



קורס טכניקות אוטאופתיות לפיזיותרפיסטיות

בטיפול בתינוקות ובטיפול באגן הנשי

מהי אוטאופתיה: האוטאופתיה (אוס= עצם, פתיה= תגובתיות) הינה שיטת טיפול הוליסטית שהתפתחה בארה"ב לפני כ-150 שנה. האוטאופתיה מתייחסת למגבלות ולקויים תפקודיים ומבניים בגוף האדם הנוצרים עקב חוסר איזון על רקע ביו- מכני או רגשי. האבחון והטיפול באוטאופתיה מתבצעים מתוך ידע אנטומי ופיזיולוגי רחב באמצעות טכניקות ידניות עדינות.

ענפי האוטאופתיה:

לאוטאופתיה כמה ענפי טיפול:
אוטאופתיה **מוסקולו-סקלטלית** שמתייחסת למבנה הגרמי והשרירי,
אוטאופתיה **ויסצרלית** המתייחסת לאיברי הבטן והאגן,
ואוטאופתיה **קרניו-סקרלית** המתייחסת לפעימת נוזל ה CSF שזורם מהמוח- (קרניום=גולגולת) עד עצם הזנב (סקרום)- שהתפתחה לשיטה הנלמדת גם בפני עצמה.
טיפול **קרניו סקרל** מבוצע במגע עדין בנקודות שונות על גוף המטופל ומביא איזון ורגיעה.



מנחת הקורס: הדר ויז'ניצר



פיזיותרפיסטית, תואר שני בפיזיותרפיה, פיזיותרפיסטית לטיפול ושיקום ברצפת האגן והאגן בוגרת לימודי אוטאופתיה בבתי הספר הירושלמים לאוטאופתיה בהנהלת ד"ר מיכאל דובינסקי ובביה"ס ללימודי המשך באוטאופתיה בהנהלת עמוס קוסמן.
מדריכה מקצועית ומפתחת תוכן בפרוייקט שלום לכתחילה – הדרכה מקצועית למסגרות לאנשים עם מוגבלות שכלית התפתחותית ברשות הפלשתינית מטעם ארגון עלה.
מטפלת בקליניקות פרטיות בירושלים ובעפרה בנשים, נערות, ילדים ותינוקות.

616hadar@gmail.com 053-3010561

הקורס ייערך בשלושה חלקים בימי שלישי בחודשים פברואר- יוני בשעות 8:30-15:30

השתתפות בחלק הראשון הינה בסיס להשתתפות בחלק השני ו/או השלישי

הקורס כולל הרצאות עיוניות ותרגול מעשי

רציונל הקורס: הקורס בנוי מתוך הסתכלות מקיפה על מעגל החיים השלם של אם ותינוק. במסגרת הקורס יילמדו טכניקות טיפוליות שימושיות מעולם האוסטאופתיה והקרניו-סקרל לטיפול בנשים ובתינוקות.

הקורס מורכב מ-3 חלקים:

חלק ראשון: 5 מפגשים - 35 שעות: מהות האוסטאופתיה.

חלק שני: 3 מפגשים - 21 שעות: טיפול בתינוקות: מיועד לפיזיותרפיסטיות העובדות עם תינוקות וילדים ומעוניינות להעמיק את הידע בתחום הטיפול המנואלי בתינוקות.

חלק שלישי: 3 מפגשים - 21 שעות: האגן- מפרקים, רקמות רכות, איברי האגן, הריון, לידה. מיועד לפיזיותרפיסטיות העוסקות בבריאות האישה ומעוניינות להעמיק את הידע בתחום הטיפול המנואלי באגן.

חלק ראשון- 5 מפגשים: מהות האוסטאופתיה:

האוסטאופתיה מורכבת משלושה תחומים: **מוסקולו-סקלטל** – שריר שלד, **ויסצרל**- איברי הבטן והאגן, **וקרניו-סקרל**- מהגולגולת ועד עצם הזנב ומה שביניהם. בחלק זה נלמד לחוש ולזהות דיספונקציה (= פתולוגיה, חוסר איזון) ולרכוש טכניקות טיפוליות בסיסיות ושימושיות בשלושה תחומים אלו.

מפגש ראשון- 26/2/19: הכרות עם **חישה אוסטאופתית:** מהי האוסטאופתיה, איך מרגישים את זה? היכרות עם חישה של עצם, שריר וקרניו סקרל.

מפגש שני- 5/3/19: **קרניאל:** מבנה הגולגולת הגרמית, מתפרים ומרפסים, אבחון חוסר איזון בגולגולת וטכניקות לאיזון הגולגולת.

מפגש שלישי- 12/3/19: **קרניו סקרל:** על עטיפות מערכת העצבים המרכזית (=המוח וחוט השדרה) ונוזל ה-CSF, אנטומיה, פיזיולוגיה, טכניקות אבחון וטיפול קרניו סקרלי.

