

מידעון קורס אבחון וטיפול בליקויי יציבה של מערכת השלד-שריר
תאריכים: 17.2.22, 24.2.22, 10.3.22, 24.3.22, 31.3.22

הרציונל / רקע:

יציבה לקויה נפוצה מאוד באוכלוסייה וסיבותיה רבות. יציבה לקויה יכולה לגרום לבעיות בדימוי העצמי, אסתטיקה, כאב, תפקוד לקוי ואף בעיות בריאות שונות. באופן כללי ניתן לחלק את בעיות היציבה לבעיות מבניות (מבנה חוליות שאינו תקין) ולבעיות שאינן מבניות. המטרות העיקריות של קורס היציבה הן: להעניק כלים לזיהוי הליקויים השונים, להעניק כלים לטיפול מיטבי בבעיות שאינן מבניות מתוך מגוון גישות כלליות או ספציפיות כ BSPTS, אלכסנדר, Seas, DNS, Schroth ועוד כולל התאמת טכניקות מקובלות בפיזיותרפיה לטיפול בבעיות אורתופדיות ולהכיר את אפשרויות הטיפול בבעיות המבניות.

מטרות:

1. הפיזיו' יבין את חשיבות היציבה הנכונה, הגורמים המשפיעים עליה ומערכות הגוף המעורבות
2. הפיזיו' יכיר את האפיונים של ליקויי היציבה התנוחתיים
3. הפיזיו' ידע לקבוע אם מגבלות תפקודיות שונות ותסמינים שונים קשורים לליקוי היציבתי
3. הפיזיו' יאבחן ליקויי יציבה תנוחתיים ומבניים
4. הפיזיו' יטפל בליקויי יציבה תנוחתיים ובליקויי יציבה מבניים סגטלים
5. הפיזיו' יבנה תכנית טיפול ספציפית לליקוי היציבתי כולל התאמות לתרגול בקבוצה
6. הפיזיו' יכיר את דפורמציות עמוד השדרה האידאופטיות וסקוליוזיס בפרט (אתיולוגיה, פתוגנזה, פתומכניזם), יכיר את גורמי הסיכון להחמרה בסקוליוזיס וידע לקבוע את סיכון ההחמרה בפתולוגיה זו.

קהל יעד:

הקורס מיועד לפיזיותרפיסטים מוסמכים עם רישיון של משרד הבריאות

דרישות קדם:

- ידע מקדים: אנטומיית שלד שריר, פיזיולוגיה, קינזיולוגיה, ביומכניקה, תרגילים רפואיים
- קריאת חומר הרקע שיועבר למשתלמים לפני ההרצאות
- Bezalel, T., Carmeli, E., Levi, D., & Kalichman, L. (2019). The effect of Schroth Therapy on Thoracic Kyphotic Curve and Quality of Life in Scheuermann's Patients: A Randomized Controlled Trial. **Asian Spine Journal**, 1
- Czaprowski., et al. (2018). Non-structural misalignments of body posture in the sagittal plane. **Scoliosis Spinal Disorders**, 13:6.
- Levi, D., et al. (2019). Acute muscle stretching and the ability to maintain posture in females with adolescent idiopathic scoliosis. **Journal of Back and Musculoskeletal Rehabilitation**, 1.
- Weiss, H.R. (2011). The method of katharina schroth- history, principles and current development. **Scoliosis**, 6:17.

היקף הקורס: 40 שעות

מספר משתתפים: פתיחת הקורס מותנת במינימום של 20 משתתפים ומוגבלת במספר של 24 משתתפים.
מקום: הקורס יתקיים בבית-הספר לפזיותרפיה במרכז הרפואי שמיר (אסף הרופא).

תאריכים: 17.2.22, 24.2.22, 10.3.22, 24.3.22, 31.3.22

שעות: 08:00-16:00

עלות למשתתף: עלות חבר: 3,150 ₪

עלות ללא חבר: 3,550 ₪

הקורס מוגש לגמול השתלמות:

אין העמותה מתחייבת כי הקורס יאושר לגמול השתלמות.

