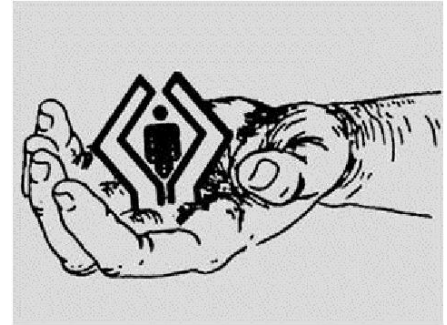


# Γίνε πιστοποιημένος θεραπευτής χεριού (Hand Therapist / Upper limb therapist)



## **Ευέλικτο πρόγραμμα**

## **Δυνατότητα παρακολούθησης μέσω διαδικτύου**

## **Δυνατότητα απόκτησης εξειδίκευσης και εξέλιξης αυτής**

### **Τι είναι το hand Therapy;**

Ο θεραπευτής άνω άκρου είναι ένας πιστοποιημένος εργοθεραπευτής ή φυσικοθεραπευτής που ειδικεύεται στην αποκατάσταση ασθενών με καταστάσεις που επηρεάζουν τα χέρια και το άνω άκρο. Οι βελτιωμένες χειρουργικές τεχνικές και ιατρική διαχείριση επιτρέπουν μεγαλύτερη λειτουργικότητα μετά την αποκατάσταση ενός τραυματισμένου άνω άκρου. Ωστόσο, η διαχείρισή τους απαιτεί μια εξειδικευμένη προσέγγιση. Το υψηλό επίπεδο εξειδίκευσης ενός θεραπευτή άνω άκρου (Hand Therapist) απαιτεί προηγμένη μεταπτυχιακή εκπαίδευση και κλινική εμπειρία. Αυτό του επιτρέπει να βοηθήσει τους ασθενείς να επιστρέψουν σε έναν στην λειτουργικότητα μετά από ένα τραυματισμό, ασθένεια ή παραμόρφωση που επηρεάζει το χέρι. Ένας έμπειρος θεραπευτής μπορεί να αξιολογήσει και να εντοπίσει προβλήματα που επηρεάζουν τα άνω άκρα. Μπορεί να παρέχει συμβουλές σχετικά με την άσκηση, την προληπτική φροντίδα, τη βοήθεια στην καθημερινή ζωή μέσω εργονομίας.

Ένας θεραπευτής άνω άκρου έρχεται σε στενή συνεργασία με ορθοπεδικούς ή πλαστικούς χειρουργούς, σχεδιάζοντας και εφαρμόζοντας μετεγχειρητική φροντίδα προκειμένου να επισπεύσει την ανάρρωση των ασθενών μετά από χειρουργική επέμβαση. Συνεργάζεται με ρευματολόγους ή παθολόγους για την φροντίδα ασθενών με παραμορφωτικές αρθρίτιδες και σύνδρομα χρόνου πόνου. Συμπράττει στην αποκατάσταση με την καθοδήγηση νευρολόγων, παιδιάτρων ή ιατρών φυσικής ιατρικής και αποκατάστασης για νευρολογικά περιστατικά (ημιπληγίες, κρανιοεγκεφαλικές κακώσεις, παρέσεις νεύρων). Ασχολείται εξίσου με συντηρητική και μετεγχειρητική αποκατάσταση καταγμάτων, κακώσεων νεύρων, και κακώσεων μαλακών μορίων.

Η Ελληνική Επιστημονική Εταιρία Φυσικοθεραπείας είναι ο μοναδικός φορέας στην Ελλάδα που μπορεί να παρέχει αυτή την πιστοποίηση. Είναι μέλος της Ευρωπαϊκής Συνομοσπονδίας Θεραπευτών Χεριού (European Federation Societies of Hand Therapy - EFSHT) με ενεργό παρουσία και με μέλη στο διοικητικό συμβούλιο από το 1992. Επίσης είναι μέλος στην Διεθνή συνομοσπονδία Θεραπευτών χεριού (IFSHT).

