

מידעון קורס שיקום ריאות

(שיקום ריאות ופעילות גופנית מותאמת לחולי ריאה כרוניים)

2023 – מאי 15, 22, 29 + 2023 – יוני 5, 12, 19, 26

רקע:

מחלות ריאה כרוניות הן גורם מוביל בתחלואה ובתמותה בעולם ובישראל ושיעור החולים בהם עולה מדי שנה. הפגיעה בתפקודי הריאות מובילה לירידה בפעילות הגופנית ומכאן לפגיעה בתפקוד העצמאי היומיומי. שיקום ריאות הינו מסגרת טיפולית מותאמת לחולים אלה שמטרתה שימור ושיפור התפקוד, תוך הקניית אסטרטגיות להתמודדות עם המצוקה הנשימתית הנלווית. היסודות לשיקום נשימתי מעוגנים היטב בספרות המקצועית והוא בגדר gold standart לטיפול בחולי ריאה. מטרתו העיקרית של קורס זה היא להעניק כלים לטיפול מיטבי בחולי הריאה ובניית תכנית פעילות מותאמת.

מטרות:

1. המשתתף ילמד ויתנסה בתכנון אימון גופני לאדם בריא
2. המשתתף ילמד ויתרגל אימון גופני לחולה ריאות
3. המשתתף יכיר את מחלות הריאה השכיחות ואת הטיפולים המקובלים
4. המשתתף יכיר את התנאים המגבילים אימון גופני בחולי ריאות ואת האסטרטגיות להתמודדות עם גורמים אלה
5. המשתתף ידע לקרוא תוצאות בדיקת תפקודי ריאה ויכיר כלים להערכת יעילות הטיפול בחולי ריאות
6. המשתתף יכיר את דרישות הרגולטור להפעלת שיקום ריאות בקהילה ובבתי החולים

קהל יעד:

הקורס מיועד לפיזיותרפיסטים מוסמכים בעלי רישיון ממשד הבריאות.

דרישות הקורס:

- נוכחות מלאה והשתתפות פעילה
- הגשת תיאורי מקרה

היקף הקורס: 42 שעות לימוד.

מספר משתתפים: פתיחת הקורס מותנת במינימום של 21 משתתפים ומוגבלת במספר של 30 משתתפים.

מקום: בית הספר לפיזיותרפיה, המרכז הרפואי שיבא, תל השומר, בנין שיקום חדש, קומה 1, חדר 543.

תרגול מעשי יתקיים בסדנא לשיקום ריאות, בנין שיקום חדש קומה 1-

תאריכים : 29, 22, 15 – מאי 2023

26, 19, 12, 5 – יוני 2023

תאריך אחרון לרישום: 15.4.2023

שעות: 13:00 - 19:00

עלות למשתתף: עלות לחבר 2,350 ₪

עלות ללא חבר 2,800 ₪

הקורס מוגש לגמול השתלמות:

אין העמותה מתחייבת כי הקורס יאושר לגמול השתלמות. אישור לפתיחת הקורס הוא זמני בלבד ורק הופעתו ב"אלפון קורסים מאושרים" מעידה על הכרתו כקורס המזכה את בוגריו בגמול השתלמות.

תנאים לקבלת תעודה:

חובת נוכחות של 100% מהמפגשים
עמידה במטלות הנדרשות.

* במהלך הקורס המעשי תוצב עמדת שתיה חמה (מזון באחריות המשתתפים).

