

שם הקורס : "שיקום קומפלקס צוואר-ראש-פנים ולסתות"

שם המרצה: ד"ר גרינבאום צביקה
מתרגלת: גברת מיכל לינקובסקי

תאריכים: 4.1, 11.1, 18.1, 25.1, 1.2, 8.2

שעות: 9:00-17:00

מקום: ביה"ח תל השומר

רקע:

תפקידו המרכזי של הצוואר הוא לשאת עליו את הראש ולשרת פונקציות חשובות ביותר שלו כמו ראייה, שמיעה, לעיסה (כולל טעם וריח) ומיקום במרחב. תפקיד ייחודי זה הופך את הקומפלקס צוואר-ראש-פנים ולסתות ליחידה תפקודית אחת אשר מרכיביה תלויים ומשפיעים מאוד האחד על השני. בנוסף, ידועים לנו היום קשרים נזירי אנטומיים הדוקים בין מרכיבי הקומפלקס כך שגירוי נוסיספטיבי באזור הפנים למשל יכול להוביל בקלות לתחושת כאב באזור צווארי ולהפך.

לפיכך, הטיפול המיטבי שלנו כפיזיותרפיסטים בהפרעות כאב ודיספונקציה באזור צוואר-ראש-פנים ולסתות דורש ידע מקיף על הקומפלקס כולו ויחסי הגומלין בין מרכיביו השונים.

בקורס זה ילמדו המשתתפים לבדוק ולטפל במטופלים הסובלים מההפרעות הקליניות החשובות בקומפלקס צוואר-ראש-פנים ולסתות תוך התחשבות בעדויות המחקריות העדכניות ביותר.

מטרות הקורס:

- 1) המשתתף יכיר היטב את הרקע המדעי העדכני ביותר להפרעות כאב ותפקוד בקומפלקס צוואר-ראש-פנים ולסתות
- 2) המשתתף ידע לזהות סימנים המעידים על בעיות רפואיות המחייבות התערבות מידית (שאינה פיזיותרפיה) אצל מטופלים עם כאב והפרעה תפקודית בקומפלקס צוואר-ראש-פנים ולסתות ולפעול בהתאם
- 3) המשתתף ידע לבדוק, להעריך ולזהות תצוגות קליניות שכיחות אצל מטופלים עם הפרעות אורתופדיות בקומפלקס צוואר-ראש-פנים ולסתות
- 4) המשתתף ידע להשתמש באופן פרקטי במודל חשיבה קלינית הייחודי לשיקום מטופלים עם כאב והפרעות בקומפלקס צוואר-ראש-פנים ולסתות
- 5) המשתתף ידע לטפל באופן יעיל ובטוח במטופלים עם הפרעות מוסקולוסקלטליות בקומפלקס צוואר-ראש-פנים ולסתות תוך היכרות עם העדויות המחקריות העדכניות ביותר בתחום

מסגרת הקורס:

הקורס בנוי משלושה חלקים שווים של 16 שעות כל אחד (סה"כ 48 שעות):

- א) שיקום צוואר עליון
- ב) שיקום צוואר תחתון
- ג) שיקום הפרעות טמפורומנדיבולריות

כל אחד מהחלקים מורכב מ-5 שעות עיוניות ו-11 שעות של פרקטיקה

- נוכחות חובה בכל חלקי הקורס
- ידע מקדים – תואר ראשון בפיזיותרפיה חובה. ניסיון קליני של שנה לפחות בתחום השיקום האורתופדי מומלץ
- המשתתפים נדרשים לקרוא שני מאמרים אקדמיים ספציפיים לנושא הנלמד לפני כל אחד משלושת חלקי הקורס (מצורפים בביבליוגרפיה)
- כל אחד מחלקי הקורס כולל 11 שעות של טכניקות הערכה וטיפול

קהל היעד:

פיזיותרפיסטים שעוסקים בתחום השיקום האורתופדי

משתתפים:

עד 30 משתתפים.

תשלום:

עלות הקורס 2800 ש"ח
הרשמה מוקדמת עד 1.11: 2600 ש"ח
התשלום לאחר 1.11 2800 ש"ח
ניתן לחלק את התשלום לשניים חצי בעת ההרשמה והחצי השני עד 30.12
דמי ביטול עד ה 31.12 יהוו 10% מהתשלום ביום בו נרשמתם
את התשלום ניתן להעביר בהעברה בנקאית (פרטים ינתנו במידת הצורך), ביט (ישלח קישור לתשלום) או פיבוקס- למספר 054-3369759
פרטי קשר

