

קורס ליקויים אורתופדיים רביע תחתון אבחנה וטיפול

מבוסס על בדיקה נירולוגית

בתאריך ה 7.4.19 יתפתח קורס רביע תחתון בבית החולים אסף הרופא.
הקורס הינו **ייחודי** ויצג אפשרויות **חדשניות** **באבחון מהיר וטיפול** בבעיות ברביע התחתון.
במהלך הקורס נלמד לזהות מהו **מקור** הבעיה ומהם **הגורמים התורמים** לבעיה.
מהי **אסטרטגיית הטיפול העדיפה** ומהי **הטכניקה המועדפת שתיתן את התוצאה הטיפולית המיטבית**.
התפיסה הטיפולית הנלמדת הינה מתאימה הן לספורטאים והן למטופלים הרגילים בקליניקה.

במהלך הקורס נלמד כיצד לפתור בעיות גב תחתון, בעיות ב SIJ **בדרך פשוטה** **חדשנית** ו**ייחודית** המביאה לתוצאות מרביות. משם נעבור לירך ונלמד על הסינדרומים הנפוצים בירך וכיצד ניתן לטפל בהם בטווח קצר שייתנו פתרון לטווח ארוך. בשלב השני בקורס נלמד על הבעיות הנפוצות בברך עם דגש על מקור הבעיה וגורמים תורמים לבעיה (ירך, גב SIJ) בשלב האחרון נלמד על הקרסול, בעיות נפוצות, ניתוח הליכה וכיצד ניתן לדעת האם המטופל זקוק למדרסים? האם המדרסים שברשות המטופל מתאימים לו? מה לבקש מיצרן המדרסים לתקן על מנת שהמדרסים שברשות המטופל ייתנו את התוצאות המקוות.
הקורס הינו שילוב של כל הידע הנצבר על ידי במהלך כל ההשתלמויות המקצועיות הרבות שעשיתי בארץ ובחו"ל **וחלקו הניכר הינו מעשי ולא תיאורטי**.

רקע: הקורס מקנה ידע **בבדיקה**, **בחירת טכניקות טיפול** ו**הערכה חוזרת** להצלחת הטיפול ע"י בדיקה נירולוגית (בדיקת מיוטומים ורפלקסים).

מטרות הקורס:

- המשתתף ילמד **ניתוח תנועה** של הפונקציות הבעייתיות ולהסיק מסקנות טיפוליות רלוונטיות
- המשתתף ילמד **לבחון כל בעיה לפי הרקמה המקומית הגורמת לכאב** ומהו **מקור הבעיה שיתכן ונמצא באזור אחר בגוף**.
- **דגלים אדום, כתום, צהוב, כחול ושחור** בבעיות מוסקולו-סקלטליות
- המשתתף ילמד על בסיס בדיקה נירולוגית **לבחון:**
 - השפעת תנוחות הגוף על תוצאות הבדיקה הנירולוגית.
 - האם ישנה בעיה של הולכה עיצבת אל השריר
 - האם יש חוסר יציבות מפרקי בגובה הבעיה, ומפרקים מעל ומתחת לאזור הבעיה התורמים לפתולוגיה
 - האם יש בעיה ברכבות האנטומיות בגוף התורמות לפתולוגיה להיות כרונית.

ס.א.ל פיזיותרפיה מאמץ עזרא סזר לוי

- המשתתף ילמד על סמך ממצאי הבדיקה לבחור טכניקה טיפולית וכיוון טיפול (לדוגמה , האם לבחור בטכניקת רוטציה גבית לימין או לשמאל) שהוא בעל הסיכויים המרביים לשנות את הבדיקה הנורולוגית הלקויה לבדיקה חיובית ולבדוק את הפונקציה בסיום הטיפול האם ישנו שיפור בפונקציה.
- המשתתף ילמד בכל פתולוגיה להתאים תרגילים על מנת לשמר ולשפר את הישגי הטיפול הידני כחובה בסיום כל טיפול.
- המשתתף ילמד להתאים תרגילים :
 - בהתאם לבדיקה הנורולוגית
 - בהתאם לרכבות האנטומיות המשתתפות בפונקציה הבעייתית
 - בהתאם לליקוי התנועה בפונקציה
- המשתתף ילמד כיצד אזורים מרוחקים משפיעים על אזורים קרובים ולהפך !! (השפעת כפות הרגליים על אזור הגב והשפעת האגן על כפות הרגליים)
- המשתתף ילמד והכין תוכנית טיפול מפורטת !! על סמך הממצאים הנ"ל כמטרות לטווח קצר ומטרות לטווח ארוך
- המשתתף יתנסה בסיום הקורס ביישום כל הנלמד בקורס על מטופלים עם בעיות כפי שנלמדו במהלך הקורס.