### *Πώς μπορώ να αποκτήσω την πιστοποίηση;*

Για την απόκτηση της πιστοποίησης χρειάζεται να ολοκληρωθούν τρία διαφορετικά βήματα τα οποία μπορούν να πραγματοποιηθούν σε παράλληλο χρόνο.

1. Θεωρητικό κομμάτι: Απαιτείται η ολοκλήρωση 500 διδακτικών ωρών, οι οποίες καλύπτονται από τον διετή κύκλο χεριού.
2. Πρακτικό κομμάτι: Απαιτείται η ολοκλήρωση 500 ωρών πρακτικής εφαρμογής πάνω στον τομέα της αποκατάστασης άνω άκρου/χεριού.
3. Παρουσίαση εργασίας: Αρχικά γίνεται ορισμός ενός επιβλέποντα από το τμήμα χεριού. Σε συνεργασία με τον επιβλέποντα επιλέγεται ένα θέμα προς εκπόνηση εργασίας με θεματολογία από το άνω άκρο που βρίσκεται στα ενδιαφέροντα του θεραπευτή.

Πολλοί απόφοιτοι του τμήματος έχουν παρουσιάσει τις εργασίες τους σε συνεδριακό επίπεδο ή έχουν ολοκληρώσει δημοσιεύσεις.



### *Πώς συλλέγω διδακτικές μονάδες;*

Η συλλογή διδακτικών μονάδων μπορεί να γίνει με δύο τρόπους προκειμένου να παρέχεται ευελιξία στον σπουδαστή και να έχει ένα πρόγραμμα προσαρμοσμένο στις εκπαιδευτικές του ανάγκες. Κάθε σεμινάριο παρέχει έναν συγκεκριμένο αριθμό διδακτικών μονάδων και κάθε διετής κύκλος χεριού έχει οργανωθεί ώστε να παρέχει 500 διδακτικές μονάδες. Το κόστος συμμετοχής είναι το ίδιο για όποιον τρόπο συμμετοχής επιλεγεί.

### Σύντομη διαδικασία

Συλλογή 500 διδακτικών μονάδων μέσα από την ολοκλήρωση του διετούς κύκλου χεριού. Ο τρόπος αυτός αποτελεί την ταχύτερη οδό απόκτησης της πιστοποίησης. Ο εκάστοτε κύκλος προσαρμόζεται με την εξέλιξη του κλάδου, συνεπώς κάθε κύκλος μπορεί να παρέχει διαφορετικές ενότητες.

## Προσαρμοσμένο πρόγραμμα

Επιλέξτε τις θεματικές ενότητες που σας ενδιαφέρουν μέσα από το εκάστοτε ετήσιο πρόγραμμα. Με την ολοκλήρωση της συλλογής των απαιτούμενων διδακτικών ωρών παρέχεται πιστοποιητικό ολοκλήρωσης του θεωρητικού τμήματος.

Με αυτό τον τρόπο μπορείτε να επιλέξετε θεματικές ενότητες που σας ενδιαφέρουν περισσότερο μέσα στη διάρκεια του χρόνου. Είναι κατάλληλο για άτομα που δεν έχουν στενά χρονικά περιθώρια απόκτησης της πιστοποίησης.

