

## Σύντομο βιογραφικό σημείωμα

### **Ηλία Τσέπη**

του Μιλτιάδη

Καθηγητή, Τμήματος Φυσικοθεραπείας,  
Σχολή Επιστημών Αποκατάστασης Υγείας Πανεπιστημίου Πατρών

## Εκπαίδευση - Ακαδημαϊκές Σπουδές

- **Προπτυχιακές σπουδές - Πτυχίο Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (1990)**, Τμήμα επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών
- **Προπτυχιακές σπουδές - Πτυχίο Φυσικοθεραπείας (1996)**, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, ΤΕΙ Αθήνας
- **Μεταπτυχιακές Σπουδές - Μεταπτυχιακό δίπλωμα ειδίκευσης Master of Science (MSc) in Sports Medicine (1997)**, Medical School, Nottingham University – U.K. Τίτλος μεταπτυχιακής διατριβής «Μελέτη πάνω στην Επίπτωση της Παθητικής Μυϊκής Διάτασης στην Αποκατάσταση της Αίσθησης Θέσης της Άρθρωσης μετά από Μυϊκή Κόπωση».
- **Διδακτορικό δίπλωμα (PhD) (2004)** Πρόγραμμα «Βιολογία της Άσκησης» Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, με κατεύθυνση την Αθλητική Φυσικοθεραπεία. Τίτλος διδακτορικής διατριβής: «Ισοκινητική Αξιολόγηση των Μυοδυναμικών Προσαρμογών της Χρόνιας Ανεπάρκειας Πρόσθιου Χιαστού Συνδέσμου στα Κάτω Άκρα Αθλητών».

## Επαγγελματική Προϋπηρεσία

- Άδεια ασκήσεως επαγγέλματος φυσικοθεραπευτή από το 1996
- Κλινική **προϋπηρεσία:**
  - Φυσικοθεραπευτής Ολυμπιακής Ομάδας Κωπηλασίας. Αγωνιστικές περιόδους 1996 & 1998.
  - Φυσικοθεραπευτής Εθνικής Ομάδας Κωπηλασίας 2001- Επιστημονικός Σύμβουλος Ελληνικής Κωπηλατικής Ομοσπονδίας.
  - Φυσικοθεραπευτής ελεύθερος επαγγελματίας (ΤΕΒΕ) από 19/10/1999 έως 22/02/2000
  - Φυσικοθεραπευτής ΕΛΕΠΑΠ από 8/4/2002 έως 3/4/2004
- **Αμειβόμενος Ερευνητής στο Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων - Ιατρική Σχολή - «Ορθοπαιδικό Αθλητιατρικό Κέντρο Ιωαννίνων»**

Πρόγραμμα Ανάπτυξη της ερευνητικής δραστηριότητας στο Ορθοπαιδικό Αθλητιατρικό Κέντρο Ιωαννίνων στα πλαίσια του Εργαστηρίου Αρθροσκόπησης και Αθλητικών κακώσεων της Ορθοπαιδικής Κλινικής (Ρήξη Προσθίου Χιαστού)»

- Σύμβαση 1: 01/01/2002 έως 31/7/2002 (No 1205)
- Σύμβαση 2: 01/01/2003 έως 31/1/2003 (No 1205)
- Σύμβαση 3: 01/11/2005 έως 31/12/2005 (No 1398).

Πρόγραμμα ΠΕΝΕΔ 2003, Έργο 03 ΕΔ58 «Εμβιομηχανική ανάλυση του προσθίου χιαστού συνδέσμου»

- Σύμβαση ως έμπειρος ερευνητής 16/12/2005 έως 15/12/2008
- **Επιστημονικός υπεύθυνος και μέλος της Κεντρικής Ερευνητικής Ομάδας** του υποέργου 05 του Έργου «**Αρχιμήδης III: Ενίσχυση των Ερευνητικών Ομάδων στα ΤΕΙ**» στα πλαίσια του ΕΣΠΑ 2007-13, με θέμα: «*Δημιουργία ενός πρότυπου εργαλείου αξιολόγησης της Οσφυαλγίας προς χρήση από έλληνες επαγγελματίες υγείας, μέσω της συστηματικής καταγραφής του προβλήματος της οσφυαλγίας*».
  - Επιστ. Υπεύθυνος Έγκριση 06/11/2011 με διάρκεια έως 30/9/2015
  - Μέλος ΚΕΟ: Σύμβαση 18/9/2012 έως 30/9/2015