אישור לפתיחת הקורס הוא זמני בלבד ורק הופעתו ב"אלפון קורסים מאושרים" מעידה על הכרתו כקורס המזכה את בוגריו בגמול השתלמות.

* העמותה עושה את מרב המאמצים לשמירה על בריאותכם ובריאות משפחתכם, הקורס המעשי מותנה בהנחיות משרד הבריאות בעקבות התפשטות הקורונה ויועבר בהתאם להנחיות. כל המשתתפים ינהגו בהתאם להנחיות השעה נדרשת אחריות אישית מצד כל משתתף לשמור על בריאותו ובריאות שאר המשתתפים ואין העמותה אחראית על הדבקות במחלה שיגרם למשתתף בתקופת הקורס.

* במהלך הקורס המעשי תוצב עמדת שתיה חמה וקרה, (מזון באחריות המשתתפים).

* לזכאים תשלח תעודה באימייל בפורמט PDF.

המטלות הנדרשות מן הלומדים:

חובת הגשת מבחן

חובת הגשת תאור מקרה במהלך הקורס

תנאים לקבלת תעודה:

חובת נוכחות של 100% מהמפגשים
עמידה במטלות הנדרשות.

מרצים עיקריים :

דרור לוי



- בוגר תואר ראשון בפיזיותרפיה , BPT אוניברסיטת ת"א(1996)
- בוגר תואר שני בחינוך גופני , MPE ווינגייט(2014)
- מרצה באוניברסיטת אריאל בשומרון
- מרצה באוניברסיטת תל אביב- תל השומר
- חוקר בתחום היציבה
- עוסק בטיפול בליקויי יציבה ודפורמציות עמוד שדרה החל משנת 1996.
- בוגר קורס **Schroth** וקורס Schroth מתקדמים(2002)
- מדריך בינלאומי בשיטת BSPTSמביה"ס של ברצלונה לטיפול בעקמות עמוד השדרה (החל מ 2011)
- ממקימי בית הספר הישראלי ליציבה ולעקמת ISPTS (2012)
- עובד כפיזיותרפיסט ב- "מכבי שירותי בריאות", מחוז השפלה-ירושלים (החל מ 1996)
- רכז ומוביל ידע ארצי של תחום היציבה ב- "מכבי שירותי בריאות" החל מ 2010
- עובד בקליניקה פרטית לטיפול יציבה ועקמת - משנת 2001
- מדריך קליני לפיזיותרפיסטים מטעם עמותת הפיזיותרפיה - החל מ 2000
- מרצה בקורסים, ימי עיון, סדנאות וכנסים של מטפלי יציבה
- בוגר קורסים רבים בתחום הטיפולים האורתופדים, כולל קורסים ייחודיים ליציבה
- חבר בקבוצת העניין הארצית ליציבה נכונה ודפורמציות עמוד שדרה
- חבר בקבוצה הבינלאומית SOSORT לטיפול ושיקום בבעיות עמוד שדרה אורתופדיות

פרסומים:

Bezalel, T., Carmeli, E., Levi, D., & Kalichman, L. (2019). The effect of Schroth Therapy on Thoracic Kyphotic Curve and Quality of Life in Scheuermann's Patients: A Randomized Controlled Trial. **Asian Spine Journal**, 1

Levi, D., et al. (2019). Acute muscle stretching and the ability to maintain posture in females with adolescent idiopathic scoliosis. **Journal of Back and Musculoskeletal Rehabilitation**, 1.

- בעלת תואר ראשון בפיזיותרפיה, BPT, אוניברסיטת תל אביב (1993)
- מומחית בטיפול בליקויי יציבה ועקמת בשיטת Schroth – ברצלונה (משנת 2001)
- בעלת "שדרה" קליניקה פרטית לפיזיותרפיה המתמחה בטיפולים אורתופדיים ובטיפולי יציבה (הוקמה בשנת 2000)
- מדריכה בינלאומית בשיטת BSPTS
- – Barcelona School Physiotherapy scoliosis ד"ר ריגו, ברצלונה.
- ממקימי בית הספר הישראלי ללימודי יציבה ועקמת בישראל 2012 ISPTS
- עבדה במרכז שיקום חולים נוירולוגיים ביפו, במחלקת שיקום בבית חולים איכילוב ובקופ"ח מכבי בתחום האורתופדי התמחויות נוספות בתחום האורתופדיה הכללית, רצפת אגן ונוירולוגיה.
- חברה בקבוצת העניין הארצית ליציבה נכונה ודפורמציות עמוד שדרה
- חברה בקבוצת עניין הבינלאומית SOSORT - לטיפול ושיקום ליקויי עמוד שדרה

