העמותה לקידום הפיזיותרפיה

קורס דיקור יבש

תאריכים: 29, 28, 8 ,7, 4, 3 – ספטמבר 2025

מכון סלע קליניק ראשון לציון

רקע:

דיקור יבש היא שיטת טיפול פולשנית הנמצאת בשימוש על ידי פיזיותרפיסטים בכל העולם לטיפול בכאב ובבעיות תפקודיות של מערכת שלד-שריר.

לטכניקה יישומים מבוססי ראיות החל מטיפול בכתף הפלגית ועד לטיפול בכאב גב כרוני Lateral epicondylalgia , Plantar fibrofasciomatosis, , כאבי מפרקים ותסמונות כאב מיופציאלי נוספות.

פיזיותרפיסט המשתתף בקורס זה ירכוש את הכישורים הטכניים וגם את הבסיס התיאורטי הדרוש לביצוע טיפול בדיקור יבש בצורה בטוחה ויעילה.

מטרות:

המשתתפים ירכשו מיומנויות בדיקור יבש הנחוצות לטיפול בכאב ותפקוד לקוי של מערכת שלד שריר בצורה בטוחה ואפקטיבית בתוך הפרדיגמה הביו-פסיכו-סוציאלית.

קהל יעד: הקורס מיועד לפיזיותרפיסטים מוסמכים בעלי רישיון של משרד הבריאות.

היקף הקורס: היקף הקורס 48 שעות אקדמאיות.

מספר משתתפים: פתיחת הקורס מותנת במינימום של 14 משתתפים. ומוגבלת במספר של 20 משתתפים.

מקום: הקורס יתקיים במכון סלע קליניק, ראשון לציון

תאריכים: 29, 28, 8 ,7, 4, 3 – ספטמבר

שעות: 9:00 -17:00

עלות למשתתף: עלות לחבר 2,600 ₪

עלות ללא חבר 3,600 ₪

המטלות הנדרשות מן הלומדים:

- השתתפות פעילה ומלאה בתרגול, כל משתתף יידרש להיות מודל בקורס ולהידקר על ידי עמיתיו לקורס.
- עמידה בהצלחה בבחינת בית תאורטית.
- עמידה בהצלחה בבחינה מעשית.

תנאים לקבלת תעודה:

- חובת נוכחות של 100% מהמפגשים
- עמידה במטלות הקורס.

העמותה לקידום הפיזיותרפיה

מרצה:

גל סלע, בעל תואר ראשון בפיזיותרפיה Bpt ותואר שני בפיזיותרפיה מנואלית.
נושא התיזה שלו היה כישורי מישוש בקרב פיזיותרפיסטים. גל עבד בארה"ב בפרקטיקה פרטית, ועבד בישראל מאז 1998 במרפאה פרטית ובמגזר הציבורי. גל שימש כחבר בהנהלת העמותה לקידום הפיזיותרפיה (IPTS) במשך 4 שנים.
הוא מלמד בחוג לפיזיותרפיה באוניברסיטת חיפה מאז 2003 והיה מעורב בבניה וסיוע בקורסי ODNS בישראל מאז שנת 2009. כיום מלמד גל בקורסים של ה ODNS בארץ ובעולם.

תכנית הקורס:

