

Όνομ/μο:
ΤΣΟΥΚΑΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ

Site
www.tsoukas-ortho.gr
www.miosmedcenter.gr

e-mail:
info@tsoukas-ortho.gr

Σπουδές : ΙΑΤΡΙΚΗ ΣΧΟΛΗ ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ

Ειδικότητα ΟΡΘΟΠΑΙΔΙΚΗ ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗ

Μεταπτυχιακοί τίτλοι- Διατριβές

- Διδακτορική Διατριβή σε εξέλιξη: «Η επίδραση της έκκεντρης άσκησης στον τραυματισμό του μυϊκού ιστού και στην ανάπτυξη μετατραυματικής φλεγμονής», (αρ. πρωτοκόλου: 7812/2010). Εκπόνηση στο Εργαστήριο Ιατροδικαστικής και Τοξικολογίας Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών.
- Κάτοχος μεταπτυχιακού τίτλου στη Διοίκηση Μονάδων Υγείας Κρατικού Πανεπιστημίου Παρισίων, Γαλλίας CNAM

01/03/1998	Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο Saint Luc - Universite Catholique de Louvain Βρυξέλλες Δ/ντής Καθ. J.J. Rombouts. Επιμελητής Κλινικής Χειρουργικής Σπονδυλικής Στήλης (Καθηγ. Εν. Munting). Χειρουργική σπονδυλικής στήλης (εκφυλιστικές παθήσεις, κατάγματα, όγκοι, θωρακοσκοπήσεις, σκολιώσεις), εξωτερικά ιατρεία, υπεύθυνος θαλάμων ασθενών, εφημερίες.
01/10/1996	Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο UZ Pellenberg - Leuven Βελγίου, <u>Κλινική Γόνατος και Αθλητικών Κακώσεων</u> (Δρ. J. Bellemans) και <u>Κλινική Ισχίου</u> (Καθηγ. J.P. Simon), Δ/ντής Νοσοκομείου Καθηγ. G. Fabry.
18/05/1996	Royal Orthopedic Hospital Birmingham Αγγλίας. <u>Κλινική γόνατος και Αθλητικών Κακώσεων</u> (Consultant Niggel Tubbs) και <u>Κλινική Ισχίου</u> (Consultant Ronan B.C. Treacy).