מיכל לינקובסקי ניר 054-5451727 Mlinkovski@gmail.com

ד"ר צביקה גרינבאום 054-3369759 tzvikagg@gmail.com

תוכנית הקורס

| <u>מיקום</u> | <u>מרצה</u> | <u>נושא</u> | <u>שעה</u> | |
|----------------|--------------------|-------------------------------------|-------------|----------------------|
| ביה"ח תל השומר | ד"ר צביקה גרינבאום | רקע מדעי להפרעות צוואר | 9:00-10:30 | מפגש 1 תאריך: 4.1 |
| | | הפסקה | 10:30-10:45 | |
| | | אנטומיה קלינית - דגש על צוואר עליון | 10:45-12:15 | |
| | | הפסקה | 12:15-12:45 | |
| | | מישוש מבנים חשובים בצוואר העליון | 12:45-13:30 | |
| | | הפסקת צהריים | 13:30-14:00 | |
| | | בדיקות בטיחות | 14:00-14:45 | |
| | | הפסקה | 14:45-15:00 | |
| | | הערכה וטיפול פלקסורים עמוקים | 15:00-15:45 | |

| | | | | |
|--|--|-------|-------------|--|
| | | הפסקה | 15:45-16:00 | |
| | | המשך | 16:00-17:00 | |

| <u>מיקום</u> | <u>מרצה</u> | <u>נושא</u> | <u>שעה</u> | |
|----------------|--------------------|--------------------------------------------|-------------|--------------------------|
| ביה"ח תל השומר | ד"ר צביקה גרינבאום | חזרה + אבחון כאב ראש צווארי | 9:00-10:30 | מפגש 2 תאריך: 11.1 |
| | | הפסקה | 10:30-10:45 | |
| | | הערכה וטיפול צוואר עליון: OCC-C1 | 10:45-12:15 | |
| | | הפסקה | 12:15-12:45 | |
| | | הערכה וטיפול צוואר עליון: C1-C2 | 12:45-13:30 | |
| | | הפסקת צהריים | 13:30-14:00 | |
| | | הערכה וטיפול צוואר עליון: C2-C3 | 14:00-14:45 | |
| | | הפסקה | 14:45-15:00 | |
| | | הערכה וטיפול צוואר עליון: שרירים חשובים | 15:00-15:45 | |
| | | הפסקה | 15:45-16:00 | |
| | | הערכה וטיפול צוואר עליון: שרירים חשובים | 16:00-17:00 | |

| <u>מיקום</u> | <u>מרצה</u> | <u>נושא</u> | <u>שעה</u> | |
|----------------|--------------------|-------------------------------------------------------|-------------|--------------------------|
| ביה"ח תל השומר | ד"ר צביקה גרינבאום | רקע מדעי צוואר תחתון | 9:00-10:30 | מפגש 3 תאריך: 18.1 |
| | | הפסקה | 10:30-10:45 | |
| | | אנטומיה קלינית צוואר תחתון כולל מישוש | 10:45-12:15 | |
| | | הפסקה | 12:15-12:45 | |
| | | הערכה וטיפול צוואר תחתון – זיהוי תבניות קליניות | 12:45-13:30 | |
| | | הפסקת צהריים | 13:30-14:00 | |

| | | | | |
|--|--|-------------------------------------------|-------------|--|
| | | הערכה וטיפול צוואר תחתון – יציבתי | 14:00-14:45 | |
| | | הפסקה | 14:45-15:00 | |
| | | הערכה וטיפול צוואר – קשר נשימתי | 15:00-15:45 | |
| | | הפסקה | 15:45-16:00 | |
| | | הערכה וטיפול צוואר תחתון – תבנית שורש עצב | 16:00-17:00 | |

| <u>מיקום</u> | <u>מרצה</u> | <u>נושא</u> | <u>שעה</u> | |
|----------------|--------------------|-------------------------------------------------|-------------|--------------------------|
| ביה"ח תל השומר | ד"ר צביקה גרינבאום | הערכה וטיפול צוואר תחתון: תבנית דיסקוגנית | 9:00-10:30 | מפגש 4 תאריך: 25.1 |
| | | הפסקה | 10:30-10:45 | |
| | | הערכה וטיפול צוואר תחתון: TOS ושרירית | 10:45-12:15 | |
| | | הפסקה | 12:15-12:45 | |
| | | הערכה וטיפול צוואר תחתון: תבנית פאסטריט | 12:45-13:30 | |
| | | הפסקת צהריים | 13:30-14:00 | |
| | | הערכה וטיפול צוואר תחתון: תבנית פאסטריט | 14:00-14:45 | |
| | | הפסקה | 14:45-15:00 | |
| | | הערכה וטיפול צוואר: צומת צוואר-טורקס כגורם תורם | 15:00-15:45 | |
| | | הפסקה | 15:45-16:00 | |
| | | הערכה וטיפול צוואר: סקפולה על טורקס כגורם תורם | 16:00-17:00 | |

