

Ο κ. Φουφόπουλος Νικόλαος γεννήθηκε στην Αθήνα το 1986. Από πολύ μικρή ηλικία εκδήλωσε μεγάλο ενδιαφέρον για τον συνάνθρωπό του. Αυτό είχε ως αποτέλεσμα σε ηλικία 15 ετών να επιλέξει ως επάγγελμα την φυσικοθεραπεία. Σε ηλικία 16 ετών έχοντας στα χέρια του το πρώτο του πτυχίο ως βοηθός φυσικοθεραπευτή ξεκίνησε την πρακτική του εργασία σε ένα κέντρο φυσικοθεραπείας στην πόλη της Ελευσίνας. Ένα χρόνο αργότερα πετυχαίνει την εισαγωγή του στα Α.Τ.Ε.Ι. της Αθήνας.

Στα 4 έτη παράλληλα με τις σπουδές του εργάζονταν ως φυσικοθεραπευτής σε φυσικοθεραπευτήριο, σε κατ' οίκων θεραπείες καθώς επίσης είχε αναλάβει και τις ομάδες μπάσκετ Παγκράτι Α.Ο Α2 κατηγορίας και Πανελευσινιακός Α.Ο με ανοδική πορεία από την Γ στην Α1 κατηγορία.

Επιπλέον της εργασίας του ολοκλήρωσε τα εκπαιδευτικά σεμινάρια με κύριο αντικείμενο την αντιμετώπιση του Μυοσκελετικού Πόνου, τις Αθλητικές Κακώσεις καθώς και Νευρολογικών Παθήσεων. Ορισμένα από αυτά είναι η μέθοδος Mc Kenzie και Mulligan, Trigger Points, pain and muscle tone, Kinesiotaping και βελονισμός (παραδοσιακή κινέζικη ιατρική και SuJok therapy). Τέλος από το 2002 έως και σήμερα παρακολουθεί και συμμετέχει ενεργά σε συνέδρια και ημερίδες.

Το 2009 υπήρξε εισηγητής σε επιστημονικά συνέδρια όπως στο:

- 4^ο διατμηματικό συνέδριο φοιτητών φυσικοθεραπευτών παρουσιάζοντας την βραβευμένη του ερευνητική εργασία (σε συνεργασία με τον κ. Γεωργόπουλο Χρήστο)
- 1^η πολυθεματική ημερίδα ενημέρωσης νέων συναδέλφων
- 1^ο συνέδριο της Athens trainers

Το 2010 σε συνεργασία με τον κ Γεωργόπουλο Χρήστο ιδρύουν το ΚΕΝΤΡΟ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ 'ΕΞΕΛΙΞΗ' το οποίο πλέον εδρεύει στον ιδιόκτητο τους χώρο στο Περιστερί. Ο τρόπος προσέγγισης των ασθενών είναι με βεβαιότητα ο πλέον ενδεδειγμένος και

καινοτόμος, σύμφωνα με τις παγκόσμιες οδηγίες από όλους τους πιστοποιημένους φορείς. Η εξέταση, η ολιστική προσέγγιση καθώς επίσης και μια ομάδα επιστημόνων βρίσκονται διαρκώς πάνω από τον ασθενή.

Τέλος, καθώς ενδιαφέρεται για τις νέες εξελίξεις παράλληλα με την εργασία του είναι μεταπτυχιακός φοιτητής στο Δημοκρίτειο πανεπιστήμιο της Θράκης στο τμήμα της Ιατρικής με εξειδίκευση στο Αγγειακό Εγκεφαλικό Επεισόδιο.