Κλινικό έργο

- 01/11/2013 εως Σήμερα** Διευθυντής Ορθοπαιδικής Κλινικής Ελάχιστα Επεμβατικής και Αθλητιατρικής Χειρουργικής Νοσοκομείου Mediterraneo
- 01/11/2009 έως 30/10/2013** Διευθυντής Ορθοπαιδικής και Κλινικής Αθλητικών Κακώσεων «Ιατρικού Κέντρου Αθηνών»
- 24/10/2006 έως Σήμερα** Διευθυντής και Ιδρυτής Κέντρου Ελάχιστα Επεμβατικής Ορθοπαιδικής και Αθλητιατρικής Χειρουργικής – MIOSMED Center. Εκπαιδευτικό Κέντρο ISAKOS (Παγκόσμια Εταιρεία Αρθροσκόπησης Χειρουργικής Γόνατος και Αθλητικών Κακώσεων), Συνεργαζόμενο κέντρο ITERA Life Sciences Forum (International Tissue Engineering Research Association). Συνεργαζόμενος φορέας AOSSM (American Orthopaedic Society for Sports Medicine) στην παγκόσμια εκστρατεία STOP Sports Injuries
- 12/05/2009 έως 18/12/2009** Διευθυντής Ορθοπαιδικής και Κλινικής Αθλητικών Κακώσεων «Ευρωκλινικής Αθηνών»
- 01/01/2006 έως 12/05/2009** Διευθυντής Ορθοπαιδικής Κλινικής «Ευρωκλινικής Αθηνών»
- 12/12/2002 έως 12/12/2005** Διευθυντής Κλινικής Αθλητικών Κακώσεων Νοσοκομείου «METROPOLITAN»
- 23/01/2002 έως 11/12/2002** Υπεύθυνος Ιατρείου Αθλητικών Κακώσεων Νοσοκομείου «ΕΡΡΙΚΟΣ ΝΤΥΝΑΝ»
- 30/10/2000 έως 22/01/2002** Επιμελητής Α΄ (Αποκλειστικός Ιατρικός Συνεργάτης) Νοσοκομείου «ΕΡΡΙΚΟΣ ΝΤΥΝΑΝ». Υπεύθυνος Τμήματος Γόνατος Αρθροσκοπήσεων και Αθλητικών Κακώσεων Β΄ Ορθοπαιδικής Κλινικής
- 01/09/1998 έως 10/01/2000** Έμμισθος συνεργάτης Αναπληρωτή Καθηγητή Ορθοπαιδικής Πανεπιστημίου Αθηνών Αργύρη Μήτσου, Δ/ντή Κλινικής Αθλητικών Κακώσεων ΔΘΚΑ «ΥΓΕΙΑ»
- 01/03/1998 έως 31/08/1998** Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο Saint Luc-Universite Catholique de Louvain Βρυξέλλες Δ/ντής Καθ. J.J. Rombouts. Επιμελητής κλινικής χειρουργικής σπονδυλικής στήλης (Καθηγ. Εν. Munting). Χειρουργική σπονδυλικής στήλης (εκφυλιστικές παθήσεις, κατάγματα, όγκοι, θωρακοσκοπήσεις, σκολιώσεις), εξωτερικά ιατρεία, υπεύθυνος θαλάμων ασθενών, εφημερίες.
- 01/06/1994 έως 20/01/1998** Α΄ ΟΡΘ/ΚΟ ΤΜΗΜΑ (Δ/ντής Δρ. Χαρ/μπος Παπαδόπουλος) Γενικό Νοσοκομείο Αττικής ΚΑΤ, Κηφισιάς, ειδικότητα Χειρουργικής Ορθοπαιδικής και Τραυματολογίας
- 01/10/1996 έως 31/12/1996** Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο UZ Pellenberg - Leuven Βελγίου, Κλινική Αθλητικών Κακώσεων, Δ/ντής Dr. J. Bellemans.

18/05/1996 έως 10/06/1996 Royal Orthopedic Hospital Birmingham Αγγλίας.
Κλινική γόνατος και Αθλητικών Κακώσεων Δ/ντής
Consultant Niggel Tubbs.

Επιστημονική δραστηριότητα

Μέλος του European Knee Advisory Board της Εταιρείας Smith and Nephew το οποίο αποτελείται από τους Key Opinion Leaders των Ευρωπαϊκών Χωρών

Μέλος Regulatory and Industry Liaison Committee International Cartilage Repair Society ICRS

Επισκέψεις σε εξειδικευμένα χειρουργικά κέντρα της Ευρώπης, με σκοπό την εκπαίδευση στην αντιμετώπιση ειδικών αθλητιατρικών θεμάτων:

- LCA anatomic recon and associated lesions, Knee Experts Smith and Nephew, Cadaver Lab Practice, Smith and Nephew Surgical Skill Center, York, England, 3-4 Μαρτίου 2010
- Hip Arthroscopy – a day with Prof. Marc Philippon, Cotignola RA, Italy, 3 Ιουνίου, 2010.
- Interventional Pain Cadaver Lab, Bordeaux University Hospital, France, April 4th 2008
- Orthopaedic Institute Rizzoli Bologna, Italy, 2-4 Μαΐου 2007
- 9th Vienna Arthroscopy Forum, Vienna Austria, 15-16 Σεπτεμβρίου 2006
- 2nd International Advanced Course on Surgical Knee Arthroscopy Tours Γαλλία, 14-17 Σεπτεμβρίου 2005