*Χρήσιμη πληροφορία: Η εμπειρία μας έχει δείξει πως θεραπευτές που ενδιαφέρονται να κατακτήσουν έναν τίτλο προτιμούν τη σύντομη διαδικασία. Αν σκοπός σας είναι η δια βίου μάθηση τότε το προσαρμοσμένο πρόγραμμα ίσως είναι καταλληλότερο για εσάς.*

## **Πρακτική εξάσκηση**

Για την ολοκλήρωση της πρακτικής εξάσκησης χρειάζονται 500 ώρες εργασίας πάνω σε περιστατικά άνω άκρου. Οι ώρες αυτές μπορούν να αναγνωριστούν μέσα από την εργασία σας από κάποιον επιβλέποντα. Μπορεί να γίνει αναγνώριση των ωρών εργασίας μέσα από ένα τμήμα άνω άκρου ή συλλογή ωρών μέσα από περιστατικά. Επιπλέον αναγνωρίζονται οι διδακτικές ώρες σεμιναρίων/ μαθημάτων διαρκούς επαγγελματικής εκπαίδευσης. Για κάθε μέλος ορίζεται ένας επιβλέπων σύμβουλος από το τμήμα χεριού που θα συνυπογράψει στην αναγνώριση των κλινικών ωρών.

## **Παρουσίαση εργασίας**

Στο τέλος των θεωρητικών μαθημάτων γίνεται μια ανάθεση εργασιών πάνω σε θεματολογία του άνω άκρου. Η εργασία μπορεί να αποτελείται από:

- Κατάθεση γραπτής εργασίας 1500-2000 λέξεων ή
- Παρουσίαση σε επιστημονικό συνέδριο του Ιατρικού ή Παραϊατρικού κλάδου ή
- Δημοσίευση άρθρου ως πρώτος ή μοναδικός συγγραφέας σε αναγνωρισμένο επιστημονικό περιοδικό

Σκοπός της εργασίας είναι η παρότρυνση του φοιτητή να ασχοληθεί σε βάθος με ένα θέμα άνω άκρου, η παρουσίαση τεκμηριωμένων απόψεων και μέσα από αυτό η συνδρομή στην εξέλιξη του κλάδου. Για κάθε μέλος ορίζεται ένας σύμβουλος από το τμήμα χεριού που θα σας καθοδηγεί. Το είδος της εργασίας ποικίλει και επιλέγεται ανάλογα με τους στόχους του σπουδαστή και τις ανάγκες του τμήματος χεριού. Για παράδειγμα μπορεί να αποτελεί μια περιπτωσιολογική μελέτη περιστατικού, μετάφραση/στάθμιση ενός ερωτηματολογίου, ανάλυση μιας τεχνικής, βιβλιογραφική ανασκόπηση, κλινική μελέτη κλπ.

## **Υπάρχει δυνατότητα παρακολούθησης μέσω διαδικτύου;**

Πολλές από τις θεματικές ενότητες έχουν μόνο θεωρητικό σκέλος και προς διευκόλυνση όλων, υπάρχει η δυνατότητα παρακολούθησης μέσω του διαδικτύου. Το τμήμα χεριού προσαρμοσμένο στις ανάγκες των ημερών συνέχισε την παροχή του προγράμματος ηλεκτρονικά κατά την περίοδο της πανδημίας.

Για τις θεματικές ενότητες που περιλαμβάνουν πρακτικό σκέλος απαιτείται φυσική παρακολούθηση.

### *Τι θεματικές ενότητες υπάρχουν;*

Κάποιες θεματικές ενότητες είναι σταθερές σε κάθε διετή κύκλο και αποτελούν τον κορμό του διδακτικού προγράμματος. Κάποιες προσαρμόζονται ανάλογα με τις νέες τάσεις και τεχνικές στον κλάδο. Παραδείγματα αυτών είναι:

- Κατάγματα άκρας χειρός
- Κακώσεις μαλακών μορίων άκρας χειρός
- Αξιολόγηση άνω άκρου
- Νάρθηκες και ορθωτικά μέσα
- Εισαγωγή στη διαγνωστική απεικόνιση
- Μετεγχειρητική αποκατάσταση – ανάλυση τεχνικών
- Παθήσεις του αντίχειρα
- Λειτουργική αποκατάσταση
- Κακώσεις Ωμου
- Παθήσεις Ωμου
- Κακώσεις - παθήσεις αγκώνα
- Κακώσεις περιφερικών νεύρων Άνω άκρου
- Ειδικά θέματα – Το ρευματικό Άνω άκρο
- Ειδικά θέματα – Το εγκαυματικό Άνω άκρο
- Ειδικά θέματα – Το Νευρολογικό Άνω άκρο
- Ειδικά θέματα – Το χέρι του μουσικού
- Ειδικά θέματα – Το άνω άκρο στον αθλητισμό