איריס בראז



- בוגרת תואר ראשון, BPT, אוניברסיטת ת"א (1990)
- בוגרת קורסים נרחבים בשיטות טיפול אורתופדיות מייטלנד, מאליגן ומקנזי במבוגרים ובילדים, בוגרת קורס ד"ר מאזרי לשיקום נשימתי בילדים
- בוגרת קורס שרוט בסיסי ומתקדם משנת 2001
- בוגרת קורס מדריכים בינלאומיים לשיטת שרוט Schroth מטעם בית הספר בברצלונה, BSPTS משנת 2011
- מורה ומדריכה בקורס לטיפול בעקמת בישראל במסגרת בית הספר הישראלי ליציבה ולעקמת ISPTS -
- שותפה פעילה בכנסי עקמת בינלאומיים סדנאות וימי עיון בארץ ובחו"ל
- מרכזת תחום יציבה ועקמת במחוז דרום של מכבי שרותי בריאות משנת 2008
- מייסדת וחברה בקבוצה הבינלאומית SOSORT משנת הקמתה (2004)

ליאת שדות



- בעלת תואר שני בפיזיותרפיה, MScPT אוניברסיטת ת"א (2005)
- מומחית בטיפול בליקויי יציבה ועקמת בשיטת Schroth ברצלונה (משנת 2001)
- מדריכה בינלאומית בשיטת BSPTS-ד"ר ריגו, ברצלונה (משנת 2011)
- ממקימי בית הספר הישראלי ליציבה ולעקמת ISPTS
- התמחויות נוספות בתחום האורתופדיה, הטיפולים המנאליים והניורולוגיים. מורה לפילטיס מזרון מבית הספר. Beducation
- מלמדת בבתי הספר לפיזיותרפיה באוניברסיטת ת"א ובמכללת סמינר הקיבוצים למורים לחינוך גופני, קורסים בנושא האבחון והטיפול בבעיות יציבה כלליות.
- עבדה במכוני פיזיותרפיה בשרותי בריאות כללית בטיפול עקמת ובעיות יציבה (1993-2001)
- עובדת בבית חולים לשיקום גריאטרי של קופח כללית "בית רבקה" משנת 1993
- עובדת בקליניקה פרטית לטיפול יציבה ועקמת משנת 2001
- ממקימי וחברה בעמותה הבינלאומית לטיפולים שמרניים (הלא ניתוחיים) בעקמת SOSORT
- משתתפת ומציגה בכנסים הבינלאומיים של העמותה (SOSORT) ופרסמה ב Scoliosis Journal.

ליאור ניהאוז סולם



* כמחצית מהזמן יועבר הקורס ע"י שני מרצים.

פירוט תכני הקורס: (סילבוס)

מפגש ותאריך	שעה	נושא	מרצה
מפגש 1 17.02.22	8:00-9:30	התכנסות הרשמה ושיחת היכרות ופתיחה יציבה מבוא: הגדרות, חשיבות, גורמים ומערכות המשפיעים על היציבה, סיבות ליציבה לקויה, מגבלות תנועה עקב מבנה לקוי לעומת מגבלות תנועה במבנה תקין, התפתחות וגדילה, בעיות בהערכת יציבה.	ליאור ניהאוז סולם
	9:30-10:00	הפסקה	
	10:00-11:30	מבנה עקמות עמוד שדרה בכל המישורים, טווחי נורמות, צילומי רנטגן ומדידות (Cobb, CSL, Apexes), אזורי מעבר ואיזון, זוויות אגן, דפורמציות וריסר),	איריס בראז
	11:30-12:00	הפסקה	
	12:00-13:30	תרגול מעשי מדידות רנטגן, שימוש באפליקציות.	ליאור ניהאוז סולם
	13:30-14:00	הפסקה	
	14:00-16:00	בדיקה: הסתכלות בעמידה כולל קו אנך ושימוש באינקלינומטר	איריס בראז

