

קורס דיקור יבש של רצפת האגן

יוני 2026

מפגש	שעות	נושא	אופן לימוד
חלק 1 מקוון	בזמן שנוח למשתתף	120 דקות קריאה מקדימה לקורס הכוללים 5 מאמרים לקריאה ולאחריהם בוחר מקוון של 10 שאלות. 1. ההיסטוריה של תיאוריות נקודות הדק (Trigger Point) – עליית הדיקור היבש. 2. נירופיזיולוגיה של כאב נוציאוגני – דיקור שטחי. 3. נירופיזיולוגיה ו-MTrP – מדוע זה חשוב לדיקור יבש. 4. אתיקה של דיקור יבש – בטיחות, התוויות נגד ואמצעי זהירות. 5. גישת דיקור יבש לרדיקולופתיה בעמוד השדרה המותני. 6. טנסגריטי (Tensegrity): ההשפעה של MTrP על טנסגריטי. 7. השימוש בגירוי חשמלי עם דיקור יבש; שיפור גירוי תוך-שרירי. 8. חסרים תזונתיים כגורמים מנציחים לכאב מיופציאלי. 9. קבלת הסכמה מדעת.	כל מודול וידאו מלווה ב-6 שאלות הערכה
מפגש מעשי אוניברסיטת חיפה 30.6.2026	08:45-09:00	פתיחה	
	09:00-10:30	הסכמה, טכניקת דיקור שטחי (SDN), כולל פאציה וצלקות	הדגמה ותרגול
	10:30-11:00	הפסקה	
	11:00-12:00	דיקור Gluteus maximus, medius, minimus (שרירי העכוז)	אנטומיה, הרצאה והדגמה
	12:00-13:00	ארוחת צהרים	
	13:00-14:00	דיקור שרירי העכוז	תרגול
	14:00-15:00	דיקור עמוד שדרה מותני: Multifidus, longissimus iliocostalis, sacral multifidus	אנטומיה, הרצאה והדגמה
	15:00-15:30	הפסקה	
15:30-16:30	דיקור עמוד שדרה מותני	תרגול	
16:30-17:00	תיאור מקרה vestibulodynia	עבודה בקבוצות	
מפגש מעשי אוניברסיטת חיפה 1.7.2026	09:00-10:00	חשיבה קליני ב-DN: התפקיד של תפקוד לקוי של מיופשיאלי וכאבים ברצפת האגן	הרצאה
	10:00-10:30	דיקור ירך קדמי TFL, Glut Min Ant, Pectinius, Iliopsoa, Sartorius	אנטומיה, הרצאה
	10:30-11:00	הפסקה	
	11:00-12:30	דיקור ירך קדמי תרגול	הדגמה, ותרגול
	12:30-13:30	ארוחת צהרים	
	13:30-14:00	תיאור מקרה Endometriosis	עבודה בקבוצות
	14:00-15:00	דיקור ירך מדיאלי hamstrings, adductors	אנטומיה, הרצאה והדגמה
	15:00-15:30	הפסקה	
15:30-17:00	דיקור ירך מדיאלי hamstrings, adductors	תרגול	
מפגש מעשי אוניברסיטת חיפה	09:00-10:00	תופעות לוואי שליליות בדיקור יבש	הרצאה
	10:00-10:30	דיקור שירי בטן Rectus abdominus, Obliques	אנטומיה, הרצאה
	10:30-11:00	הפסקה	
	11:00-12:00	תרגול דיקור שרירי בטן	תרגול



	ארוחת צהרים	12:00-13:00	2.7.2026
אנטומיה, הרצאה והדגמה, תרגול	דיקור quadratus lumborum, Piriformis, Short rotators	13:30-15:00	
	הפסקה	15:00-15:30	
אנטומיה, הרצאה והדגמה, תרגול	דיקור ירך רצפת אגן	15:30-17:00	

