

Σύντομο Βιογραφικό



Στέφανος Καρανάσιος PhD c., MSc, PT

Υπ. Διδάκτωρ Τμήματος Φυσικοθεραπείας

Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής

skaranasios@uniwa.gr

Ο Στέφανος Καρανάσιος είναι Φυσικοθεραπευτής, εξειδικευμένος στην αποκατάσταση μυοσκελετικών προβλημάτων, τομέας στον οποίο εργάζεται από το 2004. Σπούδασε Φυσικοθεραπεία στο Α.Τ.Ε.Ι. Θεσσαλονίκης όπου αποφοίτησε με άριστα (βαθμός: 8.65), λαμβάνοντας αντίστοιχες βραβεύσεις από το Ίδρυμα Κρατικών Υποτροφιών (Ι.Κ.Υ) για ετήσιες εκπαιδευτικές επιδόσεις. Έχοντας εργαστεί σε ιδιωτικά φυσικοθεραπευτήρια σε Θεσσαλονίκη και Αθήνα, κύριο αντικείμενο ενασχόλησης του ήταν από νωρίς τα μυοσκελετικά προβλήματα και η εφαρμογή εξειδικευμένων τεχνικών για την αντιμετώπιση τους. Το 2010 ίδρυσε το ιδιωτικό κέντρο φυσικοθεραπείας (Physio-Kifisia) το οποίο και διευθύνει έως σήμερα.

Από το 2004-2005 παρακολούθησε βασικούς κύκλους σεμιναρίων στο Manual Therapy (Kaltenborn- Evjenth Concepts) στην Ελλάδα και έπειτα εκπαιδεύτηκε στην Μεγάλη Βρετανία όπου απέκτησε τον μεταπτυχιακό τίτλο σπουδών **MSc in Advanced Manipulative Physiotherapy, University of Birmingham** (2009). Το 2018 απέκτησε ένα ακόμα Μεταπτυχιακό Τίτλο με εξειδίκευση στην αποκατάσταση της Άκρας Χειρός (**MSc in Hand Therapy, University of Derby, UK**). Απο τον Φεβρουάριο τέλος του 2019 έως και σήμερα, τελεί ως **υποψήφιος Διδάκτορας του τμήματος Φυσικοθεραπείας του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής (ΠΑΔΑ)** με βασικό θέμα ερευνητικής διατριβής την αποτελεσματικότητα νεότερων μεθόδων θεραπευτικής άσκησης (Blood Flow Restriction) στις τενοντοπάθειες του αγκώνα (έξω επικονδυλίτιδα). Στα πλαίσια των εκπαιδευτικών του δραστηριοτήτων στο τμήμα Φυσικοθεραπείας διδάσκει στο εργαστηριακό μέρος των μαθημάτων Κινησιολογία-Εμβιομηχανική 1 και 2.

Παράλληλα με την κλινική του δραστηριότητα ασχολείται με την ιδιωτική μεταπτυχιακή επαγγελματική εκπαίδευση. Είναι συν-ιδρυτής και υπεύθυνος του Εκπαιδευτικού Προγράμματος **Manual Therapy (Hellenic OMT eDu -ΚΔΒΜ)**. Διδάσκει στα μαθήματα Μεθοδολογία Έρευνας, Αξιολόγησης και Θεραπείας Άνω

άκρου, Αξιολόγηση και θεραπεία Οσφυϊκής Μοίρας, Προχωρημένοι Θεραπευτικοί Χειρισμοί.

Είναι μέλος του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών (ΠΣΦ)-ΝΠΔΔ.

Ερευνητικές δημοσιεύσεις/ Παρουσιάσεις-Συνέδρια

- Korakakis V, O'Sullivan K, O'Sullivan PB, Evagelinou V, Sotiralis Y, Sideris A, Sakellariou K, **Karanasios S**, Giakas G. (2018) Physiotherapist perceptions of optimal sitting and standing posture. *Musculoskelet Sci Pract.* Nov 17;39:24-31. doi:10.1016/j.msksp.2018.11.004. [Epub ahead of print] PMID:30469124
- Korakakis V, Sideris Y, Sotiralis Y, **Karanasios S**, Sakellariou K, Sideris A Giakas G (2016) Postural education. A study investigating the intra- and inter-examiner reliability of positioning subjects into neutral and lordotic sitting posture. *Manual Therapy* 25:e79 DOI: 10.1016/j.math.2016.05.129
- Edeni K, Ringdal, H. **Karanasios, S.** Heneghan, N. Rushton A., (2015) Validity of upper limb neurodynamic test using median nerve movement, elbow extension, pain response, brachialis muscle activity in chronic wad. *Physiotherapy* 101(1):e340 DOI: 10.1016/j.physio.2015.03.547
- **Karanasios S.**, (2010) Intra-tester Reliability of measuring Ulnar Nerve movement with Ultrasound Imaging (USI) in individuals presented with chronic WAD grade II. Dissertation, University of Birmingham.
- 'The diagnostic accuracy of the examination tests in lateral elbow tendinopathy . A systematic review'. (Oral presentation) The European Congress of Shoulder & Elbow Rehabilitation in 's-Hertogenbosch, The Netherlands on December 13-14 2019
- 'The effectiveness of exercises in the management of Lateral elbow tendinopathy. A systematic review and meta-analysis. ' (Poster presentation) The European Congress of Shoulder & Elbow Rehabilitation in 's-Hertogenbosch, The Netherlands on December 13-14 2019
- «Η αποτελεσματικότητα της μεθόδου ασκήσεων περιορισμού αιματικής ροής στην αποκατάσταση ασθενών μυοσκελετικής παθολογία. Συστηματική ανασκόπηση». 29ο Ετήσιο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο Φυσικοθεραπείας, «Άσκηση & Φυσική Δραστηριότητα στην Αποκατάσταση-Τι, Που, Ποιος και Πότε», 2019
- « Η αποτελεσματικότητα της άσκησης στην αντιμετώπισης της πλάγιας έξω τενοντοπάθειας του αγκώνα. Συστηματική ανασκόπηση και Μετα-ανάλυση». 29ο Ετήσιο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο Φυσικοθεραπείας, «Άσκηση & Φυσική Δραστηριότητα στην Αποκατάσταση-Τι, Που, Ποιος και Πότε», 2019
- «Επιλέγοντας τη μέθοδο ή τεχνική χειροθεραπείας για την αντιμετώπιση του Συνδρόμου Υπακρωμιακής Προστριβής. Επιστημονική Τεκμηρίωση». Πανελλήνιο Συνέδριο Φυσικοθεραπείας 2016. Ομιλία στρογγυλής τράπεζας.

- «Σύνδρομα υπέρχρησης ώμου στους αθλητές- Αξιολόγηση και Αποκατάσταση». Πανελλήνιο Συνέδριο Φυσικοθεραπείας 2014. Ομιλία στρογγυλής τράπεζας.
- «Εφαρμογή Χειρισμών (Manipulation) στην σπονδυλική στήλη». 4ο Διεθνές Συνέδριο Θεσσαλονίκης 2018. Ομιλία στρογγυλής τράπεζας.

Google Scholar: <https://scholar.google.com/citations?user=ltQSQmwAAAAJ&hl=en>