דרישות הקורס:

- נוכחות- חובה ב 90% מהשיעורים
- ידע מקדים- עבודה בתחום הטיפולים המוסקולו-סקלטלים לפחות שנה אחת
- קריאת חומר הרקע שיועבר למשתלמים לפני ההרצאות- המשתתפים יקבלו חומר רקע וקריאה בהתאם לאזורים הנלמדים
- תרגול מעשי וניתוח מקרים בכיתות הלימוד- ניתוח מקרים יילמד וינותח לכל אזור מהגב ועד כפות הרגליים. בסיום הקורס יידרש כל משתתף ליישם את כל הנלמד בקורס על מטופל אמיתי.
- השתתפות בהכשרה מעשית – חובה בכל שלבי הקורס

קהל היעד: פיזיותרפיסטים בלבד !!!!

מיקום הקורס: בית הספר לפיזיותרפיה אסף הרופא

שעות הקורס: 13:00-20:00

סה"כ: 76 שעות אקדמאיות.

מחיר	
4770 ש"ח	חברי עמותה
5300 ש"ח	אינם חברי עמותה
1000 ש"ח	דמי רישום שיתקזזו ממחיר הקורס

ס.א.ל פיזיותרפיה עזרא סזר לוי

***ניתן לחלק את הסכום עד 4 תשלומים

תאריכים:

- 7/4/19 .1
- 14/4/19 .2
- 28/4/19 .3
- 5/5/19 .4
- 12/5/19 .5
- 19/5/19 .6
- 26/5/19 .7
- 2/6/19 .8
- 16/6/19 .9
- 23/6/19.10
- 30/6/19.11
- 7/7/19.12
- 14/7/19.13

להרשמה :

052-8909829 (מירי)

052-8306065

תוכנית הקורס

נושא	שעה	
<ul style="list-style-type: none"> • <u>הצגת מטרות הקורס, נוכחות חובה ונהלים</u> • <u>הרצאת מבוא</u> - חוסר איזון שרירי , בדיקה והסקת מסקנות • • המשך הרצאת מבוא • <u>דגלים בבדיקה</u> - אדום, כתום, צהוב, כחול ושחור • <u>בדיקה נירולוגית</u> – Reflexes & Myotomes במנחי גוף שונים, הסקת מסקנות ראשוניות לגבי גובה הפגיעה , מהות הפגיעה, הסקת מסקנות טיפוליות, בחירת אופציה לתרגילים מתאימים בבית על פי ממצאי הבדיקה ממצאי הבדיקה. תרגול מעשי • <u>בדיקת שרירים</u> : Quadratus Lumborum, Iliopsoas, TFL, Gluteus Medius, 	<p>13:00-13:45 13:45-14:30</p> <p>15:00-15:45 15:45-16:30</p> <p>16:45-17:30 17:30-18:15</p> <p>18:30-19:45 19:45-20:00</p>	<p>מפגש 1 תאריך:</p>
<ul style="list-style-type: none"> • ליקויי תנועה בפלג גוף תחתון עקרונית השלכות ומסקנות מבוסס על התיאוריה של פרופסור <u>Shirley Sahrmann</u> • סיווג בעיות גב תחתון על פי Shirley Sahrmann , • <u>MMT</u>- Sartorius, Adductors, Hamstrings מעשי על פי Kendall & Kendall • <u>בדיקת גב בעמידה</u> - תנועות אקטיביות , ניתוח תנועה והסקת מסקנות • <u>בדיקה נירולוגית בישיבה ובשכיבה</u> - השוואת ממצאים, הסקת מסקנות לגבי כיוון הטיפול ותרגילים מותאמים למטופל 	<p>13:00-13:45 13:45-14:30</p> <p>15:00-15:45 15:45-16:30</p> <p>16:45-17:30 17:30-18:15</p> <p>18:30-19:15 19:15-20:00</p>	<p>מפגש 2 תאריך:</p>