## Προϋπηρεσία στον ακαδημαϊκό χώρο

### ΠΡΟΠΤΥΧΙΑΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΣΠΟΥΔΩΝ

- **Διδασκαλία σε προπτυχιακά προγράμματα σπουδών στη Φυσικοθεραπεία με σύμβαση εργασίας στο**
  - Τμήμα Φυσικοθεραπείας - Τ.Ε.Ι. Λαμίας. Εαρινό εξάμηνο 1998 (από 19-3-1998) έως και Εαρινό 2000 (23-6-2000)
  - Τμήμα Φυσικοθεραπείας, Τ.Ε.Ι. Πάτρας, από Εαρινό εξάμηνο 2005, έως το διορισμό μου ως επίκουρος καθηγητής (3/12/2007)
- Επίκουρος Καθηγητής Φυσικοθεραπείας, Τμήμα Φυσικοθεραπείας Τ.Ε.Ι. Πάτρας από 3/12/2007 έως 5/11/2014
- Αναπληρωτής Καθηγητής Φυσικοθεραπείας, Τμήμα Φυσικοθεραπείας Τ.Ε.Ι. Δυτ. Ελλάδας από 5/11/2014 έως 30/5/2019
- Καθηγητής Τμήμα Φυσικοθεραπείας Τ.Ε.Ι. Δυτ. Ελλάδας από 22-4-2019 έως (βάσει ν. 4610/2019, λόγω κατάργησης ΤΕΙ Δυτικής Ελλάδας και ίδρυσης Τμήματος Φυσικοθεραπείας στο Πανεπιστήμιο Πατρών).
- Καθηγητής, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, Πανεπιστήμιο Πατρών από 30/5/2019 - σήμερα (βάσει ν. 4610/2019, λόγω κατάργησης ΤΕΙ Δυτικής Ελλάδας και ίδρυσης Τμήματος Φυσικοθεραπείας στο Πανεπιστήμιο Πατρών)

## ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΣΠΟΥΔΩΝ

### Επιστημονικός Συνεργάτης σε 4 μεταπτυχιακά προγράμματα

- Διδασκαλία στο Μεταπτυχιακό πρόγραμμα MSc Αθλητικής Φυσικοθεραπείας, Τμήμα Επιστημών Υγείας, Σχολής Θετικών Επιστημών, Ευρωπαϊκό Πανεπιστήμιο Κύπρου. Διδασκαλία μεταπτυχιακών μαθημάτων «Προχωρημένη Αθλητική Φυσικοθεραπεία» και «Ειδικά θέματα Αθλητικής Φυσικοθεραπείας».
  - ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ (26 ώρες το χειμερινό εξ. 2015 & 2016)
  - ΠΡΟΧΩΡΗΜΕΝΗ ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ I (19 ώρες το εαρινό εξ. 2015 & 2016)
- Διδασκαλία στο Μεταπτυχιακό πρόγραμμα "Επιστήμες Αποκατάστασης" του Τμήματος Φυσικοθεραπείας του ΤΕΙ Δυτικής Ελλάδας (2016 έως σήμερα)
  - Κλινική Εμβιομηχανική, 31 ώρες το χειμερινό εξ. 2016 & 2017)
  - Θεραπευτική Άσκηση στη Φυσικοθεραπεία, 31 ώρες το εαρινό εξ. 2016 & 2017)
- Διδασκαλία στο Μεταπτυχιακό πρόγραμμα «Βιολογία της Άσκησης» της ΣΕΦΑΑ – Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών
  - ΠΡΟΧΩΡΗΜΕΝΗ ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ I (19 ώρες το χειμερινό εξ. 2017)
- Διδασκαλία στο Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών «Άθληση και Υγεία» της Α΄ Ορθοπαιδικής Κλινικής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών
  - ΕΜΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ Της ΑΘΛΗΣΗΣ (18 ώρες το εαρινό εξ. 2018 και 18 ώρες το εαρινό εξαμ. 2019)
  - ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΗ ΕΜΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ (15 ώρες το χειμερινό εξ. 2018)

## Ερευνητική Δραστηριότητα

### Γνωστικό αντικείμενο - επιστημονικά /ερευνητικά ενδιαφέροντα

- Γνωστικό αντικείμενο (βάσει ΦΕΚ διορισμού) – Φυσικοθεραπεία.
- Γνωστικό αντικείμενο (βάσει Διδακτορικού Διπλώματος) – Αθλητική Φυσικοθεραπεία, Μυοδυναμική Αξιολόγηση αθλητών με ανεπάρκεια Προσθίου Χιαστού Συνδέσμου, εντόπιση λειτουργικών ελλειμμάτων, κατεύθυνση εξειδικευμένων θεραπευτικών παρεμβάσεων
- Ερευνητικά ενδιαφέροντα – Εμβιομηχανική ανάλυση αθλητικών τραυματισμών, ποιοτική έρευνα σε μυοσκελετικές παθήσεις, λειτουργική αξιολόγηση αθλητών στα πλαίσια πρόληψης τραυματισμών & στοχευμένες παρεμβάσεις, αξιολόγηση & θεραπευτική άσκηση ασθενών με μυοσκελετικές παθήσεις