Εκπαιδευτής Αρθροσκοπικών Χειρουργείων

- Εκπαιδευτής σε πτωματική άσκηση: “Βασικές αρθροσκοπικές τεχνικές στο γόνατο και στον ώμο”. Ορθοπαιδική Κλινική Ιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου Ιωαννίνων και Β’ Ορθοπαιδική Κλινική Κέντρο Αρθροσκοπικής Χειρουργικής Ώμου Ιασώ General, Αθήνα, 19-20 Μαρτίου, 2010
- Εκπαιδευτής στο 2^o Hands – on arthroscopy course: “Anterior cruciate ligament reconstruction and menisci injuries/repair”, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Κλινική Ορθοπαιδικής Χειρουργικής και Τραυματιολογίας, Minimally Invasive Surgery – Arthroscopy Training Center, Λάρισα, 25-27 Σεπτεμβρίου, 2009
- Εκπαιδευτής στην πρακτική άσκηση με θέμα “Πλαστική Προσθίου Χιαστού Συνδέσμου”, 4^o Σεμιναρίου Αρθροσκοπικής Χειρουργικής και Αθλητικών Κακώσεων, Αθήνα, 11-12 Απριλίου 2008, Νοσοκομείο Ευαγγελισμός

- Εκπαιδευτής 1^ο Αρθροσκοπικό Εκπαιδευτικό Σεμινάριο MIOSMED Center «Σύγχρονες τεχνικές αποκατάστασης ρήξης προσθίου χιαστού συνδέσμου γόνατος, Αθήνα, 5 Δεκεμβρίου 2007

Ιδρυτής και Επιστημονικός Διευθυντής

Ορθοπαιδικού και Αθλητιατρικού Κέντρου Πρόληψης Υγείας **Orthopraxis** (www.ortho-praxis.gr). Το πρώτο εξειδικευμένο Κέντρο στην Ελλάδα πρόληψης και ελέγχου αθλητικών κακώσεων.

Έχει διατελέσει υπεύθυνος ιατρός των κάτωθι:

- Ελληνική Ομοσπονδία Πετοσφαίρισης (ΕΟΠΕ). Ιατρός Εθνικής Ομάδας Volleyball Ανδρών και Γυναικών και Εθνικών Ομάδων Beach Volleyball. Υπεύθυνος ιατρικών θεμάτων και Αναπληρωτής Πρόεδρος Ιατρικής Επιτροπής Ομοσπονδίας Volleyball
- ΑΕΚ ΑΕ μπάσκετ ανδρών, βόλεϋ ανδρών και γυναικών στίβος.
- Ποδοσφαίρο: ΠΑΕ Εθνικός Αστέρας (2010-2011), ΠΑΕ Ηλυσιακός (2007-2008, 2008-2009), ΠΑΕ Λεβαδειακός, Εθνικός Πειραιά, ΠΑΕ Αγία Παρασκευή.
- Κ.Α.Ε. Αμαρουσίου 2007-2008, 2008-2009, 2010-2011
- Γυναικεία Ομάδα Basketball Αθηναϊκός – **Πρωταθλήτρια Ευρώπης 2009-2010** - Πρωταθλήτρια Ελλάδος 2008-2009, 2009-2010, 2010-2011, 2011-2012 “Βιβλίο ρεκόρ Γκίνες” συνεχόμενων νικών.
- Κ.Α.Ε. Πανελλήνιος Γ.Σ. 2006-2007, 2007-2008
- Ελληνική Ομοσπονδία Πυγμαχίας: Μέλος Υγειονομικής Επιτροπής
- Basketball All Star Games: Δράμα 2002, Βόλος 2003, Χαλκίδα 2004, Πάτρα 2005, Λάρισα 2006, Λαμία 2007, Αμαλιάδα 2008, Ξάνθη 2009, Ηράκλειο-Κρήτης 2010, Πύργος 2011
- Ελληνική Εθνική Ομάδα 23^{ης} Παγκόσμιας Θερινής Πανεπιστημιάδας Αθλητισμού Σμύρνη, Τουρκία, 11-21 Αυγούστου 2005
- Όλα τα τμήματα του Ιωνικού Ν. Φιλαδέλφειας (basketball ανδρών Α₁, handball ανδρών Α₁, volleyball ανδρών Α₂, volleyball γυναικών Α₂)
- Όλα τα τμήματα Εκπαιδευτηρίων «ΔΟΥΚΑ» (handball ανδρών Α₁ (πρωταθλητές Ελλάδος 2007-2008), ποδοσφαίρου 5x5 ανδρών Α₁, basketball ανδρών Β' Εθνική, καράτε, στίβος κ.λ.π.)
- Volleyball ανδρών (ΤΑΠ) Παναθηναϊκού (Πρωταθλητές Ελλάδος 2003-2004), 2012-2013
- Volleyball Γυναικών Ηρακλή Κηφισιάς (Α₁ κατηγορία).
- Volleyball γυναικών Βύρωνα - Αγίου Σώστη (Α₁ κατηγορία)
- Volleyball γυναικών Μαρκόπουλου (Α₁ κατηγορία)
- Volleyball ανδρών Πανελληνίου Γ.Σ. (Α₁ & Α₂ κατηγορία)
- Basketball ανδρών Ηλυσιακού (από Β' Εθνική έως και Α₁ κατηγορία)
- Όλα τα τμήματα Παπάγου Α.Σ.
- Basketball γυναικών Πειραιϊκού Γ.Σ. (Α₁ κατηγορία)
- ΟΦ Γέρακα