Αναλυτικό βιογραφικό

ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ

Όνομα: **Νικόλαος**

Επίθετο: **Φουφόπουλος**

Ημερομηνία γέννησης: **18/10/2015**

Υπηκοότητα : **Ελληνική**

Οικογενειακή κατάσταση: **Άγαμος**

Επάγγελμα: **Φυσικοθεραπευτής ΡΤ**

Σταθερό: **210 5743829**

Κινητό: **6976336286**

E-mail: **fn.physio@gmail.com**

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ:

2001-2004

- Φοίτηση στο 2^ο Τ.Ε.Ε Ελευσίνας, τομέας Υγείας και πρόνοιας
Ειδικότητα: Βοηθός Φυσικοθεραπευτή
Βαθμός πτυχίου: 19& 9/10<< ΑΡΙΣΤΑ>>

2004-2009

- Φοίτηση στο Ανώτατο Τεχνολογικό Εκπαιδευτικό Ίδρυμα Αθηνών, Α.Τ.Ε.Ι.Α (Σχολή Επαγγελματιών Υγείας και Πρόνοιας)- Τμήμα Φυσικοθεραπείας

2009:

- Πτυχίο τμήματος Φυσικοθεραπείας.
Βαθμός πτυχίου: 7,91

Ερευνητική Πτυχιακή εργασία:

<<ΤΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΤΗΣ ΑΕΡΟΒΙΑΣ ΔΙΑΛΕΙΜΜΑΤΙΚΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΣΥΝΔΙΑΣΜΟΥ ΑΕΡΟΒΙΑΣ ΔΙΑΛΕΙΜΜΑΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗΣ ΜΕ ΑΝΤΙΣΤΑΣΗ, ΣΕ ΑΣΘΕΝΕΙΣ ΜΕ ΧΡΟΝΙΑ ΚΑΡΔΙΑΚΗ ΑΝΕΠΑΡΚΕΙΑ>>(Εισηγήτρια: κα Ζέρβα Ευθυμία)

2015:

Εισαγωγή στο πανεπιστήμιο της ιατρικής της Αλεξανδρούπολης ως μεταπτυχιακός φοιτητής στο τμήμα της Νευρολογίας με εξειδίκευση στο Αγγειακό Εγκεφαλικό Επεισόδιο.

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ:

2010 ΕΩΣ ΣΗΜΕΡΑ:

- Ίδρυση ιδιόκτητου κέντρου φυσικοθεραπείας "ΕΞΕΛΙΞΗ" στο Περιστέρι.

2002-2010:

- Άσκηση επαγγέλματος φυσικοθεραπευτή σε φυσικοθεραπευτήριο στην Ελευσίνα Αττικής και ενασχόληση με κατ' οίκων θεραπείες (κυρίως νευρολογικών περιστατικών)

2003-2009:

- Φυσικοθεραπευτής σε αθλητικούς συλλόγους μπάσκετ(Πανελευσινακός Α.Ο Παγκράτι Α.Ο), Ποδοσφαίρου (Πανελευσινακός Δ' Εθνικής κατηγορίας)

2007-2008:

- Έκτιση στρατιωτικής θητείας στο 401 ΓΣΝΑ Σώμα Υγειονομικού με ειδικότητα Β. χειρουργείου- Φυσικοθεραπευτής.

ΜΕΛΟΣ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ:

*Ενεργό μέλος του Π.Σ.Φ και της Ε.Ε.Ε.Φ

ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ:

1. **Μέθοδος McKenzie**(Ολοκλήρωση και των 5 εκπαιδευτικών κύκλων της μεθόδου).
2. **Παραδοσιακή Κινέζικη Ιατρική, Η.Α.Ο.Τ.Σ.Μ** (Hellenic Academy of Traditional Chinese Medicine). **Παραδοσιακή Κινέζικη Φιλοσοφία-Βελονισμός-Tuina massage** (18 εκπαιδευτικοί κύκλοι).
3. **SuJok Therapy, Παραδοσιακή Κορεάτικη Ιατρική**(3 εκπαιδευτικοί κύκλοι)
4. **Μέθοδος Kinesiotaping**(Ολοκλήρωση και των 4 εκπαιδευτικών κύκλων με καθηγητή τον Κο Διαμαντόπουλο Κωνσταντίνο).
5. Μέθοδος **Mulligan**(Ολοκλήρωση και των 2 εκπαιδευτικών κύκλων).
6. **Trigger Points, Pain and Muscle Tone** by ED WILSON.