## Συμμετοχή σε επιχορηγούμενα ερευνητικά προγράμματα

- **Επιστημονικός υπεύθυνος και μέλος της Κεντρικής Ερευνητικής Ομάδας** του υποέργου 05 του Έργου Αρχιμήδης ΙΙΙ (βλέπε ανωτέρω στην επαγγελματική προϋπηρεσία)
- **Αμειβόμενος Ερευνητής στο Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων - Ιατρική Σχολή - «Ορθοπαιδικό Αθλητιατρικό Κέντρο Ιωαννίνων»** (βλέπε ανωτέρω στην επαγγελματική προϋπηρεσία)

## Μη αμειβόμενος Ερευνητής

- **Επιστημονικός Συνεργάτης Πρόγραμμα ΥΚΙΔΑ 2013 – ΙΚΥ (αρ 209)**. Συνεργασία ΤΕΙ Αθήνας – HumdoldtUniv. – Berlin. “Διαγνωστικός Υπέρηχος. Αξιολόγηση και καταγραφή της αρχιτεκτονικής του στροφικού πετάλου μετά την εφαρμογή ειδικών ασκήσεων στη γληνοβραχιόνια άρθρωση»
- **Επιστημονικός Συνεργάτης «Ορθοπαιδικού Αθλητιατρικού Κέντρου Ιωαννίνων»**, Ιατρική Σχολή, Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων αποσπασμένος από τη Νομαρχιακή Αυτοδιοίκηση Ιωαννίνων από 13/9/2004 έως 03/5/2006.

## Ξένες δημοσιεύσεις σε αναγνωρισμένα επιστημονικά περιοδικά με κριτές (65 συνολικά: 42 πλήρεις και 23 περιλήψεις)

### Πλήρεις Δημοσιεύσεις

1. Hamstrings weakness as an indicator of poor knee function in ACL deficient patients (2004). **E. Tsepis**, G. Vagenas, G. Giakas & A. Georgoulis. *Knee Surgery, Sports Traumatology Arthroscopy*, 12 (1); 22-29. [impact factor 3,227]
2. Frequency content asymmetry of the isokinetic curve between ACL deficient and healthy knee (2004). **E. Tsepis**, G. Giakas, G. Vagenas & A. Georgoulis. *Journal of Biomechanics*, 37, 857-864. [Impact factor 2,664]
3. Electromechanical delay of the knee extensor muscles is not altered after harvesting the patellar tendon as a graft for ACL reconstruction: implications for sports performance (2005). A. D. Georgoulis, S Ristanis, A. Papadonikolakis, **E. Tsepis**, C. Moraiti, N. Stergiou. *Knee Surgery, Sports Traumatology Arthroscopy*, 13(6), 437-43. [IF 3,227]
4. Follow-up evaluation two years after ACL reconstruction with bone-patellar bone graft shows that excessive tibial rotation persists (2006). A.D. Georgoulis, Ristanis S., Patras K., **Tsepis E.**, Moraiti C.O., Stergiou N. *Clinical Journal of Sports Medicine*. 16, 111-116. [impact factor 2,189]
5. Thigh muscle weakness in ACL deficient knees persists without structured rehabilitation (2006). **Tsepis E.**, G. Vagenas, Ristanis S., A.D. Georgoulis. *Clinical Orthopaedics and Related Research*, 12, 105-110. [IF 3,897]