- Μέλος Δ.Σ. Αθλητιατρικής Εταιρείας Ελλάδος
- Μέλος Δ.Σ. Φιλαθλητικής Εταιρείας

Μέλος Αθλητιατρικών Εταιρειών:

1. Ελληνική Εταιρεία Αρθροσκόπησης Χειρουργικής Γόνατος και Αθλητικών Κακώσεων: "Γ. Νούλης".
2. Αθλητιατρική Εταιρεία Ελλάδος – **Μέλος Δ.Σ.**
3. Διεθνής Εταιρεία Ιατρικής Ποδοσφαίρου (IFOMEC)
4. Ευρωπαϊκή Ένωση Αθλητικών Κακώσεων Χειρουργικής Γόνατος και Αρθροσκοπήσεων (ESSKA).
5. Ευρωπαϊκό Κολλέγιο Αθλητικών Επιστημών (ECSS).
6. Διεθνές Κολλέγιο Αθλητιών (ECOSEP).
7. Παγκόσμια Εταιρεία Αρθροσκόπησης Χειρουργικής Γόνατος και Αθλητικών Κακώσεων (ISAKOS).
8. Παγκόσμια Εταιρεία Αποκατάστασης Βλαβών Χόνδρου (ICRS); International Cartilage Repair Society
9. Παγκόσμια Αθλητιατρική Εταιρεία (FIMS).
10. International Society Biomechanics in Sports (ISBS).
11. European Group for Research into Elderly and Physical Activity (EGREPA).
12. International Tissue Engineering Research Association (ITERA).

Έχει συγγράψει άρθρα σε έγκριτες εφημερίδες και περιοδικά, έχει εμφανιστεί σε τηλεοπτικές εκπομπές και έχει παρουσιάσει εργασίες σε αθλητικά κέντρα και γυμναστήρια (π.χ. Holmes Place, Curves) σχετικά με αθλητικές κακώσεις και πρόληψη τραυματισμών κατά την άθληση, ιδίως στο ποδόσφαιρο και basketball. Τέλος, έχει διατελέσει επιστημονικός συνεργάτης των περιοδικών Men's Health και Prevention.