| <u>מיקום</u> | <u>מרצה</u> | <u>נושא</u> | <u>שעה</u> | |
|----------------|--------------------|----------------------------------|-------------|----------------------|
| ביה"ח תל השומר | ד"ר צביקה גרינבאום | רקע מדעי הפרעות במערכת הלעיסה | 9:00-10:30 | מפגש 5 תאריך: 1.2 |
| | | הפסקה | 10:30-10:45 | |
| | | אבחון הפרעות במערכת הלעיסה | 10:45-12:15 | |
| | | הפסקה | 12:15-12:45 | |
| | | מישוש מבנים חשובים במערכת הלעיסה | 12:45-13:30 | |
| | | הפסקת צהריים | 13:30-14:00 | |

| | | | | |
|--|--|--------------------------------------------------------------|-------------|--|
| | | הערכה וטיפול הפרעות תפקודיות במערכת הלעיסה – מעורבות צווארית | 14:00-14:45 | |
| | | הפסקה | 14:45-15:00 | |
| | | הערכה וטיפול הפרעות תפקודיות במערכת הלעיסה – הפרעות כאב | 15:00-15:45 | |
| | | הפסקה | 15:45-16:00 | |
| | | הערכה וטיפול הפרעות תפקודיות במערכת הלעיסה – הפרעות כאב | 16:00-17:00 | |

| <u>מיקום</u> | <u>מרצה</u> | <u>נושא</u> | <u>שעה</u> | |
|----------------|--------------------|------------------------------------------------------------------|-------------|----------------------|
| ביה"ח תל השומר | ד"ר צביקה גרינבאום | הערכה וטיפול הפרעות תפקודיות במערכת הלעיסה – דגש הפרעות ניווניות | 9:00-10:30 | מפגש 6 תאריך: 8.2 |
| | | הפסקה | 10:30-10:45 | |
| | | הערכה וטיפול הפרעות תפקודיות במערכת הלעיסה – דגש הפרעות ניווניות | 10:45-12:15 | |
| | | הפסקה | 12:15-12:45 | |
| | | הערכה וטיפול הפרעות תפקודיות במערכת הלעיסה – הפרעות דיסקוגניות | 12:45-13:30 | |
| | | הפסקת צהריים | 13:30-14:00 | |
| | | ברוקסיזם וסדים | 14:00-14:45 | |
| | | הפסקה | 14:45-15:00 | |
| | | תיאור מקרה | 15:00-15:45 | |
| | | הפסקה | 15:45-16:00 | |
| | | סיכום הקורס ואינטגרציה | 16:00-17:00 | |

ביבליוגרפיה:

א. פירוט הביבליוגרפיה של הקורס:

1. Whiplash, headache and neck pain – Jull G, Sterling M, Falla D, Treleaven J & O'Leary S, Churchill Livingstone, 2008
2. Craniofacial pain – Von Piekartz H, Elsevier, 2007
3. University of Washington, International RDC-TMD Consortium, Research Diagnostic Criteria for Temporomandibular Disorders, viewed on 19 of august 2011, <http://www.rdc-tmdinternational.org/LinkClick.aspx?fileticket=sYtOuTKbw4s%3d&tabid=960&mid=2911>.

ב. קריאה מומלצת למשתתפים

1. Rubio-Ochoa J et al, Physical examination tests for screening and diagnosis of cervicogenic headache: A systematic review. *Manual Therapy*. 2016 21: 35-40
2. Racicki S et al, Conservative physical therapy management for the treatment of cervicogenic headache: a systematic review. *Journal of manual & manipulative therapy*. 2013 21(2): 113-124
3. Schomacher J & Falla D, Function and structure of the deep cervical extensor muscles in patients with neck pain. *Manual Therapy*. 2013 18: 360-366
4. Schomacher et al, Can neck exercises enhance the activation of the semispinalis cervicis relative to the splenius capitis at specific spinal levels? *Manual Therapy*. 2015 5: 694-702
5. Shaffer S et al, Temporomandibular disorders. Part 1: anatomy and examination/diagnosis. *Journal of manual & manipulative therapy*. 2014 22: 1-11
6. Shaffer et al, Temporomandibular disorders. Part 2: conservative management. *Journal of manual & manipulative therapy*. 2014 22: 13-23
7. Wagner Rodrigues Martins et al, Efficacy of musculoskeletal manual approach in the treatment of temporomandibular joint disorder: A systematic review with meta-analysis. *Manual Therapy*. 2016 21: 10-17