6. Entry level Physical Therapy education in Greece (2007). **E. Tsepis**, G. Gioftsos. *Physical Therapy Reviews*, 12, 105-110.
7. High intensity running results in an impaired neuromuscular response in ACL reconstructed individuals (2009). K. Patras, G. Ziogas, S. Ristanis, **E. Tsepis**, N. Stergiou, AD. Georgoulis. *Knee Surg Sports TraumatolArthrosc* 17:977–984 [impact factor 3,227]
8. Electromechanical delay of the knee flexor muscles is impaired after harvesting the hamstrings tendons for ACL reconstruction (2009). S. Ristanis, **E. Tsepis**, D. Giotis, N. Stergiou, G. Cerulli, A. Georgoulis. *Am JSports Med*. Nov;37(11):2179-86. [impact factor 5,673]
9. Lower limb strength in professional soccer players: profile, asymmetry and training age (2010). Fousekis K, **Tsepis E**&Vagenas G. *Journal of Sports Science and Medicine*, 9, 364-373 [impact factor 1,797]
10. ACL reconstructed patients with a BPTB graft present an impaired vastus lateralis neuromuscular response during high intensity running (2010). Patras K, Ziogas G, Ristanis S, **Tsepis E**, Stergiou N, Georgoulis AD. *J Sci Med Sport*. Nov;13(6):573-7. [impact factor 3,857]
11. Multivariate isokinetic strength asymmetries of the knee and ankle in professional soccer players (2010). Fousekis K, **Tsepis E**&Vagenas G. *J Sports Med Phys Fitness*. Dec;50(4):465-74. [impact factor 1,215]
12. Intrinsic risk factors of non-contact quadriceps and hamstrings strains in soccer: a prospective study on 100 professional players (2011). Fousekis K, **Tsepis E**, Poulmedis P, Athanasopoulos S &Vagenas G. *British Journal of Sports Medicine* Jul;45(9):709-14. [impact factor 6,557]
13. Electromechanical delay of the knee flexor muscles after harvesting the hamstrings for anterior cruciate ligament reconstruction (2011). Ristanis S, **Tsepis E**, Giotis D, Zampeli F, Stergiou N, Georgoulis AD. *Clin J Sport Med*. Jul;21(4):288-93. [impact factor 2,189]
14. Muscle strength and hop performance criteria prior to return to sports after ACL reconstruction (2011). R. Thomee´, Y. Kaplan, J.Kvist , G. Myklebust, M-A. Risberg, D. Theisen, **E. Tsepis**, S. Werner, B. Wondrasch & E. Witvrouw. *Knee Surg Sports TraumatolArthrosc*, 19:1798–1805 [impact factor 3,227]
15. Endurance markers are related with local neuromuscular response for the intact but not for the ACL reconstructed leg during high intensity running (2011). Patras K, Ziogas G, Ristanis S, **Tsepis E**, Tsiaras V, Stergiou N, Georgoulis AD. *J Sports Med Phys Fitness*; 51(4):708-14. [impact factor 1,215]
16. Smoking and physical activity interrelations in health science students. Is smoking associated with physical inactivity in young adults? (2012). Papathanasiou G, Papandreou M, Galanos A, Kortianou E, Tsepis E, Kalfakakou V, Evangelou A. *Hellenic J Cardiol*. Jan-Feb;53(1):17-25 [impact factor 1,343]
17. Hamstring-Dominant Strategy of the Bone-Patellar Tendon-Bone Graft Anterior Cruciate Ligament-Reconstructed Leg Versus Quadriceps-Dominant Strategy of the Contralateral Intact Leg During High-Intensity Exercise in Male Athletes (2012). Patras K, Zampeli F, Ristanis S, **Tsepis E**, Ziogas G, Stergiou N, Georgoulis AD. *Arthroscopy*. 28(9), 1262-70 [impact factor 4,292]

18. Intrinsic Risk Factors of Noncontact Ankle Sprains in Soccer: A Prospective Study on 100 Professional Players (2012). Fousekis K, **Tsepis E**, Vagenas G. *Am J Sports Med*, 40 (8), 1842-1850. [Impact Factor: 5,673]
19. Greek physiotherapists perspectives on rehabilitation following total knee replacement: a cross-country survey. Moutzouri, M, Gleeson, N, Billis, E, **Tsepis E**, Gliatis, J. *Physiotherapy Research International*, online 6/3/2016, 1-16.
20. Elastic Bandaging for Orthopedic and Sports Injuries Prevention and Rehabilitation: A Systematic Review. Konstantinos Fousekis, Evdokia Billis, Charalampos Matzaroglou, Konstantinos Mylonas, Constantinos Koutsojannis, and **Elias Tsepis**. *J Sport Rehabil* 2016, May;26(3):269-278 [impact factor 1,413]
21. The Effectiveness of Instrument-assisted Soft Tissue Mobilization Technique (Ergon© Technique), Cupping and Ischaemic Pressure Techniques in the Treatment of Amateur Athletes' Myofascial Trigger Points. Konstantinos Fousekis, Eleni Kounavi, Symeon Doriadis, Konstantinos Mylonas, Elias Kallistratos and **Elias Tsepis**. *Journal of Novel Physiotherapies* 2016, S3-009,1-7.
22. Physical Activity in A Sample of Community-Dwelling Older Adults Living in A Greek County. Tsekoura M, Gliatis J, Billis E, Matzaroglou C, Fousekis K, **Tsepis E**. A Research Report. *EC Orthopaedics* 2016, 4(4): 567-576.
23. Impact of Group Exercise Programme on Fall Risk in Elderly Individuals: A Pilot Study. Nupoor Kulkarni, Kalliopi Pouliasi, Marina Theodoritsi, Aashirwad Mahajan, Elias Panagiatopolous, Subhash Khatri, **Elias Tsepis**. *International Journal of Health Sciences & Research*, Vol.7; Issue: 4; April 2017; 265-274
24. Preliminary extent of poor sleep quality and its risk factors in Greek older adults. Aashirwad Mahajan, Constantinos Koutsojannis, Marina Theodoritsi, Kalliopi Pouliasi, **Elias Tsepis**, Subhash Khatri, Nupoor Kulkarni. *International Journal of Applied Research*, Vol.3; Issue: 4; Part F 2017; 392-397
25. Assessment of cognitions in older adults using the test your memory test. Nupoor Kulkarni, Marina Theodoritsi, Kalliopi Pouliasi, Aashirwad Mahajan, **Elias Tsepis**. *International Journal Of Multidisciplinary Research and Development*, 2017;7 (4); 42-44
26. The effect of total knee arthroplasty on patients' balance and incidence of falls: a systematic review. Moutzouri M, Gleeson N, Billis E, **Tsepis E**, Panoutsopoulou I, Gliatis J. *Knee Surg Sports Traumatol Arthrosc*. 2017 Nov;25(11):3439-3451 [Impact factor 3,227]
27. Association of low back pain on physical, sociodemographic and lifestyle factors across a general population sample within Greece. Billis E, Koutsojannis C, Matzaroglou C, Gliatis J, Fousekis K, Gioftsos G, Papandreou M, McCarthy C, Oldham JA, **Tsepis E**. *J Back Musculoskeletal Rehabil*. 2017;30(2):279-290 [impact factor 0,912]
28. Greek physiotherapists' perspectives on rehabilitation following total knee replacement: a cross-country survey. Moutzouri M, Gleeson N, Billis E, **Tsepis E**, Gliatis J., *Physiotherapy Research International* 2017, Oct;22(4).
29. The Effects of Hamstrings' Cooling and Cryostretching on Sit and Reach Flexibility Test Performance in Healthy Young Adults (2017). Gkrilias, P. D., **Tsepis E**, & Fousekis, K. A. *British Journal of Medicine & Medical Research* 19, 1-11.