דרור לוי	Sway back, הכרות עם תבניות ליקויי היציבה הקלאסיות: hypo Kyphosis ,hyper Kyphosis and/or Lordosis ,and/or Lordosis, Flat back, Asymmetrical posture	08:00-09:30	מפגש 2 24.02.22
	הפסקה	9:30-10:00	
דרור לוי	FHP, נגזרות של תבניות הליקוי: postural round back, Hollow back, back inversion, Rigid posture, Scapular dyskinesia	10:00-11:30	
	הפסקה	11:30-12:00	
דרור לוי	Scheuermanns' Disease, פתולוגיות קשורות: Scheuermann type II, Congenital Kyphosis or Lordosis, Senile Kyphosis, Syndromic Kyphosis, Secondary Lordosis, Reactive Kyphosis or Lordosis, Klippel feil Syndrome, Sprengles Deformity של בית החזה והצלעות: Excavatam, Pectum Pectum Carinatum, chest rotational deformity, Flare ribs, syndrome Poland	12:00-13:30	
	הפסקה	13:30-14:00	
דרור לוי וליאת שדות	בדיקה קלינית לפי טופס ייעודי, אנמנזה, הסתכלות, טווחים, גמישות, כוח, אנטרופומטריה, בדיקות יחודיות (אדמס, שובר, נשימה, OWT) תרגול מעשי עקרונות טיפול כלליים: יציבות עמוד שדרה מול תנועה, מנחים מתוקנים, התארכות, מאפייני שרירים (סיבולת, אורך, אקטיביות), מודעות וידע המטופל על עצמו, למידה מוטורית.	14:00-16:00	
ליאור ניהאוז סולם ואיריס בראז	מנחים ופתולוגיות הקשורים לSWAY BACK, מהות הליקוי, השלכות ובניית תוכנית טיפול	08:00-09:30	מפגש 3 10.03.22
	הפסקה	9:30-10:00	
ליאור ניהאוז סולם ואיריס בראז	תרגול: תבניות תקינות של נשימה, תנוחות ומנחי תיקון, יצוב אגן וגו והתארכות	10:00-11:30	
	הפסקה	11:30-12:00	
ליאור ניהאוז סולם ואיריס בראז	OR/LORDOSIS & HYPERKYPHOSIS, מהות הליקוי, הבדלים בין ליקויים דפורמטיביים לתנוחתיים, השלכות, מחוכים, בניית תוכנית טיפול	12:00-13:30	
	הפסקה	13:30-14:00	
ליאור ניהאוז סולם ואיריס בראז	תרגול: טכניקות לפתיחת נוקשות (מנואלי, תמיכות פסיביות ותרגול עצמי), מנחי תיקון במצבים השונים	14:00-16:00	
דרור לוי וליאת שדות	מנחים ופתולוגיות הקשורים לHYPOKYPHOSIS, FLAT BACK, כולל OR/LORDOSIS & הבדלים בין אזורים נוקשים לתנועתיים, השלכות, בניית תוכנית טיפול	08:00-09:30	מפגש 4 24.3.22
	הפסקה	9:30-10:00	
דרור לוי וליאת שדות	תרגול: איזון בין נוקשות לתנועה (מנואלי, תמיכות פסיביות ותרגול עצמי), מנחי תיקון במצבים השונים	10:00-11:30	