* לזכאים תשלח תעודה באימייל בפורמט PDF

מרצים עיקריים:

גב' דניה חופי – BPT MScPT, מנהלת בי"ס לפיזיותרפיה המרכז הרפואי ע"ש שיבא, החוג לפיזיותרפיה באוניברסיטת תל אביב

דר' מיכל עצמון – Phd PT, המחלקה לפיזיותרפיה אוניברסיטת אריאל, המכון האנדוקריני שיבא

מר רועי משה – BPT MScPT, פיזיותרפיסט אחראי מערך שיקום ריאות ואי ספיקת לב, בית חולים בילינסון

דר' סיון פרל – מומחית במחלות ריאה במכון ריאות במרכז הרפואי שמיר (אסף הרופא) ומכבי שירותי בריאות, מנהלת מרפאת שחפת

גב' לינה גרושקו-גתי – BPT, מרכזת תחום הפיזיותרפיה הנשימתית, הקריה הרפואית רמב"ם

גב' שירה פז יגיל – MSc RD, דיאטנית קלינית, הקריה הרפואית רמב"ם

דרכי ההוראה הנקוטות בקורס: הרצאות פרונטליות, תרגול מעשי, תיאורי מקרה

פירוט תכני הקורס: [לצפייה בסילבוס לחצו כאן](#)

פיזיולוגיה ופתופיזיולוגיה של מערכת הנשימה

הכרת ופענוח בדיקות רלוונטיות

עקרונות אימון גופני לבריאים

עקרונות אימון גופני במחלות כרוניות
אימון גופני לחולי ריאה בשיקום, במכון ובבית
דגלים אדומים
רגולציה ולוגיסטיקה של שיקום ריאות

ביבליוגרפיה:

1. Beekman E, Mesters I, Hendriks EJ, Klaassen MP, Gosselink R, van Schayck OC, de Bie RA. Course length of 30 metres versus 10 metres has a significant influence on six-minute walk distance in patients with COPD: an experimental crossover study. *J Physiother*. 2013 Sep;59(3):169-76. doi: 10.1016/S1836-9553(13)70181-4. Erratum in: *J Physiother*. 2013 Dec;59(4):218. PMID: 23896332.
2. Benzo RP, Ridgeway J, Hoult JP, Novotny P, Thomas BE, Lam NM, V Benzo M, Kramer K, Seifert S. Feasibility of a Health Coaching and Home-Based Rehabilitation Intervention With Remote Monitoring for COPD. *Respir Care*. 2021 Jun;66(6):960-971. doi: 10.4187/respcare.08580. Epub 2021 Apr 27. PMID: 33906954.
3. Berry MJ, Rejeski WJ, Adair NE, Zaccaro D. Exercise rehabilitation and chronic obstructive pulmonary disease stage. *Am J Respir Crit Care Med* 1999;160:1248-53
4. Finnerty JP, Keeping I, Bullough I, Jones J. The effectiveness of outpatient pulmonary rehabilitation in chronic lung disease: a randomized controlled trial. *Chest* 2001;119:1705-10
5. Garvey C, Boylan AM, Miller DL, Holland AE, Singh SJ, Spruit MA, Wilson KC, Thomson CC; American Thoracic Society Implementation Task Force. Field walking tests in chronic respiratory disease. *Ann Am Thorac Soc*. 2015 Mar;12(3):446-7. doi: 10.1513/AnnalsATS.201501-057OT. PMID: 25786150.
6. Hansen H, Bieler T, Beyer N, Kalleose T, Wilcke JT, Østergaard LM, Frost Andeassen H, Martinez G, Lavesen M, Frølich A, Godtfredsen NS. Supervised pulmonary tele-rehabilitation versus pulmonary rehabilitation in severe COPD: a randomised multicentre trial. *Thorax*. 2020 May;75(5):413-421. doi: 10.1136/thoraxjnl-2019-214246. Epub 2020 Mar 30. PMID: 32229541; PMCID: PMC7231436.
7. He M, Yu S, Wang L, Lv H, Qiu Z. Efficiency and safety of pulmonary rehabilitation in acute exacerbation of chronic obstructive pulmonary disease. *Med Sci Monit*. 2015 Mar 18;21:806-12. doi: 10.12659/MSM.892769. PMID: 25783889; PMCID: PMC4374486.
8. Holland AE, Wadell K, Spruit MA. How to adapt the pulmonary rehabilitation programme to patients with chronic respiratory disease other than COPD. *Eur Respir Rev*. 2013 Dec;22(130):577-86. doi: 10.1183/09059180.00005613. PMID: 24293474; PMCID: PMC9639174.
9. Lacasse Y, Goldstein R, Lasserson TJ, Martin S. Pulmonary rehabilitation for chronic obstructive pulmonary disease. *Cochrane Database Syst Rev* 2006:CD003793
10. Neder JA, Marillier M, Bernard AC, James MD, Milne KM, O'Donnell DE. The Integrative Physiology of Exercise Training in Patients with COPD. *COPD*. 2019 Apr;16(2):182-195. doi: 10.1080/15412555.2019.1606189. Epub 2019 May 16. PMID: 31094224.
11. Marillier M, Bernard AC, Verges S, Neder JA. The role of peripheral muscle fatigability on exercise intolerance in COPD. *Expert Rev Respir Med*. 2021 Jan;15(1):117-129. doi: 10.1080/17476348.2021.1836964. Epub 2020 Nov 4. PMID: 33148059.