30. Musculoskeletal Disorders among Greek Professional Ballet Dancers. Tsekoura, M., Billis, E., Panopoulou, K., Fousekis, K., & Tsepis, E. *British Journal of Medicine & Medical Research* 2017, 19(11): 1-8.
31. Work - related musculoskeletal disorders among female and male nursing personnel in Greece. Tsekoura M., Koufogianni A., Billis E., **Tsepis E.**, *World Journal of Research and Review* 2017, 3(1): 8-15.
32. Assessment of muscle mass in the elderly in clinical practice. Review. Tsekoura, M., Billis, E., Gliatis J, Matzaroglou C., Koutsojannis C., **Tsepis E.**, Panagiatopolous E. *Journal of Musculoskeletal and Neuronal Interactions*. 2017: 1-19.
33. Early self-managed focal sensorimotor rehabilitative training enhances functional mobility and sensorimotor function in patients following total knee replacement: a controlled clinical trial. M. Moutzouri, N. Gleeson, F. Coutts, **E. Tsepis**, J. Gliatis. *Clinical rehabilitation* 2018: 1-11 [impact factor 2,823]
34. The relationship between isokinetic strength and functional performance tests in patients with knee osteoarthritis. Gkrilias, PD, **Tsepis, E**, Kokkalis Z, Panagiotopoulos E, Megas P. *The Journal of Physical Therapy Science* 2018: June.
35. Dynamic balance asymmetries in pre-season injury-prevention screening in healthy young soccer players using the Modified Star Excursion Balance Test. A pilot study. P Gkrilias, **E Tsepis**, Z Kokkalis, EPanagiotopoulos, P Megas. *The Journal of Physical Therapy Science* 2018: 30(9), 1141-1144.
36. Epidemiological analysis of painful musculoskeletal symptoms among Greek competitive road cyclists of different age categories. P Gkrilias, A Zavvos, A Koumpetsos, C Matzaroglou, K Fousekis, E Billis, **E Tsepis**. *Indian Journal of Applied Research*, accepted, due to be published on July. *Indian Journal of Research* 2018: 8(7), 425-427.
37. The effects of group and home-based exercise programmes in elderly with sarcopenia: a randomized controlled trial. Maria Tsekoura, Evdokia Billis, **Elias Tsepis**, Zacharias Dimitriadis, Charalampos Matzaroglou, Minos Tyllianakis, Elias Panagiotopoulos, John Gliatis. *Journal of Clinical Medicine*, 2018, 7(12), 480. <https://doi.org/10.3390/jcm7120480> [impact factor 5,583]
38. Cross cultural adaptation of the Greek sarcopenia quality of life (SarQoL) questionnaire. Tsekoura M, Billis E, Gliatis J, Tsepis E, Matzaroglou C, Sakkas GK, Beaudart C, Bruyere O, Tyllianakis M, Panagiotopoulos E. *Disabil Rehabil*. 2018 Nov 19:1-7. doi: 10.1080/09638288.2018.1514076 [impact factor 2,042]
39. Musculoskeletal Disorders among Greek National Gymnastic team. Tsekoura M., Billis E., Tsiringaki A., Dimopoulou T., Fousekis K., **Tsepis E**. *World Journal of Research and Review*, 2018, 7(4): 33-36.
40. Early initiation of home-based sensori-motor training improves muscle strength, activation and size in patients after knee replacement: a secondary analysis of a controlled clinical trial Maria Moutzouri, Fiona Coutts, John Gliatis, Evdokia Billis, Elias Tsepis and Nigel Gleeson *BMC Musculoskeletal Disorders* (2019) 20:231. <https://doi.org/10.1186/s12891-019-2575-3> [impact factor 1,998]
41. Can the application of the Ergon® IASTM treatment on remote parts of the superficial back myofascial line be equally effective with the local application for the improvement of the hamstrings' flexibility? A randomized control study. Fousekis K., Eid K., Tafa E., Gkrilias P., Mylonas K., Angelopoulos P., Koumoundourou D., Billis V., Tsepis E. *J. Phys. Ther. Sci.* 31: 508–511, 2019.