	הפסקה	11:30-12:00	
דרור לוי וליאת שדות	תבניות נוספות: אסימטריה תנוחתית, ליקויים פריפריים LORDOSIS, POSTURAL ASIMMETRY, TOTAL ROUND BACK תרגול תנחות מתוקנות לכל הליקויים ותפקוד בתיקון	12:00-13:30	
	הפסקה	13:30-14:00	
דרור לוי וליאת שדות	איסוף גורמי סיכון ודגלים אדומים אסטרטגיות טיפול כולל טיפול בקבוצה חלוקת תאורי מקרה לזוגות המשתתפים	14:00-16:00	מפגש 5 31.3.22
ליאת שדות	הצגת תאורי מקרה לפי זוגות	08:00-09:30	
איריס בראז	הפסקה	9:30-10:00	
ליאור ניהאוז סולם	המשך הצגת מקרים לפי זוגות	10:00-11:30	
	הפסקה	11:30-12:00	
איריס בראז	תצפית על בדיקה וטיפול במטופל	12:00-13:30	
	הפסקה	13:30-14:00	
דרור לוי	עקמת SCOLIOSIS 3D DEFORMITY אתילוגיה, פתוגנזה, פתומכניזם, גורמי סיכון שניתנים לשינוי ושאינם ניתנים לשינוי, גורמים מנציחים וגורמי תועלת	14:00-16:00	

דרכי ההוראה הנקוטות בקורס:

הרצאות פרונטליות עיוניות/ תרגול ולימוד מעשי/ צפייה בבדיקה וטיפול של מטופל חיצוני

ביבליוגרפיה:

Asthan-Miller, J.A., McGlashen, K.M., & Schultz, A.B. (1992). Trunk positioning accuracy in children 7-8 years old. **Journal of Orthopaedic Research**, 10, 217-225.

Azadinia, F., Kamyab, M., Behtash, H., et al. (2013). The validity and reliability of non- invasive methods for measuring kyphosis. **Spinal Disorders and techniques**, 31.

Baker, KG. (1988). Scheuermann's Disease: A Review. **The Australian Journal of Physiotherapy**, 34 (3), 165-169.

Bansal, S., Katzman, Wb., & Giangregorio, L. (2014). Exercise for improving age- related hyperkyphotic posture: a systematic review. **Arch Phys Med Rehabil**, 95(1), 129-140.

Bezalel, T., Carmeli, E., & Kalichman, L. (2019). Scheuermann's Disease: Radiographic Pathomorphology and Association with Clinical Features. **Asian Spine Journal**, 13 (1), 86-95.

Bezalel, T., Carmeli, E., Levi, D., & Kalichman, L. (2019). The effect of Schroth Therapy on Thoracic Kyphotic

Curve and Quality of Life in Scheuermann's Patients: A Randomized Controlled Trial. **Asian Spine Journal**, 1.

Burwell, R.G., (2003). Aetiology of Idiopathic Scoliosis: Current Concepts. **Pediatric Rehabilitation**, 6, 3-4, 137-170.

Calvo-Muñoz., et al. (2012). Preventive physiotherapy interventions for back care in children and adolescents: a meta-analysis. **BMC Musculoskeletal Disorders**, 13:152

Cobb, J.R. (1948). Outline for the study of scoliosis. In American Academy of Orthopaedic Surgeons, **Instructional Course Lectures**. St. Louis: C.V. Mosby: 261-275.

Czaprowski., et al. (2018). Non-structural misalignments of body posture in the sagittal plane. **Scoliosis Spinal Disorders**, 13:6.

Czaprowski, D., Plawlowska, P., Gebicka, A., et al. (2012). Intra- and interobserver repeatability of the assessment of anteroposterior curvatures of the spine using Saunders digital inclinometer. **Journal of Ortopedics, Traumatology and Rehabilitation**, 14(2): 145-153.

Czaprowski, D., et al. (2011). Joint hypermobility in children with idiopathic scoliosis: SOSORT award 2011 winner. **Scoliosis**, 6:22.

Cuéllar, JM., & Lanman TH. (2017). "Text neck": an epidemic of the modern era of cell phones?. **The Spine Journal**.

Dangerfield, P.R., (2003). The classification of spinal deformities. **Pediatric Rehabilitation**, 6, 3-4, 133-136.

Gaudé, M., et al. (2018). Long term prognosis of Scheuermann's disease: The association with fragility fracture- The MINOS cohort. **Bone**, 117, 116-122.