ΣΥΝΕΔΡΙΑ:

- 13 Δεκεμβρίου 2003 : Συμμετοχή στο 5^ο μετεκπαιδευτικό σεμινάριο στο Γ.Ν.Ε ΘΡΙΑΣΙΟ , με θέμα:<< **Αγγειακό Εγκεφαλικό επεισόδιο, Πρόληψη ,Αντιμετώπιση, Αποκατάσταση.**>>
- 5 Απριλίου 2003: Συμμετοχή σε σεμινάριο στο Γ.Ν.Ε ΘΡΙΑΣΙΟ, με θέμα: <<**Σακχαρώδης διαβήτης . Η νοσηλευτική Προσέγγιση**>>

- 6 Απριλίου 2003: Συμμετοχή στην ενημερωτική ημερίδα , με θέμα:
- << **Εναλλακτικές Θεραπείες στον 21^ο Αιώνα**>>
- 5,6,7 Νοεμβρίου 2004: Συμμετοχή στο 14^ο Ετήσιο Πανελλήνιο Συνέδριο Φυσικοθεραπείας, με θέμα: << **Η συμβολή της φυσικοθεραπείας στην αποκατάσταση παθήσεων και κακώσεων στα οστά και τις αρθρώσεις**>>.
- 3,4,5 Δεκεμβρίου 2004: Συμμετοχή στο 18^ο συνέδριο φυσικοθεραπείας της Ε.Ε.Ε.Φ, με θέμα: << **Οξύς και χρόνιος Πόνος**>>.
- 24,25,26 Νοεμβρίου 2006: Συμμετοχή στο 16^ο Ετήσιο Πανελλήνιο Συνέδριο Φυσικοθεραπείας, με θέμα:<< **Σύγχρονες προσεγγίσεις αξιολόγησης και αποκατάστασης προβλημάτων του κάτω άκρου**>>.
- 18 Μαρτίου 2006: Συμμετοχή στην Επιστημονική ημερίδα << **Αθλητιατρική και τραυματολογία σε χώρους άθλησης**>>
- 17,18,19 Μαρτίου 2006: **3rd International Aerobic & Fitness Congress**
- 4,5,6 Νοεμβρίου 2006 : Συμμετοχή στο 19^ο συνέδριο Φυσικοθεραπείας της Ε.Ε.Ε.Φ, με θέμα:<< **Κλινική Φυσικοθεραπεία: Ειδικά πεδία και Εφαρμογές**>>
- 5,6 Μαΐου 2006: 3^ο Σεμινάριο Αρθροπλαστικής χειρουργικής & Αθλητικών Κακώσεων.
- 20 Μαΐου 2007: Συμμετοχή στην Επιστημονική Ημερίδα της Ε.Ε.Ε.Φ στο ΚΑΤ, με θέμα :<< **Η Φυσικοθεραπεία στο Αγγειακό Εγκεφαλικό Επεισόδιο**>>
- 25,26,27 :Νοεμβρίου 2008: Συμμετοχή στο 18^ο Ετήσιο Πανελλήνιο Συνέδριο Φυσικοθεραπείας, με θέμα:<<**Ερευνητική απόδειξη και φυσικοθεραπευτική αποκατάσταση**>>
- 23,24,25 Μαΐου 2008: Συμμετοχή στο 1^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Μηχανικής Διάγνωσης και Θεραπείας με Διεθνή Συμμετοχή.
- 14,15,16 Νοεμβρίου 2008: Συμμετοχή στο 22^ο συνέδριο Φυσικοθεραπείας της Ε.Ε.Ε.Φ, με θέμα:<< **Σύνδρομα στάσης διαταραχές βάρδισης –εργονομία. Προσεγγιση στις εναλλακτικές(συμπληρωματικές θεραπείες)**>>.
- 13,14,15 Μαρτίου 2009 : Συμμετοχή στο 2^ο Πανελλήνιο Αθλητιατρικό Συνέδριο.
- 5 Απριλίου 2009 : Συμμετοχή στην Επιστημονική Ημερίδα της Ε.Ε.Ε.Φ με θέμα:<< 1^η Ημερίδα Νέων Συναδέλφων >> στο αμφιθέατρο της Ε.Ε.Χ.Ο.Τ
- 24 Οκτωβρίου 2009 : Συμμετοχή στην Επιστημονική Ημερίδα, με θέμα: << **Μηχανική διάγνωση & θεραπεία του οσφυϊκού πόνου.**>>
- 10 Οκτωβρίου 2009 : Συμμετοχή στο **International meeting on HILTERAPIA.**
- 15,16,17 Μαΐου 2009 : Συμμετοχή στο **4^ο Διατμηματικό Συνέδριο Φοιτητών Φυσικοθεραπείας.**