ס.א.ל פיזיותרפיה עזרא סזר לוי

<p>בדיקת גב בשכיבה על הגב ובשכיבה על הבטן-</p> <ul style="list-style-type: none"> • C1/2 rotation • FABER test • SI Stability Test <p>הילכדות מערכת העצבים באזור הגב, אגן, ירך, ברך וקרסול- הרצאה עיונית</p> <p>תנועתיות מערכת העצבים- מבוסס על התיאוריה של Michal Shacklock - עיוני</p> <p>תנועתיות מערכת העצבים- מעשי. הסקת מסקנות טיפוליות ודרכי טיפול.</p>	<p>13:00-13:45 13:45-14:30</p> <p>15:00-15:45 15:45-16:30</p> <p>16:45-17:30 17:30-18:15</p> <p>18:30-19:45 19:45-20:00</p>	<p>מפגש 3 תאריך:</p>
<p>מבוא לרכבות אנטומיות Lovett concept Fixation concept</p> <p>סיכום בדיקה, הערכה והסקת מסקנות טיפוליות גב תחתון. טיפול ומניפולציות גב תחתון הקשר בין בעיות גב התחתון לשאר אברי הגוף, אבחנה וטיפול</p> <p>SIJ -מבנה אנטומי, מערכות ייצוב, ובדיקות אורתופדיות רלוונטיות</p> <p>SIJ -מבנה אנטומי, מערכות ייצוב, ובדיקות אורתופדיות רלוונטיות</p>	<p>13:00-13:45 13:45-14:30</p> <p>15:00-15:45 15:45-16:30</p> <p>16:45-17:30 17:30-18:15</p> <p>18:30-19:45 19:45-20:00</p>	<p>מפגש 4 תאריך:</p>
<p>SIJ מעשי - בדיקות אורתופדיות</p> <p>בדיקות שרירים- Gluteus Maximus, Piriformis, Latissimus dorsi, Oblique's</p> <p>טיפול ב SIJ - טיפול מנואלי, מניפולציות SIJ ותרגילים מותאמים לייצוב האגן</p> <p>לימוד מקרה אגן גב- הדגמת מטופל</p>	<p>13:00-13:45 13:45-14:30</p> <p>15:00-15:45 15:45-16:30</p> <p>16:45-17:30 17:30-18:15</p> <p>18:30-19:45 19:45-20:00</p>	<p>מפגש 5 תאריך:</p>
<p>אנטומיה פונקציונלית מפרק הירך</p> <p>בדיקה אובייקטיבית מפרק הירך- מבדקים אורתופדים</p>	<p>13:00-13:45 13:45-14:30</p> <p>15:00-15:45</p>	<p>מפגש 6 תאריך</p>

ס.א.ל פיזיותרפיה עזרא סזר לוי

<p>Shirley - על פי Femoral anterior glide syndrome Sahrmann</p> <p>התפיסה הטיפולית בבעיות בירך פתולוגיות רקמה רכה בירך גישה טיפולית משקמת מניפולציות ירך</p>	<p>15:45-16:30</p> <p>16:45-17:30 17:30-18:15</p> <p>18:30-19:45 19:45-20:00</p>	
<p>Lumbar – Hip & SIJ מבדלת בין סיכום ירך</p> <p>אנטומיה פונקציונלית ברך חשיבה קלינית- ברך</p> <p>בדיקות אורתופדיות (מעשי) למניסקוסים, רצועות הברך ושרירים, תקינות ציר הברך ופרופריאוספציה</p> <p>בדיקות אורתופדיות- המשך. MMT- Quadriceps, Popliteus</p>	<p>13:00-13:45 13:45-14:30</p> <p>15:00-15:45 15:45-16:30</p> <p>16:45-17:30 17:30-18:15</p> <p>18:30-19:45 19:45-20:00</p>	<p>מפגש 7 תאריך</p>
<p>תבנית קלינית פתולוגיות ברך נפוצות</p> <p>טכניקות מנאליות לשיפור טווחים בברך מניפולציות לברך, מניפולציה לבעיה במניסקוס תרגילים פונקציונליים לשיקום הברך</p> <p>סיכום ברך- לימוד מקרה (Case Study)</p> <p>חשיבה קלינית קרסול ניתוח הליכה קרסול</p>	<p>13:00-13:45 13:45-14:30</p> <p>15:00-15:45 15:45-16:30</p> <p>16:45-17:30 17:30-18:15</p> <p>18:30-19:45 19:45-20:00</p>	<p>מפגש 8</p>
<p>ניתוח הליכה קרסול- המשך בדיקה אובייקטיבית קרסול</p> <p>בדיקה אובייקטיבית קרסול-</p> <p>תבניות קליניות קרסול- עיוני</p>	<p>13:00-13:45 13:45-14:30</p> <p>15:00-15:45 15:45-16:30</p> <p>16:45-17:30</p>	<p>מפגש 9</p>