42. Cross cultural adaptation, reliability, and validity of the Greek version of the Cumberland Ankle Instability Tool. Tsekoura M, Billis E, Fousekis K, Christakou A, **Tsepis E**. *Physiother Theory Pract*. 2019 (accepted).

#### Εκτεταμένες περιλήψεις & πρακτικά συνεδρίων

43. Isokinetic strength evaluation can predict muscle strains in professional soccer players. A prospective study (2009). Fousekis K., **Tsepis E.**, Vagenas G. *Journal of Sports Science and Medicine*, 8 (Suppl 11), 79. [IF 1,797]
44. Knee and ankle isokinetic strength asymmetries in professional soccer players with right footedness (2009). Fousekis K., **Tsepis E.**, Vagenas G. *Journal of Sports Science and Medicine*, 8 (Suppl 11), 202. [impact factor 1,797]
45. Flexibility asymmetries of the lower extremities in professional soccer players (2009). Fousekis K., **Tsepis E.**, Skountzos K, Billis E, Vagenas G. *Journal of Sports Science and Medicine*, 8 (Suppl 11), 201. [impact factor 1,797]
46. Does taping affect the upper and lower trapezius electromyographic activity amongst patients with suspected subacromial impingement? (2009). A pilot study. Billis E, Koutsogiannis C, Fousekis K, Giatrakou s, Parasiri T, **Tsepis E**. *Journal of Sports Science and Medicine*, 8 (Suppl 11), 143. [impact factor 1,797]
47. Neuromuscular adaptations of the knee flexor mechanism after harvesting the hamstrings for ACL reconstruction, under fatigue conditions (2010). Ristanis S., **Tsepis E.**, Giotis D., Xergia S., Moraiti C., Stergiou N., Georgoulis A. 2010. *Knee Surg Sports Traumatol Arthrosc*, 18 (suppl 1), S88-89. [impact factor 3,227]
48. Whiplash injuries in sports activities. Clinical outcome and biomechanics (2013). Tsoumpos P, Kafchitsas K, Wilke H-J, Evangelou K, Kallivokas A, Habermann B, **Tsepis E**, Billis E, Matzaroglou C. *Br J Sports Med*;47:e3 [IF 6,557]
49. Cervical Whiplash injuries in sports activities have minor severity. Our experience from three different orthopaedic centers in Greece and Germany. C. Matzaroglou, P. Giachos, **E. Tsepis**, V. Billis, J. Vrachnis, K. Pantazis, P. Diaremes, Bjoern Habermann, J. Gliatis, K. Kafchitsas. 2nd ECOSEP – EFOST - ISMuL, Sports and Exercise Medicine, Summer Course, 25 – 30 August 2014
50. "Self-reported back and/or leg pain in young and middle aged Greek adults. Does pain location and intensity affect life-functioning factors?". Billis E, Matzaroglou C, Stathopoulou I, Moutzouri M, Fousekis K, Koutsogiannis C, Strimpakos N, Gioftsis G, McCarthy C, **Tsepis E**. N. Proceedings from the 17th International Congress of the WCPT, Singapore (1-4 Μαΐου 2015) *Physiotherapy* 2015, 101(1) suppl: eS1238-eS1642 [impact factor 3,010]
51. Investigation of the prevalence of sarcopenia and related factors in elderly living in Achaia, Greece. Tsekoura M, Billis E, Matzaroglou C, **Tsepis E**, Gliatis J, Panagiotopoulos E. *Osteoporosis International* 2017; 28(S1):P1044 [IF 3,591]
52. The effect of cold water immersion, aggressive sports massage and their combination on delayed onset muscle soreness' symptoms in amateur athletes: a randomized control study. P. Angelopoulos, A Diakoronas, D. Panagiotopoulos, P. Xaplanteri, **E. Tsepis**, K. Fousekis. *Physical Therapy in Sport* Vol. 28, November 2017, Page e5 [impact factor 1,818]