מפגש רביעי- 19/3/19: **מערכת העיכול ועמוד השדרה:** מבנה ותיפקוד של איברי מערכת העיכול, בדיקה, טיפול ואיזון של מערכת העיכול כולה ומישורי התנועה לאורכה. עמוד השדרה הגרמי, אבחון חוסר איזון בעמ"ש וטכניקה לאיזון עמ"ש.

מפגש חמישי- 26/3/19: **הריון ולידה** והשפעותיהם על האם והעובר, **מצבים מורכבים והתערבויות** בלידה (לידה קיסרית, ואקום) השפעת מבנה האגן ואיזונו על הלידה ועל התינוק.

טיפול בסרעפות: סרעפת נשימתית, סרעפת אגנית, סרעפת צווארית וסרעפת קרניאלית ואיזון ביניהן.

פרוטוקול טיפול

חלק שני- 3 מפגשים: טיפול בתינוקות:

מיועד לפיזיותרפיסטיות התפתחותיות

הלידה היא המפגש הישיר הראשון של התינוק עם העולם שמחוץ לרחם האם. במפגש זה קיימת לרוב התנגדות פיזיקלית חזקה- כדי שיוכל לצאת נדרש התינוק לעבור תעלה צרה ולהדחק דרך מנהרת עצמות האגן של האם החוצה.

במעבר זה נגרמים דחיסה ולחץ על עצמות הגולגולת של התינוק, ולעיתים אף דחיסה של פתחי הגולגולת, מוצא העצבים הקרניאליים. הדבר עלול לגרום לבעיות שכיחות בקרב תינוקות כמו עיוות עצמות הגולגולת- דחיסה או השטחה, טורטיקוליס, קשיים במערכת העיכול (רפלוקס, קוליק או גזים), מחזורי שינה לא סדירים, קשיי יניקה, בכי מרובה, ועוד.

גם אצל תינוקות הנולדים בלידה קיסרית קיים חוסר איזון מסיבות שונות היכול להתבטא בתסמינים אלו ואחרים. טיפול אוסטאופתי עוזר לשחרר מהגוף לחצים פיזיים ורגשיים שנוצרו במהלך הלידה ובמשך ההיריון, ויעיל בהקלה מהירה יחסית של בעיות שכיחות בקרב תינוקות.

בקורס נעסוק באנטומיה, אמבריולוגיה ובביומכניקה בגופו של התינוק: מהראש- עצמות הגולגולת ועטיפות המוח, דרך עמוד שדרה ועד איברי מערכת העיכול והסקרום.

בוגרות הקורס ידעו לזהות את המקור הגורם לחוסר איזון בגוף התינוק ולהשתמש בטכניקות עדינות בכדי לשפר תפקוד והתנהגות, באופן מותאם לתינוקות רכים.

בכל מפגש תשולב הדגמה של אבחון וטיפול בתינוקות, במפגש האחרון המשתתפות תתנסנה בעבודה אוסטאופתית עם תינוקות.

מפגש ראשון- 2/4/19: קרניו- סקרל לתינוקות: מצבים מיוחדים בעקבות הריון ולידה והשפעותיהם על התינוק- קשיי שינה, טורטיקוליס, לשון קשורה, erb's palsy, איזון עמ"ש בתינוקות.

מפגש שני- 9/4/19: קשיי הנקה ואכילה כאבי בטן, גזים קוליק וריפלוקס, חסימה בצינורית הדמעות: הערכה אבחון וטיפול בעצמות הפנים ובמערכת העיכול אצל תינוקות- מבנה הפנים, תעלת הדמעות, תעלות אף והאוזן, מבנה ותפקוד הלוע והייחודיות במערכת העיכול של התינוק.

מפגש שלישי- 30/4/19: פרוטוקול טיפולי, התנסות בטיפול בתינוקות. חזרה וסיכום.

חלק שלישי- 3 מפגשים: האגן- עצמות ומפרקים, רקמות רכות, איברי האגן, דגשים בטיפול סביב הריון ולידה

מיועד לפיזיותרפיסטיות העוסקות בבריאות האישה

3 מפגשים רצופים- 16/6/19, 17/16/19, 18/6/19

חוסר איזון באיברי האגן עלול להשפיע על פעילות מערכת השתן ומערכת הרבייה, בתסמינים שונים: דלקות בדרכי השתן והפרעות במערכת השתן (אי נקיטת שתן), אי סדירות וכאבי מחזור, דימומים שלא בזמן מחזור, בעיות פוריות על רקע מכני, כאבים בקיום יחסי מין, מנח לא תקין של הרחם או השחלה, ועוד.

