

קורס שיקום ריאות – מאי 2023

26.06	19.06	12.06	05.06	29.05	22.05	15.05	ימי שני
Self management דגלים אדומים (רועי משה)	חמצן – סוגי חמצן, טיפול עם חמצן (לינה גרושקו)	המלצות והתוויות לאימון גופני לחולי ריאה (רועי משה)	אימון גופני - ריאות ומחלות נלוות (לב, סוכרת, יל"ד, PVD) (גליה בוגומילסקי)	פיזיולוגיה מעשית של מערכת הנשימה (רועי משה)	פתופיזיולוגיה – מחלות חסימתיות (דר' סיוון פרל)	שיחת פתיחה סקירה, מטרות פיזיולוגיה של מערכת הנשימה (דניה חופי)	13-14:30
הפסקה	הפסקה	הפסקה	הפסקה	הפסקה	הפסקה	הפסקה	14:30-15
מעשי – התאמת אימון למטופלים בבית (דניה חופי + מיכל עצמון)	תכנון תכנית אימון פרטנית לפי תיאורי מקרה מובנים ומהשטח (דניה חופי)	עקרונות אימון – אינטרוולים (מיכל עצמון)	אימון גופני - ריאות ומחלות נלוות (לב, סוכרת, יל"ד, PVD) (מיכל עצמון)	עקרונות אימון – אירובי ואנארובי (מיכל עצמון)	פתופיזיולוגיה – פיברוזיס, יל"ד, ברונכואקטזיות (דר' סיוון פרל)	הכרת ופענוח בדיקות – תפקודי ריאות מלאים + 6 MWT (דניה חופי)	15-16:30
הפסקה	הפסקה	הפסקה	הפסקה	הפסקה	הפסקה	הפסקה	16:30-17
מינהלות, לוגיסטיקה, רגולציה (רועי משה)	תכנון תכנית אימון פרטנית לפי תיאורי מקרה מובנים ומהשטח (רועי משה)	תרגול מעשי - אינטרוולים (מיכל עצמון)	תרגול מעשי (מיכל עצמון)	עקרונות אימון – אירובי ואנארובי (מיכל עצמון)	פרמקולוגיה – בדגש שימוש במשאפים (דר' סיוון פרל)	הכרת ופענוח בדיקות וסולמות מדידה – CPET, שאלונים (רועי משה)	17-17:45
שאלות / הבהרות סיכום ומשוב (דניה, רועי, מיכל)	תרגול מעשי של תכנית האימון + סולמות מדידה (מיכל עצמון)	דיאטנית – תזונה, הכרת בדיקות וערכים (17:30-19) (שירה פז יגיל)	אינטגרציה – תאוריה וקליניקה (כולל התמודדות עם קוצ"נ) (דניה חופי)	מעשי – אימון (מיכל עצמון)	הכרת ופענוח בדיקות - השלמות (דניה חופי)	המשך + תרגול פענוח תפקודי ריאות (רועי משה)	17:45-19