53. The effects of a 10 week Otago exercise programme on lower extremity strength, balance and fear of falling in a sample of Greek community - dwelling people: a pilot study. Tsekoura M., Billis E., Varoucha S., Ntaountaki S., **Tsepis E.**, Matzaroglou C. World Conference on Osteoporosis Osteoarthritis and Musculoskeletal Diseases. Osteoporosis International 2018, 29(1):288 [impact factor 3,591]
54. Sarcopenia and Quality of Life Questionnaire (SarQol®): Greek cross cultural adaptation World Conference on Osteoporosis Osteoarthritis and Musculoskeletal Diseases. Tsekoura M, Billis E., Gliatis J., **Tsepis E1.**, Matzaroglou C, Sakkas GK, Beaudart C, Bruyere O, Panagiotopoulos E. Osteoporosis International 2018, 29(1): P289 [IF 3,591]
55. Eagle's syndrome in Sports. C.Matzaroglou, **E. Tsepis**, P. Gkrilias, K. Fousekis, K. Kafchitsas, J. Gliatis, E.Heristanidu, V. Billis. Osteoporosis International 2018, 29(1):P1011 [impact factor 3,591]
56. The effects of a supervised holistic therapeutic exercise program on anxiety and depression parameters in patients with knee osteoarthritis. P. Gkrilias, **E. Tsepis**, E. Papadopoulou, C. Matzaroglou, Z. Kokkalis, E. Panagiotopoulos, P. Megas. Osteoporosis International 2018, 29(1):P775 [impact factor 3,591]
57. Musculoskeletal disorders among Greek competitive road cyclists. P. Gkrilias, A.Koumpetsos, A. Zavvos, C. Matzaroglou, E. Tsepis. Osteoporosis International 2018, 29(1):P880 [impact factor 3,591]
58. Cervical whiplash injuries in sports activities have minor severity. C. Matzaroglou, V. Billis, K. Kafchitsas, J. Gliatis, P. Megas, E. Tsepis, M. Tyllianakis. Osteoporosis International 2018, 29(1):P1020 [impact factor 3,591]
59. Comparison of intra-articular lumbar facet joint steroid injections and lumbar facet joint radiofrequency denervation in the treatment of low back pain. C. Matzaroglou, V. Billis, P. Gkrilias, E. Tsepis, J. Megas, K. Kafchitsas, M. Tyllianakis. Osteoporosis International 2018, 29(1):P1035 [impact factor 3,591]
60. Chronic back pain and life style factors. C. Matzaroglou, K. Assimakopoulos, V. Billis, **E. Tsepis** , K. Fousekis, K. Kafchitsas, J. Gliatis, M. Tyllianakis. Osteoporosis International 2018, 29(S1):P1056 [impact factor 3,591]
61. Musculoskeletal disorders among adolescent Greek competitive Laser 4.7M sailing athletes. P. Gkrilias, M. Tsekoura, C. Matzaroglou, **E. Tsepis**. European Journal of Trauma and Emergency Surgery 2018 <https://doi.org/10.1007/s00068-018-0934-7> [impact factor 0,895]
62. The effect of a holistic therapeutic exercise program in patients with symptomatic hip dysplasia. V. Angelopoulos, P. Gkrilias, P. Megas, **E. Tsepis**, C. Matzaroglou. Osteoporosis International 2019, 30(Suppl 2):P290 [impact factor 3,819]
63. Effects of exercise on quality to life and mood in elderly with sarcopenia: a randomized controlled trial.M. Tsekoura, E. Billis, **E.Tsepis**, C. Matzaroglou, Z. Dimitriadis, M. Tyllianakis, E. Panagiotopoulos, J. Gliatis.Osteoporosis International 2019, 30(Suppl 2):P339 [impact factor 3,819]
64. Musculoskeletal disorders among Greek competitive table tennis athletes.P. Gkrilias, I. Aivaliotis, C. Matzaroglou, K. Fousekis, **E. Tsepis**, Osteoporosis International 2019, 30 (Suppl 2):P367 [impact factor 3,819]
65. Is calf circumference a valid clinical measure for evaluating muscle mass in the elderly? M. Tsekoura, E. Billis, **E.Tsepis**, C. Matzaroglou, M. Tyllianakis, J. Gliatis. Osteoporosis International 2019, 30(Suppl 2):P525 [impact factor 3,819]

## ΣΥΓΓΡΑΦΗ ΚΕΦΑΛΑΙΩΝ ΒΙΒΛΙΩΝ

1. Non-operative management of anterior cruciate ligament deficient patients. E. Tsepis, G. Vagenas, G. Giakas, S. Ristanis, A. Georgoulis In: *"The Anterior Cruciate Ligament: Reconstruction & Basic Science"* Ed C. Prodromos. Saunders Elsevier 2008, ch. 7, 60-68.
2. Functional Lateralities, Muscle Asymmetries and Injuries. Fousekis K, Tsepis E, Vagenas G. In: *"Soccer, Muscle Strength Development, Assessment and Role in Disease"* Eds Ferraressi C, Parizzoto NA. NOVA Publishers New York 2013, pp 49-87.
3. Η πλειομετρική άσκηση στον Αθλητισμό. Στο βιβλίο «Εφαρμοσμένη Αθλητική Φυσικοθεραπεία» του Κ. Φουσέκη (Εκδ). Εκδόσεις Κωσταντάρας – Broken Hill, 2014, sel 381-404.
4. Non-operative management of anterior cruciate ligament deficient patients. S.A. Xergia, F. Zambeli, E. Tsepis, N.K. Paschos, E. Pappas, Georgoulis In: *"The Anterior Cruciate Ligament: Reconstruction & Basic Science-2<sup>nd</sup> Ed"* Ed C. Prodromos. Saunders Elsevier 2017, ch. 11, 60-65.

