

## קורס שיקום לב לפיזיותרפיסטים

בית החולים תל השומר - דצמבר 2023

תאריך	13:30-15:00	15:00-15:30	15:30-17:00	17:00-17:30	17:30-18:30	18:30-18:45	18:45-19:30
מפגש 1 26.12.23 בי"ס	13:00-13:30 שיחת פתיחה עקרונות האימון הגופני <b>מיכל עצמון</b>	הפסקה	עקרונות האימון הגופני – המשך אימון אירובי – הערכה, ניטור סוגי אימונים ובניית תוכניות לשיפור הכושר האירובי. <b>מיכל עצמון</b>	הפסקה	המשך – <b>אימון אירובי תחנות מעשי</b> <b>מיכל עצמון</b>	הפסקה	תיאורי מקרה <b>מיכל עצמון</b>
מפגש 2 2.1.24 <b>שיקום לב</b>	אימון התנגדות – הערכה, ניטור סוגי אימונים ובניית תוכניות לשיפור הכוח / סבלות לאוכלוסייה הבריאה. <b>אימון כוח מעשי</b> <b>מיכל עצמון</b>	הפסקה	אפידמיולוגיה ותסמינים. טיפול תרופתי . צנתור – מהלך, סיכונים והתוויות לשיקום. טרשת עורקים, מחלת לב כלילית ואי ספיקת לב <b>פרופ' רוברט קלמפנר</b>	הפסקה	ניתוחי לב: מעקפים, מסתמים, השתלת LVAD, פריקרדיטיס <b>פרופ' רוברט קלמפנר</b>	הפסקה	המשך <b>פרופ' רוברט קלמפנר</b>
מפגש 3 9.1.24 בי"ס	פיזיולוגיה בקיצור <b>גליה בוגומילסקי</b>	הפסקה	אימון אירובי והתנגדות לחולי הלב בכל שלבי השיקום <b>גליה בוגומילסקי</b>	הפסקה	<b>אימון מעשי</b> <b>אירובי-נוסחת קרבונן</b> <b>גליה בוגומילסקי</b>	הפסקה	תיאורי מקרה <b>גליה בוגומילסקי</b>
מפגש 4 16.1.24 <b>שיקום לב</b>	מערכת הולכה, אק"ג בסיסי, הפרעות קצב עם דגש מעשי לשיקום לב כולל תרגול קריאת אקג <b>פרופ' רוברט קלמפנר</b>	הפסקה	טיפול תרופתי קוצבי לב: סוגים התוויות וקונטרה אינדיקציות. <b>פרופ' רוברט קלמפנר</b>	הפסקה	<b>אימון מעשי</b> <b>אירובי-נוסחת קרבונן RPE</b> <b>גליה בוגומילסקי</b>	הפסקה	אימון כוח לחולי לב <b>גליה בוגומילסקי</b>
מפגש 5 23.1.24 בי"ס	התווית תוכניות אימונים למטופל עם יל"ד ומחלות כלי דם פריפריות <b>גליה בוגומילסקי</b>	הפסקה	<b>אימון מעשי תוך מדידות ל"ד</b> <b>מיכל עצמון</b>	הפסקה	עקרונות פעילות גופנית לחולי אי ספיקת לב <b>גליה בוגומילסקי</b>	הפסקה	תיאורי מקרה <b>גליה בוגומילסקי</b>
מפגש 6 30.1.24 בי"ס	פעילות גופנית בהפרעות קצב + קוצבים <b>גליה בוגומילסקי</b>	הפסקה	אימוני אינטרוולים <b>אימון הפוגות מעשי</b> <b>גליה בוגומילסקי + מיכל</b>	הפסקה	מבחני מאמץ ובדיקות לב <b>גליה בוגומילסקי</b>	הפסקה	תיאורי מקרה <b>גליה בוגומילסקי</b>

המשך. ד"ר נעמה פלץ סינאני	הפסקה	16:30 מחלת הסוכרת: גורמי סיכון, פתופיזיולוגיה, סיבוכים וטיפול. ד"ר נעמה פלץ סינאני	הפסקה	המשך	הפסקה	13:00-14:00 בדיקת מאמץ – טמיר קמרמן 14:00-15:00 בדיקת מאמץ הדגמה 15:00-16:00 בדיקת מאמץ הדגמה (חלוקה ל 2 קבוצות, אחת בבדיקת מאמץ ואחת בצנתור)	<b>מפגש 7</b> <b>6.2.24</b> <b>שיקום לב</b>
תיאורי מקרה גליה + מיכל	הפסקה	<b>אימון משקל גוף מעשי</b> <b>מיכל עצמון</b>	הפסקה	עבודה בקבוצות של ניתוח מבחני מאמץ ובניית תוכניות אימונים <b>גליה בוגומילסקי</b>	הפסקה	המלצות והתוויות לחולי סוכרת <b>מיכל עצמון</b>	<b>מפגש 8</b> <b>13.2.24</b> <b>בי"ס</b>
שיחת סיכום גליה + מיכל	הפסקה	ביקור ושיח בוגרי קורס שיקום לב <b>גליה + מיכל</b>	הפסקה	בשיקום לב vital signs <b>גליה + מיכל</b>	הפסקה	פעילות גופנית בהשמנה <b>גליה בוגומילסקי</b>	<b>מפגש 9</b> <b>20.2.24</b> <b>בי"ס</b>

- במפגשים בהם יש אימון מעשי ו/או הדגמה של מבחן מאמץ חייבים להגיע עם בגדי ונעלי ספורט ומגבת.
- בסיום הקורס יתבקש כל משתתף למלא דוח צפייה במכון שיקום לב מתוך רשימה שתיתן בקורס. המטלה תוגש עד סוף מאי 2024.
- מטלה זו תהיה תנאי לקבלת תעודה נוספת.
- הקורס יתחיל בשעה 13:00 בדיוק! אנא הקפידו על שעת הגעה.
- מס' ימים לפני כל מפגש תשלח המצגת במייל לנוחות המשתתפים.
- בכל מפגש יוגש כיבוד קל וקפה.