Συχνά φιλοξενούμε έκτακτους ομιλητές από την Ελλάδα και το εξωτερικό σε ειδικές ημερίδες που είναι ανοικτές και για άλλους συμμετέχοντες.

### *Ποιες παθολογίες συναντά ένας θεραπευτής χεριού;*

Ένας θεραπευτής άνω άκρου πρέπει να είναι σε θέση να επιδείξει δεξιότητες και γνώσεις μέσα σε ένα εύρος παθολογιών και να είναι ικανός στην εκτίμηση, θεραπεία και αξιολόγηση των αποτελεσμάτων προς θεραπεία. Αυτές οι προϋποθέσεις μπορεί να περιλαμβάνουν:

- ακρωτηριασμούς
- Θερμικές βλάβες: μοσχεύματα δέρματος, αποκατάσταση ουλών
- κατάγματα/εξαρθρώσεις/αρθρικές αστάθειες: στερéωση κατάγματος/μόσχευμα οστού
- λεμφοίδημα
- λοιμώξεις
- πολλαπλά τραύματα: επαναγγείωση, μεταφορές ιστών
- συγγενείς ανωμαλίες
- συμπίεσεις περιφερικών νεύρων και ασθένεια: αποσυμπίεση νεύρων
- σύνδρομα χρόνιου πόνου: Αλγοδυστοφία, αλλοδυνία
- Σύσπαση Dupuytren's: απελευθέρωση περιτονίας
- σωρευτικές διαταραχές τραύματος/τραυματισμοί επαναλαμβανόμενου στρες
- τραυματισμός και διαταραχές τένοντα: μοσχεύματα και επιδιορθώσεις τένοντα, τενοντομεταθέσεις
- τραυματισμός μαλακών ιστών
- τραυματισμός περιφερικού νεύρου: μοσχεύματα νεύρων/αποκατάσταση νεύρων, νευρόλυση
- φλεγμονώδης και εκφυλιστική αρθρίτιδα: αρθροπλαστική, αρθρόδεση

### ***Ποιες είναι οι ειδικές θεραπευτικές δεξιότητες του θεραπευτή άνω άκρου;***

Η ικανότητα θεραπείας ασθενών χρησιμοποιώντας μια ποικιλία τεχνικών και εργαλείων, όπως:

- δραστηριότητα
- χρήση προσαρμοστικών/βοηθητικών μέσων
- εκπαίδευση σε δραστηριότητες καθημερινής ζωής
- συμπιεστική θεραπεία
- απευαισθητοποίηση
- αδρή και λεπτή κινητικότητα
- εργονομική τροποποίηση
- άσκηση
- τεχνικές κινητοποίησης
- έλεγχος του οιδήματος
- διαχείριση ουλών
- αισθητηριακή επανεκπαίδευση
- νάρθηκες/ορθωτικά μέσα
- Χρήση τυποποιημένων εργαλείων αξιολόγησης
- χρήση θερμών/ψυχρών μέσων
- επανεκπαίδευση για επαναφορά στην εργασία

### ***Ποιος μπορεί να συμμετέχει στον κύκλο χεριού;***

Στον κύκλο χεριού μπορεί να συμμετέχουν πτυχιούχοι Φυσικοθεραπευτές και Εργοθεραπευτές (δημόσιων ή ιδιωτικών σχολών τετραετούς φοίτησης). Στο τμήμα δεν μπορούν να δεκτοί απόφοιτοι σχολών βοηθών θεραπευτών.