מפגש	שעות		נושא המפגש
	משעה	עד שעה	
מפגש מס' **1** **3.9.25** דיקור שטחי ונקודות הדק, דיקור עמוק ירך	09:00	09:45	התכנסות הרשמה ושיחת היכרות ופתיחה
	09:45	10:30	קונטרה אינדיקציות מוחלטות ויחסיות, אתיקה בדיקור, "איך מטופלים מגיבים לדיקור", גודל המחטים וארגון אזור עבודה
	10:30	11:00	הפסקה
	11:00	11:45	השפעה של דיקור על "כאב", טכניקת החדרת המחט, טכניקת דיקור רקמה, צלקות שטחי-מעשי
	11:45	12:30	STUDY CASE: Use of SDN in Clinical Setting
	12:30	13:00	הפסקה
	13:00	13:45	כאב מיופציאלי Trigger point: השפעה המטולוגית, טכניקת דיקור עמוק "שריר"
	13:45	14:30	דיקור עמוק של Gluteus Maximus, Gluteus Medius, Gluteus Minimus, Piriformis, תרגול: דיקור ישבן.
	14:30	15:00	הפסקה
	15:00	15:45	דיקור עמוק של Gluteus Maximus, Gluteus Medius, Gluteus Minimus, Piriformis, תרגול: דיקור ישבן.
	15:45	16:00	הפסקה
	16:00	17:00	המשך- דיקור עמוק של Gluteus Maximus, Gluteus Medius, Gluteus Minimus, Piriformis, תרגול: דיקור ישבן.
מפגש מס' **2** **4.9.25** דיקור באסכולות שונות דיקור עמוק גב, צוואר	09:00	09:45	חשיבה קלינית בדיקור עמוק: התפקיד של אנטגוניסט ואגוניסט
	09:45	10:30	דיקור ותרגול Lumbar spine
	10:30	11:00	הפסקה
	11:00	11:45	Headache: Cervicalgia Cervicalgia-דיקור הצוואר, תרגול: דיקור צוואר
	11:45	12:30	Gunn Chann
	12:30	13:00	הפסקה
	13:00	13:45	STUDY: RADICULAR PAIN CASE
	13:45	14:30	דיקור ותרגול Upper trap, Lower Trap, Levator, Rhomboid
	14:30	15:00	הפסקה
	15:00	15:45	דיקור שריר בית החזה (Pecs, Lats, Teres Maj) תרגול: דיקור שרירי חזה
	15:45	16:00	הפסקה
	16:00	17:00	המשך- דיקור שריר בית החזה (Pecs, Lats, Teres Maj) תרגול: דיקור שרירי חזה

העמותה לקידום הפיזיותרפיה

מפגש מס' **3** **7.9.25** דיקור כתף וירך	09:00	09:45	בעיות שרירי הכתף cuff Rotator
	09:45	10:30	דיקור שרירי הכתף, תרגול: דיקור שירי כתף (Rotator Cuff)
	10:30	11:00	הפסקה
	11:00	11:45	דיקור: ירך קדמי (TFL, Pectinous, Sartorius, Iliopsoas)
	11:45	12:30	STUDY: ARTHRALGIA CASE
	12:30	13:00	הפסקה
	13:00	14:30	דיקור ירך קדמי, פנימי (Adductors,Quads)
	14:30	15:00	הפסקה
	15:00	15:45	דיקור ירך אחורי (Hamstrings)
	15:45	16:00	הפסקה
	16:00	17:00	המשך- דיקור ירך אחורי (Hamstrings)
מפגש מס' **4** **8.9.25** דיקור שרירי גפה עליונה, וכף רגל	09:00	09:45	והשפעתו על נקודות הדקTensegrity
	09:45	10:30	דיקור שרירי הזרוע (Brachialis, Triceps, Anconeus ,Deltoids, Biceps) ותרגול
	10:30	11:00	הפסקה
	11:00	11:45	שימוש בטיפול חשמלי עם מחטים
	11:45	12:30	דיקור שרירי האמה Flexors
	12:30	13:00	הפסקה
	13:00	13:45	דיקור ותרגול שרירי האמה extensors
	13:45	14:30	דיקור ותרגול חלוקה קדמית, צידי ואחורית של השוק
	14:30	15:00	הפסקה
	15:00	15:45	דיקור שרירי כף הרגל
	15:45	16:00	הפסקה
	16:00	17:00	המשך- דיקור שרירי כף הרגל
מפגש מס' **5** **28.9.25** דיקור כף יד, פה ולסת	09:00	09:45	תופעות לבי של דיקור יבש
	09:45	10:30	דיקור כף היד
	10:30	11:00	הפסקה
	11:00	11:45	דיקור גב גבי(Multifidus, Longisimus, Iliocostolis), תרגול דיקור
	11:45	12:30	Study: Ankle Sprain Case
	12:30	13:00	הפסקה
	13:00	13:45	בעיות פה ולסת, דיקור שריר לעיסה
	13:45	14:30	Study: TMJ Case
	14:30	15:00	הפסקה
	15:00	15:45	חזרה על בעיות מיופציאליות
	15:45	16:00	הפסקה

