



## **Διιδρυματικό Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών: «Κλινική Άσκηση και Εφαρμογές της Τεχνολογίας στην Υγεία»**

του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού της Σχολής Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Δημοκριτείου Πανεπιστημίου Θράκης σε συνεργασία με το Εθνικό Κέντρο Έρευνας Φυσικών Επιστημών «ΔΗΜΟΚΡΙΤΟΣ» - Ινστιτούτο Πληροφορικής και Τηλεπικοινωνιών

### **Σύλλογος Στήριξης και Αποκατάστασης Καρδιοπαθών και Πρόληψης Καρδιοπαθειών Νομού Ροδόπης**

**Σάββατο 21 Μαΐου 2022**

**13:00 – 14:30**

**Μικρό Αμφιθέατρο**

## **Στρογγυλή Τράπεζα**

**Καρδιομεταβολικές Παθήσεις και Άσκηση:**

**Νεότερα δεδομένα στην περίοδο της πανδημίας covid-19**

**Προεδρείο:** **Σάββας Τοκμακίδης**, *Ομότιμος Καθηγητής Εργοφυσιολογίας, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Δημοκριτείου Πανεπιστημίου Θράκης*

**Δημήτριος Στάκος**, *Καθηγητής, Καρδιολογική Κλινική Ιατρικής Σχολής, Δημοκριτείου Πανεπιστημίου Θράκης*

[stokmaki@phyed.duth.gr](mailto:stokmaki@phyed.duth.gr)

[dstakos@med.duth.gr](mailto:dstakos@med.duth.gr)

### **Ομιλητές:**

#### **Καρδιαγγειακά νοσήματα & Covid-19**

**Μαρία Καρακύριου**, *Καρδιολόγος, Κυπριακό Ινστιτούτο Καρδιολογίας Έρευνας και Μελέτης Κληρονομικών Καρδιαγγειακών Νοσημάτων, Λευκωσία, Κύπρος*

#### **Covid-19 και εμβόλια: Γιατί τόσοι θόρυβος για τις θρομβώσεις;**

**Δημήτριος Στάκος**, *Καθηγητής, Καρδιολογική Κλινική Ιατρικής Σχολής, Δημοκριτείου Πανεπιστημίου Θράκης*

#### **Ασκησιοθεραπεία καρδιαγγειακών παθήσεων: Νεότερα δεδομένα**

**Κωνσταντίνος Βόλακλης**, *Κλινικός Εργοφυσιολόγος, Κέντρο Καρδιακής Αποκατάστασης, Καρδιολογική Κλινική Άουγκσμπουργκ, Κλινική Πρόληψης και Αθλητιατρικής, Ιατρική Σχολή, Τεχνικό Πανεπιστήμιο Μονάχου*



## **Μεταβολικά νοσήματα & Covid-19**

**Ήρα Ηρακλέους**, Καρδιολόγος, Κυπριακό Ινστιτούτο Καρδιολογίας Έρευνας και Μελέτης Κληρονομικών Καρδιαγγειακών Νοσημάτων, Λευκωσία, Κύπρος