Χρήσιμη πληροφορία: Η εμπειρία μας έχει δείξει πως ο εκάστοτε κύκλος αποτελείται από μια μεγάλη ποικιλία θεραπειών που είτε είναι νέοι πτυχιούχοι, είτε εργαστηριούχοι θεραπευτές, είτε τελειόφοιτοι σχολών. Ποτέ δεν είναι αργά για την εξέλιξη στον κλάδο. Η δια βίου εκπαίδευση είναι αυτοσκοπός για την Επιστημονική Εταιρία Φυσικοθεραπείας.

### ***Πώς γίνεται εργοθεραπευτές και φυσικοθεραπευτές κάνουν την ίδια εξειδίκευση;***

Το Hand Therapy αποτελεί μια διεθνώς αναγνωρισμένη εξειδίκευση Εργοθεραπευτών και Φυσικοθεραπευτών που μέσα από βαθιά κατανόηση της ανατομίας και παθολογίας του άνω άκρου, εργάζονται για την αποκατάσταση των προβλημάτων δυσλειτουργίας και παθολογιών. Σε διεθνές επίπεδο έχει γίνει αντιληπτό ότι τα δύο αυτά επαγγέλματα εργασία συνδράμουν εξίσου στο χέρι και η συνεργασία τους αποτελεί την βέλτιστη προσέγγιση για την αποτελεσματική και αποδοτική αντιμετώπιση στην αποκατάσταση. Η διεπιστημονική αποκατάσταση αντικατέστησε τα παραδοσιακά όρια μεταξύ των δύο επαγγελμάτων εφ' όσον έχουν κοινό πεδίο το άνω άκρο. Μέσα από την εξειδίκευση αυτή οι φυσικοθεραπευτές βελτιώνουν τις γνώσεις τους πάνω στην λειτουργικότητα και αυτοεξυπηρέτηση και εργοθεραπευτές βελτιώνουν την αντίληψη περί μυολογίας και ενδυνάμωσης. Ένας ολοκληρωμένος θεραπευτής έχει στοιχεία και από τις δύο ειδικότητες με σκοπό στην αποκατάσταση του άνω άκρου.

### ***Είμαι τελειόφοιτος, μπορώ να συμμετέχω;***

Επειδή η πιστοποίηση αποτελεί εξέλιξη του βασικού σας πτυχίου και δίνεται ως κατεύθυνση την επαγγελματική σας εξέλιξη, δεκτοί μπορούν να γίνουν φοιτητές του τρίτου έτους στο εκάστοτε πρόγραμμα σπουδών (Εργοθεραπείας / Φυσικοθεραπείας).

### ***Δυνατότητα εξέλιξης της πιστοποίησης σε ευρωπαϊκό επίπεδο***

Με την απόκτηση της πιστοποίησης σας από το τμήμα χεριού ΕΕΕΦ, μπορεί να γίνει εξέλιξη του τίτλου σας ως Πανευρωπαϊκά αναγνωρισμένος θεραπευτής χεριού (European certified hand therapist). Η αναγνώριση αυτή προσδίδει έναν τίτλο ο οποίος είναι αναγνωρισμένος πανευρωπαϊκά και διευκολύνει την εύρεση εργασίας σε κάποια ευρωπαϊκή χώρα.

Η διαδικασία αναγνώρισης όπως περιγράφεται από την EFSHT αφορά την παρουσίαση 2 περιπτώσιολογικών μελετών και την κατάθεση αναλυτικού βιογραφικού σημειώματος σύμφωνα με τις προδιαγραφές που αναλύονται στο συνημμένο έγγραφο.

Δείτε λεπτομέρειες εδώ: <https://www.eurohandtherapy.org/efsht/echt/>

### ***Ποια η διαφορά μεταξύ θεραπευτή χεριού και θεραπευτή άνω άκρου;***

Σε ευρωπαϊκό επίπεδο ανάλογα με την κατεύθυνση του προγράμματος θεωρητικής εκπαίδευσης παρέχεται ο τίτλος του θεραπευτή άνω άκρου ή χεριού. Πολλές χώρες παρέχουν εκπαιδευτικά προγράμματα μόνο στο hand Therapy.