	16:00	17:00	המשך- חזרה על בעיות מיופציאליות
מפגש מס' **6** **29.9.25** דיקור אמה כף יד ורגל	09:00	09:45	דיקור שרירי בטן
	09:45	10:30	דיקור שרירי Quadratus Lumbers, Serratus Ant
	10:30	11:00	הפסקה
	11:00	11:45	study Case- איך להשתמש בדיקור בזמן טיפול
	11:45	12:30	בחינה/ Case study
	12:30	13:00	הפסקה
	13:00	14:30	בחינה/ Case study
	14:30	15:00	הפסקה
	15:00	15:45	בחינה/ Case study
	15:45	16:00	הפסקה
	16:00	17:00	בחינה/ Case study

- התוכנית אינה סופית וייתכנו שינויים

* לאורך הקורס תוצב עמדת שתיה חמה וכיבוד קל (מזון באחריות המשתתפים).

* לזכאים תשלח תעודה באימייל בפורמט PDF

ביבליוגרפיה:

- http://www.musculoskeleton.anhb.uwa.edu.au – Useful anatomy website
- Dry Needling Clinic Companion app iPhone Google

1. APTA. 2012. Physical Therapists and the performance of Dry Needling. An educational resource paper. American Physical Therapy Association, Department of Practice.
2. Baldry, P. 1992. Acupuncture, Trigger Points and Musculoskeletal Pain, Churchill and Livingstone
3. Bandy WD, Nelson R, Beamer L 2017. Comparison of dry needling vs sham on the performance of vertical jump. Int. J. Sports Phys. Ther. Oct; 12(5): 747-751
4. Brattberg, G, 1983. Acupuncture therapy for tennis elbow. *Pain*. Vol 16, pp 285-288
5. Bruckner, P. & Kahn, D. 1993. Clinical Sports Medicine, McGraw Hill
6. Butler, D. 1991. Mobilisation of the Nervous System, Churchill Livingstone
7. Calvo-Lobo C, Pacheco-da-Costa S, Martínez-Martínez J, Rodríguez-Sanz D, Cuesta-Álvaro P, López-López D, 2018. Dry needling on the infraspinatus latent and active myofascial trigger points in older adults with nonspecific shoulder pain: A randomized clinical trial. J Geriatr Phys Ther. 2018 Jan/Mar;41(1):1-13. doi: 10.1519/JPT. 79
8. Castro-Sanchez AM, Garcia-Lopez H, Mataran-Penarrocha GA, Fernandez-Sanchez M, Fernandez-Sola C, Granero-Molina J, Aguilar-Ferrandiz ME., 2017. Effects of dry needling on spinal mobility and trigger points in patients with fibromayalgia syndrome. Pain Physician. 2017 Feb;20(2):37-52.
9. Dommerholt J, Huijbrechts P. 2010. Myofascial trigger points. Jones & Bartlett. Barb house London W6 7PA UK
10. Fernández-Carnero J1, Gilarranz-de-Frutos L, León-Hernández JV, Pecos-Martin D, Alguacil-Diego I, Gallego-Izquierdo T, Martín-Pintado-Zugasti A., 2017. Effectiveness of Different Deep Dry Needling Dosages in the Treatment of Patients With Cervical Myofascial Pain: A Pilot RCT. Am J Phys Med Rehabil. 2017 Oct;96(10):726-733.
11. Fields, H. 1987. Pain. McGraw Hill