נעמיק באנטומיה ובביומכניקה של האגן: מפרקי האגן, איברי האגן- מערכת השתן והרבייה, ורקמות רכות- שרירים, רצועות ורקמת החיבור. בוגרות הקורס ידעו לבדוק, לטפל ולאזן את מפרקי האגן, איברי האגן, והרקמות הרכות שבאגן בטכניקות אוסטאופתיות עדינות.

נשלב תרגול של יוגה נשית המחברת בין תנועה לנשימה, מדגישה את ייצוב הגו ותמיכת שרירי רצפת האגן ושרירי הליבה. התרגול מותאם למחזוריות ההורמונאלית בחיי האישה. נלמד להתאים את התרגול למצבי חולשה, כאב, צניחות איברים, ועוד. בכל מפגש, נשלב תרגול יוגה נשית באופן מותאם לנושא הנלמד.

מפגש ראשון: 16/6/19: האגן הגרמי: אנטומיה גרמית של האגן ותפקודה, חשיבות איזון האגן. בדיקה וטכניקות טיפוליות: מפרק הסקרו-איליאק וסימפיסיס פוביס, קוקסידיניה, סקרום.

מפגש שני: 17/6/19: פתולוגיות בראייה אוסטאופתית: כאבי ווסת ואי-סדירות במחזור, קשיי פוריות. אבחון וטיפול ברקמה רכה באגן: פאשיה, שרירים ורצועות (אובטורטור, פיריפורמיס, איליו-פסואס), טיפול בטחורים. טיפול בכאב בראייה אוסטאופתית.

מפגש שלישי: 18/6/19: איברי האגן:

בדיקת איברי האגן ומישורי התנועה- שלפוחית השתן, רחם, חצוצרות, שחלות.

טיפול ואיזון של איברי האגן, טיפול בצניחות. הכנה אוסטאופתית ללידה, איזון אוסטאופתי לאחר לידה, טיפול בצלקות.

פרוטוקול טיפולי, עיטוף האגן אחרי לידה, חזרה וסיכום.



רכזת הקורס: רונית בן אליהו

פיזיותרפיסטית לשיקום רצפת האגן, מדריכה להכנה ללידה, מורה ליוגה נשית. חברה בוועדת ההיגוי לבריאות האישה. השתלמויות רלוונטיות בשנים האחרונות: קורס שיקום רצפת אגן, קורס קרניו סקרל בהנחיית דר' דיקלה אורן, קורס קרניו סקרל ביודינאמי, אוסטאופתיה לאגן ורצפת האגן.

הקורס ייערך במתכונת קבוצתית קטנה במושב גן יאשיה בעמק חפר
קיימת אפשרות לקיום חלקו הראשון של הקורס באסף הרופא- תלוי במס' המשתתפות.
הנחה של 10% לחברות העמותה לפיזיותרפיה.

במהלך היום יהיה כיבוד קל, ארוחת בוקר וצהריים קלות צמחונית
מספר המשתתפות: 8-10
מחיר הקורס: חלק ראשון: 3,300- ₪ חלק שני ושלישי- 1,990 ₪ כל אחד.
חברות עמותה: חלק ראשון- 2,970 ₪, חלק שני ושלישי- 1,790 ₪ כל אחד.
מקדמה: 300 שח לחלק הראשון, 200 שח לחלק שני או שלישי, 500 שח לשני חלקים.
מדיניות ביטולים:

בביטול של 6 שבועות לפני תחילת הקורס יוחזר התשלום במלואו.
בביטול פחות מ-6 שבועות לפני תחילת הקורס יוחזר התשלום בניכוי דמי ההרשמה.
בביטול של שבוע או פחות מתחילת הקורס יוחזר 50% מהתשלום.
לאחר תחילת הקורס לא יינתן החזר.

לפרטים והרשמה: רונית בן אליהו: 054-4472413 מייל: ronit.physio@gmail.com

תגובות מקורסים קודמים:

[Lilach Ben Dror](#) הדר ורונית מנחות קורס הנוגע לבריאות האישה ומתאים לטיפול גב, אגן ורצפת אגן. ההסתכלות היא עמוקה וההבנה שהאיברים הפנימיים הם חלק בלתי נפרד ממבנה האגן, שהעצם היא רקמה נושמת, שנשימה מזמינה הרפיה ועוד. תודה!

[Orly Jospe](#) היה קורס מעולה
גישה קצת שונה, הסתכלות קצת שונה ובעיקר טכניקות מנואליות שעובדות נפלא על המטופלות.
תודה 🌸🌸

[Deborah Arnon](#) הדר ורונית, תודה רבה!! הקורס היה מעולה, מקצועי, וממש פותח דלת לגישה אחרת ונותן כלים מעשיים שיעילותם הוכחה כבר על המטופלות שלי במהלך הקורס 😊👍
ממש תענוג!!