Οι θεραπευτές χεριού είναι εξειδικευμένοι στις παθολογίες των αρθρώσεων του αγκώνα και της άκρας χείρας.

Οι θεραπευτές άνω άκρου εκπαιδεύονται στις παθήσεις ολόκληρου του άνω άκρου συμπεριλαμβανομένων των αρθρώσεων της ωμικής ζώνης. Η ΕΕΕΦ παρέχει πιστοποιήσεις ως upper limb therapist καθώς το πρόγραμμα εκπαίδευσης έχει προσαρμοστεί στις ανάγκες της Ελληνικής κοινωνίας για καλύτερη επαγγελματική απορρόφηση.

### ***Ποιο είναι το κόστος συμμετοχής;***

Ο διετής κύκλος σπουδών κοστίζει 500 ευρώ. Υπάρχει η δυνατότητα εξόφλησης σε τρεις δόσεις.

Για την συμμετοχή είναι απαραίτητη η εγγραφή για τους Φυσικοθεραπευτές στην ΕΕΕΦ και για τους Εργοθεραπευτές στον Πανελλήνιο Σύλλογο Εργοθεραπευτών.

**Για οικονομικά θέματα (πληρωμές, επιβεβαίωση κατάθεσης και ενημέρωση) παρακαλούμε επικοινωνήστε με την Γεωργία Πέττα στο τηλ ή με ηλεκτρονικό ταχυδρομείο στο [hellenicht@yahoo.com](mailto:hellenicht@yahoo.com)**

### *Ποια είναι η δράση του Ελληνικού τμήματος χεριού στην Ευρωπαϊκή Συνομοσπονδία;*

Το τμήμα Άνω Άκρου στην Ελλάδα ιδρύθηκε το 1992 και έκτοτε έχει συνεχή παρουσία στην EFSHT, και συχνά με εκπροσώπους στο διοικητικό συμβούλιο. Στο παρελθόν η Ελλάδα έχει διοργανώσει το συνέδριο της EFSHT στην Αθήνα τον Απρίλιο του 1999.

Την παρούσα τριετία η Γεωργία Πέττα προεδρεύει στην επιστημονική επιτροπή της EFSHT και η Αγγελική Βερβαινωτη είναι εκπρόσωπος της χώρας μας στο συμβούλιο

### *Χρήσιμοι σύνδεσμοι*

Ευρωπαϊκή Συνομοσπονδία Θεραπευτών Χεριού

<https://eurohandtherapy.org/>

Διεθνής Συνομοσπονδία Θεραπευτών Χεριού

<https://ifsht.org/>

12<sup>ο</sup> Διεθνές Συνδυαστικό Συνέδριο IFSSH, IFSHT & FESSH 6-10 Ιουνίου 2022, Λονδίνο

<http://www.ifssh2022.com/>

Επόμενο συνέδριο FESSH & EFSHT 10-13 Μαΐου 2023, Ρίμινι - Ιταλία

<https://fessh2023.com/>

### *Χρήσιμα άρθρα για το hand therapy*

- Dimick MP, Caro CM, Kasch MC, Muenzen PM et al: "2008 Practise Analysis Study of Hand Therapy" Journal of Hand Therapy 2009; 22:361-376
- EFSHT Education Committee "EFSHT Hand Therapy Profile" 2009
- Kasch MC, Greenberg S, Muenzen PM: "Competencies in Hand Therapy" Journal of Hand Therapy 2003;16:49-58
- Muenzen PM, Kasch MC, Greenberg S, et al: "A New Practise Analysis of Hand Therapy" Journal of Hand Therapy 2002;15:215-225