Glassman ,Impact of a positive sagittal balance in an adult **Spine**,2005;15,30(18).2024-9

Greendale, GA., et al. (2011). The reliability and validity of three non-radiological measures of thoracic kyphosis and their relations to the standing radiological Cobb angle. **Osteoporos Int**, 22, 1897–1905

Grimmer, K., Dansie, B., Milanese, S., Pirunsan, U., & Trott, P. (2002). Adolescent standing postural response to backpack loads: A randomized controlled experimental study. **BMC Musculoskeletal Disorders**, 17, 3:10.

Gurney, B. (2002). Leg length discrepancy. **Gait Posture**, 15, 2, 195-206.

Kendall, F.P., & McCreary , E.K. (1993). **Muscle Testing and Function** (4th ed.). Baltimore: Williams & Wilkins.

Lehnert-Schroth, C. (1992). Intruduction to the three-dimensional scoliosis treatment according to schroth. **Physiotherapy**, 78, 11, 810-815.

- Levi, D., et al. (2019). Acute muscle stretching and the ability to maintain posture in females with adolescent idiopathic scoliosis. **Journal of Back and Musculoskeletal Rehabilitation, 1**.
- Lonstein, J.E. (1994). Adolescent idiopathic scoliosis. **The Lancet, 344**, 1407-1412.
- Magee, D.J. (2002). **Orthopedic Physical Assessment** (4th ed.). USA: Elsevier sciences.
- Page, P. (2012). Current concepts in muscle stretching for exercise and rehabilitation. **The International Journal of Sports Physical Therapy, 7 (1)**, 109-119.
- Perdriolle, R., & Vidal, J. (1985). Thoracic idiopathic scoliosis curve evaluation and prognosis. **Spine, 10**: 785-791.
- Proske, U. (2006). Kinesthesia: The role of muscle receptors. **Muscle & Nerve, 34**, 545-558.
- Richardson C.A., Jull G.A. (1995). Muscle control- pain control. What exercises would you prescribe? **Manual Therapy 1**, 2-10.
- Rigo. M. & Grivas T.B. (2010). "Rehabilitation schools for scoliosis" thematic series: describing the methods and results. **Scoliosis, 5:27**.
- Risser, J.C. (1958). The iliac apophysis: An invaluable sign in the management of scoliosis. **Clinical Orthopaedic and Related Research, 11**: 111-119, 1958
- Smith A., O'sullivan, p., & Straker, L. (2008). Classification of sagittal thoraco- pelvic alignment of the adolescent spine in standing and its relationship to low back pain. **Spine, 33(19)**, 2101-2107.
- Soo, C.L., Noble, P.C., & Esses, S.I. (2002). Scheuermann kyphosis: long term follow up. **Spine, 2**, 49-56.
- Stricker, J.S., & Terrance, H. (2004). Evaluation of leg length discrepancy in children. **International Pediatrics, 19**, 134-142
- Tribus, C.B. (1998). Scheuermann's kyphosis in adolescents and adults: diagnosis and management. **American Academy of Orthopaedic Surgeons, 6**, 36-43.
- Weinstein, S.L. (2001). **The pediatric spine- principles & practice** (2nd ed.). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Weiss, H.R. (2011). The method of katarina schroth- history, principles and current development. **Scoliosis, 6:17**.

*הנרשמים לקורס יחתמו בתחילת הקורס כי הם יודעים:

בנוגע לאי חריגה מההנחיה המתייחסת לשעות הלימוד במהלך יממה

(משתלם יכול ללמוד במפגש שיכלול עד 8 שעות ביממה לכל היותר,
בימים א'-ה', בין השעות 08:00 ל- 22:00 ובימי ו' בין השעות 08:00-13:00)
וכי ניתנת אפשרות למשתלם ללמוד בקורס אחד או ביותר מקורס אחד במהלך יממה,
במוסד אחד או ביותר ממוסד אחד במהלך יממה אחת, ובלבד שלא יעלה מניין שעות הלימוד על 8 שעות לימוד ביממה למשתלם.

לשימוש המשרד:

שם המשתלם: _____ תאריך: _____ חתימה: _____