ΔΗΜΟΣΙΕΥΣΕΙΣ

1. "Oxidative stress and inflammatory responses following an acute bout of isokinetic exercise in obese women with knee osteoarthritis." The Knee 2013, Dec. 20(6), 581-590

2. « The time-frame of acute resistance exercise effects on football skill performance. The impact of exercise intensity». Journal of Sports Sciences 2013, 31(7):714-722
3. «Plyometrics trainability in pre-adolescent soccer athletes». The Journal of Strength and Conditioning Research 2013 Jan, 27(1):38-49
4. «Validity and reliability of the single-trial line drill test of anaerobic power in basketball players». Journal of Sports Medicine and Physical Fitness, 2011 March;51 (1):33-41.
5. Physical activity is associated with bone geometry of premenarcheal girls in a dose depended manner, Metabolism Clinical and Experimental 62(2013), 1811-1818.
6. The microcycle of inflammation and performance changes after a basketball match. Accepted for publication Journal of Sports Sciences.(ID RJSP-2013-0326.R4).
7. Thiol based antioxidant supplementation alters human skeletal muscle signaling and attenuates its inflammatory response and recovery after intense eccentric exercise. American Journal of Clinical Nutrition 2013 Jul, 98(1) 233-245

ΣΥΓΓΡΑΦΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ

1. “Surgical Decompression of Lumbar Spinal Stenosis According to Senegas Technique” (p. 207-214). Βιβλίο : «Lumbar Spinal Stenosis, Lippincott Williams and Wilkins 2000, ISBN: 0-7817-2380-9, Editors Drs Robert Gunzburg and Marek Szpalski.
2. «Οσφυϊκή Σπονδυλοδεσία με την χρησιμοποίηση τοπικών γενετικών και αυξητικών παραγόντων», «Εμβιομηχανική σπονδυλικής στήλης 1999», εκδόσεις Κάφκας.
3. Ο ρόλος των ανθρωπίνων μορφογενετικών πρωτεϊνών στην Οσφυϊκή Σπονδυλοδεσία», «Εμβιομηχανική σπονδυλικής στήλης 1999», εκδόσεις Κάφκας

Ερευνητικό έργο

ΕΠΙΔΟΤΟΥΜΕΝΑ ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ

- | | |
|------------------|---|
| 1. Τύπος: | Επιχειρηματική χορηγία |
| Εταιρεία: | P&G Tzelalis Sports Medicine LTD |
| Ρόλος: | Κύριος ερευνητής |
| Τίτλος: | Eccentric exercise effects on the development of inflammation and skeletal muscle damage. |
| Ποσό: | 12,000€ |
| Ποσοστό: | 100% |
| Διάρκεια: | 2010-2012 |

2. Τύπος: Επιστημονική χορηγία
Εταιρεία: Υπουργείο Υγείας Πρόνοιας
Ρόλος: Επιστημονικός σύμβουλος
Τίτλος: Κωδικοποίηση ιατρικών πληροφοριών και πράξεων στο Ελληνικό σύστημα υγείας
Διάρκεια: 2009-2011

Ιδιαίτερα σημεία ενδιαφέροντος

Αρθροσκοπική Χειρουργική.

Χειρουργική αθλητικών κακώσεων.

Ελάχιστα επεμβατική και εξατομικευμένη ολική αρθροπλαστική γόνατος.

Ολική αρθροπλαστική ισχίου ALMIS

Ελάχιστα επεμβατική χειρουργική σπονδυλικής στήλης.

Βιολογικές θεραπείες αρθρίτιδας γόνατος (μεταμόσχευση μηνίσκου, μεταμόσχευση χόνδρου, βλαστοκύτταρα.)

Εγχύσεις αυτόλογων βιολογικών παραγόντων PRP

Πρόληψη αθλητικών τραυματισμών, οργάνωση ειδικών αθλητιατρικών κέντρων για τη γυναίκα και το παιδί.