Ελληνικές δημοσιεύσεις σε έγκριτα επιστημονικά περιοδικά με κριτές (11 δημοσιεύσεις)

### Διεθνής Αναγνώριση

- 1390 αναφορές google scholar
- H-index: 14, i10-index: 17
- Research Gate (RG) Score: 26,83
- Συνολικός Δεικτης Απηχησης (Impact Factor): 144,797

Εισηγήσεις ως προσκεκλημένος ομιλητής ή εκπαιδευτής σε σεμινάρια

- 42 εισηγήσεις σε ελληνικά και διεθνή συνέδρια

Ανακοινώσεις σε διεθνή συνέδρια

- 63 ελεύθερες ανακοινώσεις

## Ανακοινώσεις σε πανελλήνια συνέδρια (>70)

- 72 ελεύθερες ανακοινώσεις

## Μέλος συντακτικής ομάδας & κριτής (reviewer) σε πληθώρα επιστημονικών περιοδικών διεθνούς κύρους

## Μέλος πλειάδας επιστημονικών επιτροπών συνεδρίων & συμμετοχή σε προεδρεία

## Μέλος επιτροπών διατριβών και υποτροφιών

- Μέλος τριμελούς επιτροπής σε 3 Διδακτορικά και επταμελούς εξεταστικής επιτροπής σε άλλα 4 διδακτορικά
- Επιβλέπων σε 4 μεταπτυχιακές εργασίες και μέλος της τριμελούς εξεταστικής επιτροπής σε άλλες 6 μεταπτυχιακές εργασίες
- Εξεταστής στις εξετάσεις του Ιδρύματος Κρατικών Υποτροφιών (2008, 2009, 2010)
- Κριτής για υποψηφιότητα Χρηματοδότησης Έρευνας από την Ευρωπαϊκή Ένωση στον «Τομέα Κυπριακών Προγραμμάτων - Ίδρυμα Προώθησης Έρευνας»

## Διακρίσεις για ερευνητικό & επιστημονικό έργο

- Βραβεία – διακρίσεις: 3 βραβεία καλύτερης επιστημονικής ανακοίνωσης σε πανελλήνια επιστημονικά συνέδρια φυσικοθεραπείας και 1 ειδική μνεία (Διεθνές Ειδησεογραφικό Πρακτορείο REUTERS και μνεία στην εφημερίδα του ΕΚΠΑ) για δημοσιευμένη εργασία με κορυφαία διεθνή απήχηση στο είδος της (Fousekis, K., Tsepis, E., & Vagenas, G. 2012. Intrinsic risk factors of non-contact ankle sprains in soccer - A prospective study on 100 professional players. American Journal of Sports Medicine, 40 (8), pp.1842-1850).

## Διοικητικές θέσεις

- Πρόεδρος του Τμήματος Φυσικοθεραπείας - ΤΕΙ Δυτικής Ελλάδας (ή προϊστάμενος σύμφωνα με το προηγούμενο καθεστώς του ΤΕΙ Πάτρας) από Σεπτ. 2011 έως Δεκ. 2017
- Αναπληρωτής προϊστάμενος-πρόεδρος του Τμήματος Φυσικοθεραπείας - ΤΕΙ Πάτρας κατά τα Ακαδ. Έτη 2008-9, 2009-10, 2010-11, 2017-8, 2018-19.

- Μέλος της Συνέλευσης του ΤΕΙ Πάτρας 2011-12
- Μέλος της Κοσμητείας της Σχολής Επαγγελματιών Υγείας Πρόνοιας – ΤΕΙ Δυτικής Ελλάδας για τα Ακαδ. Έτη 2013-14 και 2014-15
- Μέλος της Συγκλήτου του ΤΕΙ Δυτικής Ελλάδας για τα Ακαδ. Έτη 2013-14 και 2014-15.
- Διευθυντής Θεσμοθετημένου Εργαστηρίου «Ανθρώπινης Αξιολόγησης & Αποκατάστασης», Ιούνιος 2015 έως την ένταξη του Τμ. Φυσικοθεραπείας του ΤΕΙ Δυτικής Ελλάδας στο Παν/μιο Πατρών (30-5-2019)
- Μέλος Ειδικής Διατμηματικής Επιτροπής και της Συντονιστικής Επιτροπής του ΠΜΣ «Επιστήμες Αποκατάστασης» του ΤΕΙ Δυτικής Ελλάδας (2016-σήμερα)
- Αναπληρωματικό μέλος Επιτροπής Διαχείρισης Ειδικού Λογαριασμού (Πάτρα, 36428/30.10.2012)
- Επιστημονικός υπεύθυνος χρηματοδοτούμενου προγράμματος «Πρακτική άσκηση ΤΕΙ» στα πλαίσια του ΕΣΠΑ