12. Filshie, J & White, A. 1998. Medical Acupuncture, Churchill Livingstone
13. Foldes FF, Kuze S, Vizi ES, Deery A. 1973. The effect of temperature on neuromuscular performance, Journal *of Neurological transmission* 43: 27-45.
14. Ga H, Ji-Ho Choi, Park C-H, Yoon H-J. 2007. Dry Needling of trigger points with and without paraspinal needling in myofascial pain syndromes in Elderly patients. *Journal of alternative and complementary medicine* 13(6): 617-623
15. Erwin, R.D., Shannon, S., Hong, C-Z. Hubbard, D., Gevirtz, R. 1997. Interrater reliability in myofascial trigger point examination. *Pain* 69:65-73
16. Gunn, C. 1989. Treating Myofascial Pain: Intramuscular Stimulation, University of Washington
17. Haanpaa M, Attal N, Backonja M, Baron R, Bennett M, Bouhassira D, Cruccu G, Hansson P, Haythornthwaite JA, Ianetti GD, Jensen TS, Kauppila T, Nurmikko TJ, Rice ASC, Rowbotham M, Serra J, Sommer C, Smith BH, Treede R-F. NeuPSIG guidelines on neuropathic pain assessment. *Pain* 152: 14-27
18. Hansson Y, Carlsson C, Olsson E. 2008. Intramuscular and periosteal acupuncture in patients suffering from chronic musculoskeletal pain. *Acupuncture in Medicine* 26(4):214-223.
19. Hong C-Z, Hsueh T –C. 1996. Difference in pain relief after trigger point injections in myofascial pain patients with and without fibromyalgia. *Arch Phys Med Rehabil* 77(11):1161-1166.
20. Hong CZ. 1994. Lidocaine injection versus dry needling to myofascial trigger point. The importance of the local twitch response. *Arch Phys Med Rehabil* 73:256-263
21. Hong, C-Z., Kuan, T-S., Chen, J-T., Chen, S-M. 1997. Referred Pain Elicited by Palpation and by needling of Myofascial Trigger Points: A Comparison. *Arch Phys Med Rehabil* 78:957-960
22. Hooshmand, H. 1993. Chronic Pain: Reflex Sympathetic Dystrophy, C.R.C. Press, Tokyo
23. Kietrys DM, Palombaro KM, Azzaretto E, Hubler R, Schaller B, Schlussel JM, Tucker M. 2013. Effectiveness of Dry Needling for Upper quarter Myofascial Pain: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Orthopaedic and Sports Physical Therapy Express* 4668
24. Kindyle L. Brennan, PT, PhD, Bryce C. Allen, MD, Yolanda Munoz Maldonado, PhD, 2017. Dry needling vs cortisone injection in the treatment of greater trochanteric pain syndrome: A noninferiority randomized clinical trial. Journal of Orthopaedic & Sports Physical Therapy, 2017 Volume:47 Issue:4 Pages:232–239 DOI: 10.2519/jospt.2017.6994
25. Itoh K, Saito S, Sahara S, Naitoh Y, Imai K, Kitakoji H. 2013. Randomized Trial of Trigger Point Acupuncture Treatment for Chronic Shoulder Pain: A Preliminary Study. *Journal of Acupuncture and Meridian Studies* http://dx.doi.org/10.1016/j.jams.2013.02.002
26. Liu QG, Liu L, Huang QM, Nguyen TT, Ma YT, Zhao JM. 2017. Decreased spontaneous electrical activity and achetylcholine at myofascial trigger spots after dry needling treatment; A pilot study. Evid Based Complement Alternat Med. 2017;2017:3938191. doi: 10.1155/2017/3938191. Epub 2017 May 16.
27. McCutcheon L & Yelland M. 2011. Iatrogenic pneumothorax: safety concerns when using acupuncture or dry needling in the thoracic region. Physical Therapy Reviews 16(2) 126-132
28. Melzack & Wall. The Challenge of Pain, Penguin
29. Mense S, Simons DG, Hohiesel U, Quenzer B. 2003. Lesions of rat skeletal muscle after local block of acetylcholineesterase and neuromuscular stimulation. *Journal of applied physiology* 94: 2494-2501
30. Jimbo S, Atsuta Y, Kobayashi T, Matsuno T. 2008. Effects of dry needling at tender points for neck pain (katakori): near-infrared spectroscopy for monitoring oxygenation of trapezius. *Journal of Orthopaedic science, 13:101-106*
31. National Commission for Certification of Acupuncturists (1989) Clean Needle Technique for Acupuncturists
32. Oschman, J. 2002. Energy Medicine, The Scientific Basis. Churchill Livingstone.
33. Rachlin, Edward. 1994. Myofascial Pain and Fibromyalgia. Mosby
34. Sedighi A, Nakhostin Ansari N, Naghdi S, 2017. Comparison of acute effects of superficial and deep dry needling into trigger points of suboccipital and upper trapezius muscles in patient with cervicogenic headache. J Bodyw Mov Ther. 2017 Oct;21(4):810-814. doi: 10.1016/j.jbmt.2017.01.002. Epub 2017 Jan 6.
35. Shah JP, Phillips TM, Danoff JV, Gerber LH. 2005. An in vivo micro analytical technique for measuring the local biochemical milieu of human skeletal muscle. *J Appl Physiol* 99(5):1977–1984 [Epub 2005 Jul 21].
36. Shanmugam S, Mathias L., 2017. Immediate effects of paraspinal dry needling in patients with acute facet joint lock induced wry neck. J Clin Diagn Res. 2017 Jun;11(6):YM01-YM03. doi: 10.7860/JCDR/2017/26407.10079. Epub 2017 Jun 1.
37. Simons, D. 1990. Muscular Pain Syndromes, Advances in Pain Research, Volume 1, Raven Press.
38. Simons, David. 2001. Muscle Pain. Understanding its Nature, Diagnosis and Treatment. Lippincott, Williams & Wilkins.

