



שם הקורס	<u>דיקור יבש לכאבי ראש-פנים ולסתות</u>
מורה	ד"ר צביקה גרינבאום, פיזיותרפיסט מוסמך, מאסטר בשיקום אורטופדי וספורט, דוקטורט בתחום כאבי פנים ולסתות בפקולטה לרפואה של אוניברסיטת תל אביב
משתתפים	פיזיותרפיסטים מוסמכים עם הסמכת בסיס בדיקור יבש. עדיפות תינתן לפיזיותרפיסטים עם הכשרה בתחום שיקום מפרק הלסת.
תיאור	<p>כאבי ראש-פנים ולסתות הינם התלונה השכיחה ביותר אצל רופא המשפחה. חלק ניכר מכאבים אלו קשורים באופן ישיר או עקיף למערכת המוסקולוסקלטלית ולפיכך מתאימים לטיפול פיזיותרפיה.</p> <p>דיקור יבש הינו כלי טיפולי יעיל ובטוח בהפרעות כאב ממקור מיופסציאלי אשר נבדק מחקרית בעיקר במטופלים עם הפרעות כאב בפלג הגוף העליון (כולל צוואר-ראש-פנים ולסתות). דיקור זה נתמך כיעיל ובטוח גם למטופלים עם הפרעות תפקודיות במערכת הלעיסה, כאב ראש ראשוניים (TTH ומיגרנה) וכאב ראש ממקור צווארי.</p> <p>בקורס זה נלמד לדקר באופן יעיל את השרירים החשובים ביותר בקומפלקס צוואר-ראש-פנים ולסתות בהקשר של כאבי ראש-פנים ולסתות תוך מתן דגש להקשר הקליני המתאים.</p>
היקף	9 שעות הדרכה
מקום ושעות	ביה"ס לפיזיותרפיה באסף הרופא, יום ב', 14.9.2020, 8:30-18:00
מטרות לימודיות	<p>(1) המשתתף יכיר היטב את הרקע המדעי העדכני ביותר למעורבות מוסקולוסקלטלית בכאבי ראש-פנים ולסתות</p> <p>(2) המשתתף ידע לבדוק, להעריך ולזהות נקודות טריגר על השרירים החשובים עבור מטופלים עם כאבי ראש-פנים ולסתות בהתבסס על חשיבה קלינית רלוונטית</p> <p>(3) המשתתף ידע לדקר באופן יעיל ובטוח את השרירים החשובים ביותר עבור מטופלים עם כאבי ראש-פנים ולסתות בהתבסס על חשיבה קלינית רלוונטית</p>
פורמט	הוראה פרונטאלית (25%), פרקטיקה קלינית (75%)
עלות	<p>הרשמה מוקדמת (עד ה-1/9/20) – 750 שקלים כולל מע"מ (10% הנחה לחברי עמותה)</p> <p>הרשמה רגילה (לאחר ה-1/9/20) – 850 שקלים כולל מע"מ (10% הנחה לחברי עמותה)</p>
פרטי הרשמה	<p>מקום בקורס יובטח לאחר העברת מלוא הסכום באחת משתי הדרכים הבאות:</p> <p>1. העברה בנקאית לחשבון 119238820, בנק דיסקונט, סניף 044 (צביקה גרינבאום)</p> <p>2. העברה בביט/פפר פיי למספר 0543369759 (צביקה גרינבאום)</p> <p>את אישור ההעברה יש לשלוח במייל אל: tzvikagg@gmail.com</p>