## **Κατευθυντήριες οδηγίες για άσκηση και αλλαγές σε μεταβολικούς ασθενείς την περίοδο της πανδημίας**

**Απόστολος Σπάσης**, Μέλος Ε.Ε.Π., Τ.Ε.Φ.Α.Α. – Δ.Π.Θ.

### **Περίληψη**

Είναι γεγονός ότι η ζωή μας άλλαξε με την Πανδημία και η μάχη κατά του COVID-19 συνεχίζεται. Ταυτόχρονα, οι καρδιομεταβολικές παθήσεις διευκολύνουν τη δράση του ιού. Ωστόσο, αυτό που δεν έχει γίνει ευρέως γνωστό είναι ότι η άσκηση αποτελεί ένα ισχυρό όπλο κατά της πανδημίας και είναι σε θέση να βελτιώσει την υγεία μας και την ποιότητα ζωής. Η καλή φυσική κατάσταση ενισχύει το ανοσοποιητικό μας σύστημα και εξουδετερώνει τον κορώνα-ιό (COVID-19). Η παρούσα Στρογγυλή Τράπεζα πλαισιωμένη από καταξιωμένους επιστήμονες, από Κύπρο, Γερμανία και Ελλάδα θα παρουσιάσει τα νεότερα δεδομένα σχετικά με τα καρδιαγγειακά-μεταβολικά νοσήματα, τις θρομβώσεις και τα εμβόλια (COVID-19), και θα προχωρήσει σε θέματα ασκησιοθεραπείας παρέχοντας κατευθυντήριες οδηγίες για άσκηση ενάντια στην πανδημία. Την παρουσία της Στρογγυλής Τράπεζας ενισχύουν με τη συμμετοχή τους το Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών: “Κλινική Άσκηση και Εφαρμογές της Τεχνολογίας στην Υγεία” και ο “Σύλλογος Στήριξης και Αποκατάστασης Καρδιοπαθών και Πρόληψης Καρδιοπαθειών Νομού Ροδόπης”.



**Postgraduate Program: "Clinical Exercise and Applications of Technology in Health"**

of the Department of Physical Education and Sport of the School of Physical Education and Sport Science of Democritus University of Thrace in collaboration with the National Center for Science Research "DEMOKRITOS" - The Institute of Informatics and Telecommunications (IIT)

Association for the Support and Rehabilitation of Heart Disease and Prevention of Cardiovascular Disease of Rodopi

**Saturday, 21 May 2022**

**13:00 – 14:30**

**Small Amphitheatre**

## **Round Table**

### **Cardiovascular Diseases and Exercise:**

### **New Evidence during the pandemic of the covid-19**

**Chairmen:**

**Savvas Tokmakidis**, *Emeritus Professor of Exercise Physiology, T.E.F.A.A.,  
Democritus University of Thrace*

**Dimitrios Stakos**, *Professor, Cardiology Clinic of the Medical School,  
Democritus University of Thrace*

[stokmaki@phyed.duth.gr](mailto:stokmaki@phyed.duth.gr)

**Speakers:**

**Cardiovascular Diseases & Covid-19**

**Maria Karakiriou**, *Cardiologist, Cyprus Institute of Cardiology Research and Study of  
Hereditary Cardiovascular Diseases, Nicosia, Cyprus*

**Covid-19 and related vaccines. What about thrombosis?**

**Dimitrios Stakos**, *Professor, Cardiology Clinic of the Medical School, Democritus University of  
Thrace*

**Exercise therapy in cardiovascular disease: New evidence**

**Konstantinos Volaklis**, *Sport & Exercise Physiologist, Heart Rehabilitation Center, Cardio Clinic  
Augsburg / Center of Cardiac Prevention & Sports Medicine, Medical School, Technological  
University of Munich*



## **Metabolic Diseases & Covid-19**

**Hera Heracles**, *Cardiologist, Cyprus Institute of Cardiology Research and Study of Hereditary Cardiovascular Diseases, Nicosia, Cyprus*

## **Exploring changes and Guidelines for exercising metabolic patients during the pandemic period**

**Apostolos Spassis**, *Specialized Teaching Staff, D.P.E.S.S. – D.U.Th.*

### **Abstract:**

It is a fact that our lives have changed with the Pandemic and the struggle against COVID-19 continues. At the same time, cardiovascular and metabolic diseases facilitate the side effects caused by the virus. However, what has not been widely known is that exercise is a powerful weapon against the pandemic and is able to improve our health and quality of life. Good physical condition strengthens our immune system and fights against the coronavirus (COVID-19). The Round Table, composed by renowned scientists from Cyprus, Germany, and Greece will present the latest data on cardiovascular-metabolic diseases, thrombosis and vaccines, and will move on to exercise therapy by providing guidance on how to exercise. The Round Table is supported by the participation of the Postgraduate Program: "*Clinical Exercise and Applications of Technology in Health*" and the "*Association for the Support and Rehabilitation of Heart Disease and Prevention of Cardiovascular Disease of Rodopi*".