΝΣ-ΠΝΣ).
- ❖ **Κινητικά Πρότυπα & Μυϊκή Ανισορροπία:** Ο ρόλος των μυών (κινητικών προτύπων, μυϊκής ανισορροπίας) & μαλακών μορίων (περιτονίες κλπ) ως αιτιοπαθογενετικός παράγοντας πρόκλησης Επώδυνων Νευρο-Μυοσκελετικών Συνδρόμων.
- ❖ **Αξιολόγηση Ανθρώπινης Απόδοσης & Δραστηριότητας:** Κινησιολογία, Βιολογική Μηχανική και μέσα αξιολόγησης της ανθρώπινης κίνησης, Ηλεκτρομυογραφία (EMG), Ισοκινητική Δυναμομετρία (Isokinetics).
- ❖ **Γηριατρική & πρόληψη των πτώσεων ηλικιωμένων:** Προγράμματα Κινησιοθεραπείας για πρόληψη πτώσεων και αποθεραπεία μυοσκελετικών κακώσεων ηλικιωμένων & υπερηλίκων.
- ❖ **Manual Therapy:** Εδικές Τεχνικές Κινητοποίησης (Manual Therapy) των αρθρώσεων και των μαλακών μορίων (τεχνικές μυϊκής ενέργειας & μυοπεριτοναϊκής απελευθέρωσης).