39. Stux, B & Pomerantz, B. 1987. Acupuncture Textbook and Atlas, Springer Verlag.
40. Treede RD, Jensen TS, Campbell JN, Cruccu C, Dostrovsky JO, Griffin JW, Hansson P, Hughes R, Nurmikko T, Serra J. 2008. Redefinition of neuropathic pain and a grading system for clinical use: consensus statement on clinical and research diagnostic criteria. *Neurology* 70:1630-1635
41. Tüzün EH, Gıldır S, Angın E, Tecer BH, Dana KÖ, Malkoç M. 2017. Effectiveness of dry needling vs a classical physiotherapy program in patients with chronic low-back pain: a single-blind, randomized, controlled trial. J Phys Ther Sci. 2017 Sep;29(9):1502-1509. doi: 10.1589/jpts.29.1502. Epub 2017 Sep 15.
42. Vulfsons S, Ratmansky M, Kalichman L. 2012. Trigger Point needling: Techniques and Outcome. Curr Pain Headache Rep DOI 10.1007/s11916-012-0279-6
43. Webb, J. 1986. Pain Control via Dorso-lumbar Sympathetic flow. *Australian Journal of Physiotherapy* 32(2).
44. Wells, J.C.D. & Woolf, C.J. 1991. Pain Mechanisms and Management, Volume 47(3). Churchill Livingstone.
45. Westrick RB, Zylstra E, Issa T Miller JM, Gerber JP. 2012. Evaluation and treatment of musculoskeletal chest wall pain in a military athlete. The international journal of Sports Physical Therapy 7(3): 323-332
46. Wheeler, A.H, Goolkasian, P., Gretz, S.S. 1997. A randomised double blind prospective pilot study of Botulinum Toxin Injection for Refractory, Unilateral, Cervicothoracic, Paraspinal Myofascial Pain Syndrome. *Spine* 23(15):1662-1664.
47. http://www.musculoskeleton.anhb.uwa.edu.au – Useful anatomy website