ΕΙΣΗΓΗΣΕΙΣ ΣΕ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΑ ΣΥΝΕΔΡΙΑ:

- 5 Απριλίου 2009: 1^η Πολυθεματική Ημερίδα Ενημέρωσης Νέων Συναδέλφων_Τίτλος εργασίας :<< **Αντανεκλαστικές Θεραπείες: Υπάρχει ουσιαστική διαφορά μεταξύ τους**>>
- 15 Μαΐου 2009: 4^ο Διατμηματικό Συνέδριο Φοιτητών Φυσικοθεραπείας.

Ερευνητική εργασία με θέμα : <<ΤΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΤΗΣ ΑΕΡΟΒΙΑΣ ΔΙΑΛΕΙΜΜΑΤΙΚΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΣΥΝΔΙΑΣΜΟΥ ΑΕΡΟΒΙΑΣ ΔΙΑΛΕΙΜΜΑΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗΣ ΜΕ ΑΝΤΙΣΤΑΣΗ, ΣΕ ΑΣΘΕΝΕΙΣ ΜΕ ΧΡΟΝΙΑ ΚΑΡΔΙΑΚΗ ΑΝΕΠΑΡΚΕΙΑ>>

ΞΕΝΕΣ ΓΛΩΣΣΕΣ:

- ΑΓΓΛΙΚΑ **Επίπεδο LOWER**

ΓΝΩΣΕΙΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗΣ:

Ικανότητες : **Χρήση INTERNET, WINDOWS**

Εφαρμογές: **MS- EXCEL, MS-WORD, MS- POWER POINT**

Λειτουργικά Συστήματα: **MS-DOS, WINDOWS 200, WINDOWS NT, WINDOWS 95/98/Me, X-WINDOWS.**

ΑΛΛΕΣ ΓΝΩΣΕΙΣ:

- Άδεια οδήγησης ταχύπλοου σκάφους έως 24 μ.
- Δίπλωμα οδήγησης αυτοκινήτου
- Πτυχίο παρακολούθησης Μαθημάτων Ειδικής Εκπαιδεύσεως ως **Βοηθός Χειρουργείου** (Διάρκεια 17 Δεκεμβρίου 2007 ως 11 Ιανουαρίου 2008).

ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ:

2001-2004: Υποτροφίες Ι.Κ.Υ για άριστη επίδοση και στα 3 έτη σπουδών .

2009: Βράβευση ερευνητικής εργασίας:<< ΤΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΤΗΣ ΑΕΡΟΒΙΑΣ ΔΙΑΛΕΙΜΜΑΤΙΚΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΣΥΝΔΙΑΣΜΟΥ ΑΕΡΟΒΙΑΣ ΔΙΑΛΕΙΜΜΑΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗΣ ΜΕ ΑΝΤΙΣΤΑΣΗ, ΣΕ ΑΣΘΕΝΕΙΣ ΜΕ ΧΡΟΝΙΑ ΚΑΡΔΙΑΚΗ ΑΝΕΠΑΡΚΕΙΑ>> στο 4^ο Διατμηματικό συνέδριο Φυσικοθεραπείας, Αίγιο.

ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑ:

- Συμμετοχή σε συγκρότημα ελληνικής μουσικής .
- Καταδύσεις, μπάσκετ.