12. Mirza S, Clay RD, Koslow MA, Scanlon PD. COPD Guidelines: A Review of the 2018 GOLD Report. Mayo Clin Proc. 2018 Oct;93(10):1488-1502. doi: 10.1016/j.mayocp.2018.05.026. PMID: 30286833.
13. Mitchell KE, Johnson-Warrington V, Apps LD, Bankart J, Sewell L, Williams JE, Rees K, Jolly K, Steiner M, Morgan M, Singh SJ. A self-management programme for COPD: a randomised controlled trial. Eur Respir J. 2014 Dec;44(6):1538-47. doi: 10.1183/09031936.00047814. Epub 2014 Sep 3. PMID: 25186259.
14. Saiprasad Narsingam, Andrew L. Bozarth & Asem Abdeljalil (2015) Updates in the management of stable chronic obstructive pulmonary disease, Postgraduate Medicine, 127:7, 758-770, DOI: 10.1080/00325481.2015.1084212
15. Wouters EFM, Wouters BBREF, Augustin IML, Houben-Wilke S, Vanfleteren LEGW, Franssen FME. Personalised pulmonary rehabilitation in COPD. Eur Respir Rev. 2018 Mar 28;27(147):170125. doi: 10.1183/16000617.0125-2017. PMID: 29592864; PMCID: PMC9488569.
16. Troy LK, Young IH, Lau EM, Corte TJ. Exercise pathophysiology and the role of oxygen therapy in idiopathic interstitial pneumonia. Respirology. 2016 Aug;21(6):1005-14. doi: 10.1111/resp.12650. Epub 2015 Sep 29. PMID: 26416262.
17. Troosters T, Blondeel A, Janssens W, Demeyer H. The past, present and future of pulmonary rehabilitation. Respirology. 2019 Sep;24(9):830-837. doi: 10.1111/resp.13517. Epub 2019 Mar 13. PMID: 30868699.

***הנרשמים לקורס יחתמו בתחילת הקורס כי הם יודעים:**

בנוגע לאי חריגה מההנחיה המתייחסת לשעות הלימוד במהלך יממה (משתלם יכול ללמוד במפגש שיכלול עד 8 שעות ביממה לכל היותר, בימים א'-ה', בין השעות 08:00 ל- 22:00 ובימי ו' בין השעות 08:00-13:00) וכי ניתנת אפשרות למשתלם ללמוד בקורס אחד או ביותר מקורס אחד במהלך יממה, במוסד אחד או ביותר ממוסד אחד במהלך יממה אחת, ובלבד שלא יעלה מניין שעות הלימוד על 8 שעות לימוד ביממה למשתלם.

לשימוש המשרד:

שם המשתלם: _____ תאריך: _____ חתימה: _____