<p>התפיסה הטיפולית בבעיות קרסול- תכנון טיפול, טכניקות מנואלית להגדלת טווחים, מניפולציות קרסול. תרגילי פרופריאוספציה, גישה כוללת לטיפול בכל הגפה התחתונה וגב</p>	17:30-18:15	
	18:30-19:45	
	19:45-20:00	

יתכנו שינויים קטנים במסגרת הקורס בהתאם להתקדמות הקבוצה

תכנים לדוגמה

(במסגרת הקורס ילמדו עוד תכנים בבדיקות ובטיפול שלא פורטו)

מקוצר היריעה)

<p>1.</p> <p>פתיחה- הצגת מטרות הקורס ותכני הקורס. בדיקות דיספונקציה שריריות</p> <ul style="list-style-type: none"> • פיזיולוגיה של כוץ שריר ורפלקס המתיחה • בדיקות שרירים ככלי רגיש להערכת מצב של מערכת עצב-שריר-שלד • סיווג הטונוס השרירי בבדיקה הקלינית • רכישת מיומנות לאבחון יכולת התגייסות השריר בבדיקות דיספונקציה שריריות • תרשים זרימה לגילוי סיבה לחולשת שריר מסוים • חוסר איזון שרירי מהו • מהי הטכניקה הטיפולית הנבחרת במצב של חוסר איזון שרירי (Trigger points? Strain counter strain or ART(active release technique for fascia) • דוגמאות מרביע ותחתון <ul style="list-style-type: none"> • Body into distortion • Therapy localization • Myotomes neurological test • MMT: Ilio- Psoas, Iliacus, QL, Abdominal oblique's • Relative flexibility & relative stiffness בחירת תרגילים לטיפול בגב תחתון וסיווג בעיות הגב 	2
<ul style="list-style-type: none"> • היבטים אנטומיים וביומכניים של עמוד השדרה המותני • בדיקה אובייקטיבית גב. <ul style="list-style-type: none"> • Fixations concept • Lovett concept • MMT: G. Max ,G. Med, Hamstrings (Med & Lat), TFL , Adductors, Sartorius 	

<ul style="list-style-type: none"> • הסקת מסקנות טיפוליות לגבי אופי הטיפול ב: • מטופל אקוטי • מטופל המתלונן על כאב בישיבה • מטופל המתלונן על כאב בעמידה/ הליכה וכאב מוקל בישיבה • בחירת טכניקת הטיפול וכיוון הטיפול המועדף שייתן תוצאות מרביות • Relative flexibility & relative stiffness בחירת תרגילים לטיפול בגב • תחתון וסיווג בעיות הגב • מניפולציות גב תחתון <p>• Introduction to anatomy trains</p>	3
<p>Sacro iliac joint biomechanics</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ MMT: Piriformis ■ Rectus femoris ■ Quadriceps ■ Popliteus <p style="text-align: right;">■ בדיקת SIJ</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Pubic Symphysis instability ■ Coccydynia treatment <p style="text-align: right;">■ הערכת תפקוד ריצפת האגן</p>	4
<ul style="list-style-type: none"> ■ SIJ treatment – pelvic category I & II ■ SIJ manipulation ■ Nerves Entrapments And Treatment (Piriformis syndrome, Femoral Nerve Entrapment , L5 Root Entrapment) 	5
<p>Introduction to hip syndromes</p> <p>Femoral anterior glide syndrome(Groin Pain)</p> <p>Femoral Add internal rotation syndrome (Piriformis, sciatic and peroneal pain)</p> <p>הבדל באורך רגליים אמתי או מדומה?</p>	7
<ul style="list-style-type: none"> • Treatments of hip syndrome • Hamstring's tear treatments • O.A treatment • Hip manipulation 	8
<ul style="list-style-type: none"> • הערכה תפקודית של הברך • בדיקות חוסר יציבות של הברך • בדיקות מניסקוסים • Patel femoral pain • Popliteus nerve entrapment syndrome 	9

ס.א.ל פיזיותרפיה מאת עזרא סזר לוי

Knee manipulations Meniscus manipulation Fibula manipulation Concept of treating knee problems Knee taping (kinisio)	10
ביומכאניקה נורמאלית ואב נורמאלית של הקרסול פתולוגיות קרסול Tarsal tunnel syndrome Achilles tendinosis Plantar fasciitis	11
Metatarsalgia Cuboid syndrome Morton's neuroma Ankle manipulation Navicular manipulation Cuboid manipulation בדיקת הצורך למדרסים בדיקת תקינות מדרסים קיימים	12