תכנית הקורס

<u>תאריך ומקום</u>	<u>שעה</u>	<u>נושא</u>
יום ב', 7.9.2020 ביה"ס לפיזיותרפיה אסף הרופא	8:30-10:00	1. רקע מדעי למעורבות מוסקולסקלטלית בכאבי ראש-פנים ולסתות 2. רקע מדעי ובטיחותי לדיקור יבש צוואר-ראש-פנים ולסתות
	10:00-10:30	הפסקת קפה
	10:30-11:30	אנטומיה קלינית קומפלקס צוואר-ראש-פנים ולסתות: זיהוי שרירי מפתח לכאבי ראש-פנים ולסתות במישוש
	11:30-13:00	דיקור עמוק ל-4 הג'וקרים בכאבי ראש: 1. SCM (two heads) 2. Upper Trap (proximal and distal parts) 3. Splenius Capitis 4. Sub-occipitals (two obliques and two rectus)
	13:00-13:45	הפסקת צהרים
	13:45-15:30	דיקור עמוק לסוגרי הפה: 1. Masseter (superficial and deep parts) 2. Temporalis 3. Medial Pterygoid
	15:30-15:45	הפסקת קפה
	15:45-17:15	דיקור עמוק לפותחי הפה: 1. Lateral Pterygoid 2. Supra-Hyoids (digastric, mylohyoid, and stylohyoid) 3. Infra-Hyoids (sternohyoid and omohyoid)
	17:15-18:00	תיאור מקרה לחשיבה קלינית משותפת וסיכום

References:

1. Simons DG, Travell JG, Simons LS, Travell JG. *Travell & Simons' Myofascial Pain and Dysfunction : The Trigger Point Manual*. Williams & Wilkins; 1999.
2. Vier C, Almeida MB de, Neves ML, Santos ARS dos, Bracht MA. The effectiveness of dry needling for patients with orofacial pain associated with temporomandibular dysfunction: a systematic review and meta-analysis. *Brazilian J Phys Ther*. 2019;23(1).
3. Racicki S, Gerwin S, Diclaudio S, Reinmann S, Donaldson M. Conservative physical therapy management for the treatment of cervicogenic headache: a systematic review. *J Man Manip Ther*. 2013;21(2):113-124.
4. Shaffer SM, Brismée JM, Sizer PS, Courtney CA. Temporomandibular disorders. Part 2: Conservative management. *J Man Manip Ther*. 2014;22(1):13-23.

על המרצה:

ד"ר צביקה גרינבאום הוא פיזיותרפיסט בוגר אוניברסיטת חיפה (2004) עם התמחות משולבת (תואר שני) בפיזיותרפיה מנאלית וספורט מאוניברסיטת דרום אוסטרליה (2006). במהלך שהותו באוסטרליה, לאחר גמר הלימודים, התמחה בשיקום מטופלים עם כאב והפרעות תפקודיות בעמוד השדרה הצווארי אצל מספר קלינאים מובילים וביניהם מר דין ווטסון, מומחה בעל שם עולמי בתחום כאב ראש צווארי. כיום מטפל צביקה במרפאת המומחים הרב תחומית של המדיקל סנטר בהרצליה.

בתחום ההדרכה משמש צביקה כעמית הוראה בבית הספר לפיזיותרפיה של אוניברסיטת בן גוריון בנגב, מורה בבית הספר לרפואת שיניים באוניברסיטת תל אביב ומרצה בינלאומי בקורסים קליניים פרטיים לפיזיותרפיסטים ורופאים בתחום שיקום צוואר ולסת בארץ ובעולם (בלגיה, הולנד, צ'כיה, הונג קונג, שוויץ ועוד). בנוסף, צביקה הוא [מדריך מוסמך לדיקור יבש של אקדמיה הבינלאומית](#) ע"ש David G Simons במסגרתה הוא מלמד דיקור יבש בארץ ובעולם.

עבודת דוקטורט של צביקה (אושרה ב-2020) התבצעה בשילוב של החוג לפיזיותרפיה ובית הספר לרפואת שיניים באוניברסיטת תל אביב בהנחייתם המשותפת של פרופסור דביר ופרופסור וינקור. בפרויקט מחקר זה נבדקה המעורבות והתחלואה הנלווית של הצוואר העליון (בדגש על כאב ראש צווארי) במטופלים עם הפרעות תפקודיות במערכת הלעיסה. בחודשים האחרונים החל צביקה פרויקט מחקר בינלאומי במסגרת פוסט-דוקטורט באוניברסיטת לובן שבבלגיה במסגרתו נבדקים מדדי ביצוע של שרירי רצפת הפה אצל בריאים ומטופלים עם הפרעות תפקודיות במערכת הלעיסה.

