





English- Greek Guide 2021

Dr. John Theodoropoulos, Dr. Vagelis Tourvas



Hi, I'm _____, I'm going to examine your **medical form**, ask you some questions, then conduct a physical exam.
Γεια σας, Είμαι ο , πρόκειται να εξετάσω **το ιατρικό έντυπο με τις πληροφορίες που έχετε συμπληρώσει**,
να σας κάνω μερικές ερωτήσεις και μετά θα πραγματοποιήσω φυσική εξέταση

INSTRUCTIONS:

Now, I am going to examine -Τώρα, πρόκειται να εξετάσω

Point to your pain – Δείξτε τον πόνο σας / Δείξτε που πονάτε

Stand up – Σήκω

Sit down - Κάτσε

Lie on your back – Ξαπλώστε ανάσκελα (Ξαπλώστε με την πλάτη σας)

Lie on your belly- Ξαπλώστε μπρούμυτα (Ξαπλώστε με την κοιλιά σας)

Bend your knees – Λυγιστέ τα γόνατα σας

Relax, please –Χαλαρώστε, παρακαλώ

Raise your arms over your head – Σηκώστε τα χέρια σας πάνω από το κεφάλι σας

Squat down – Ημικάθισμα

Turn to your left – Γυρίστε στα αριστερά σας

Left - αριστερά

Turn to your right – Γυρίστε στα δεξιά σας

Right - Δεξιά

I'm going to listen to your lungs, take a deep breath: Πρόκειται να ακροαστώ τα πνευμόνια σας, πάρτε μια βαθιά ανάσα

I'm going to listen to your heart: Πρόκειται να ακροαστώ την καρδιά σας

QUESTIONS: ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

YES: Ναι

NO: Όχι

Point to your pain- Δείξτε τον πόνο σας / Δείξτε που πονάτε

Any Swelling - Κάποιο οίδημα

Do you have any instability – Έχετε αστάθεια

Do you have any: Έχετε

Pain – Πόνο

Headaches: Πονοκέφαλο

Blurry vision – Θολή όραση

Nausea: Ναυτία

Neck pain: Πόνος στον Αυχένα

English- Greek Guide 2021

Dr. John Theodoropoulos, Dr. Vagelis Tourvas



Vomiting - Εμετό

Dizziness - Ζάλη

Fever – Πυρετό

Do you have any injuries? Έχετε κάποιο τραυματισμό?

ANATOMY/DIAGNOSIS

Tear - Ρήξη

Strain – Διάταση

Sprain – Διάστρεμμα

Cramp - Κράμπα

Labrum – Επιχείλιος Χόνδρος

Hip labrum – Επιχείλιος χόνδρος του ισχίου (κοτύλης)

Femoralacetabular impingement – Μηροκοτυλιαία πρόσκρουση

Fracture – Κάταγμα

Tendon – Τένοντας

Ligament – Σύνδεσμος

Muscle – Μυς

Rotator cuff – Στροφικό πέταλο

Osteoarthritis – Οστεοαρθρίτιδα

Tendinitis – Τενοντίτιδα

Meniscus – Μηνίσκος

Frozen shoulder – Παγωμένος ώμος

Adhesive capsulitis – Συμφυτική Θυλακίτιδα

Impingement syndrome – Σύνδρομο Πρόσκρουσης

Contusion/bruise – Εκχύμωση/Μελανιά

Subluxation – Υπεξάρθρωμα

Dislocation – Εξάρθρωμα

Joint - Άρθρωση

Cartilage - Χόνδρος

Bone - Οστό

Concussion - Διάσειση

Loose body – Ελεύθερο σώμα

Swelling – Οίδημα

Instability – Αστάθεια

Numbness – Μούδιασμα

English- Greek Guide 2021

Dr. John Theodoropoulos, Dr. Vagelis Tourvas



Tingling/paresthesias – μυρμήγκιασμα/ παραισθησίες

Weakness - Αδυναμία

Bone spur/osteophyte – Οστεόφυτο

Mild – Ήπιος

Moderate – Μέτριος

Severe – Σοβαρός

Partial – Μερικός/η/ο

Complete – Πλήρης

Sharp – Οξύς

Dull - Αμβλύς

You can't return to play/no return to play - Δεν μπορείς να επιστρέψεις στο παιχνίδι/αγώνα

You can return to play – Μπορείς να επιστρέψεις στο παιχνίδι/αγώνα

Numbers -Αριθμοί

| | |
|------------|--------------|
| 1- Ένα | 20- είκοσι |
| 2 -Δύο | 30- Τριάντα |
| 3 -Τρία | 40- Σαράντα |
| 4 -Τέσσερα | 50- Πενήντα |
| 5- Πέντε | 60- Εξήντα |
| 6- έξι | 70-Εβδομήντα |
| 7- Επτά | 80- Ογδόντα |
| 8- Οκτώ | 90- Ενενήντα |
| 9- Εννέα | 100- Εκατό |
| 10 Δέκα | 1000 Χίλια |

Muscles - Μύες

Biceps -Δικεφαλος βραχιονιος

Triceps- Τρικέφαλος

Hamstrings- Οπίσθιοι μηριαίοι

English- Greek Guide 2021

Dr. John Theodoropoulos, Dr. Vagelis Tourvas

Quadriceps- τετρακέφαλος

Achilles tendon- Αχίλλειος Τένοντας

Pain- Πόνος

