

קורס מדריכות הכנה ללידה

3.1.19-21.2.19 ימי ה' בשעות 8:30-16:30 בי"ס לפיזיותרפיה אסף הרופא

לימודי פיזיולוגיה של ההריון, שלבי הלידה ומשכב הלידה. לידות מיוחדות- מרובות עוברים, לידות פגים, לידות קיסריות התערבויות בלידה, ניטור בלידה, אמצעים להתמודדות עם כאב.

כמו כן, הכנה וליוי רגשי בלידה, תקשורת זוגית בלידה ואחריה, זכויות היולדת, הנחיית קבוצות, הנחיה לבניית קורס הדרכה להנקה ודיכאון לאחר לידה

הקורס יכלול התנסות מעשית בנשימות, תנוחות, תנועתיות, מגע, שימוש בצעיפים.

בקורס תרצנה רופאות, מיילדות, מדריכות הנקה, דיאטנית ועוד נשות מקצוע בעלות ידע רב. כמו תשולבנה הרצאות אורח בנושאים שונים.

הקורס יתקיים במשך 8 מפגשים בימי חמישי, בביה"ס לפיזיותרפיה אסה"ר בשעות 08:30-16:30
סה"כ 64 שעות, מוגש לגמול השתלמות, חובת נוכחות של 100%.

קהל היעד: פיזיותרפיסטיות, **משתתפות:** 12-30 **ספרות מומלצת:** טבעי לידת, לידה פעילה, אהבה בראי המדע

עלות הקורס: 3,450 ₪ לחבר עמותה, 4,200 ₪ למי שאינו חבר.

לתקנון ביטולים [לחץ כאן](#)

להרשמה [לחץ כאן](#)

מטרות הקורס:

- הפיזיותרפיסטית תרכוש ידע על הפיזיולוגיה של ההריון, שלבי הלידה, ניהול הלידה בחדר לידה, אמצעים להתמודדות עם כאב, משככי כאב, התערבויות בלידה, לידות מכשירניות, לידות קיסריות ועוד.
- הפיזיותרפיסטית תרכוש ידע בנושאי הכנה וליוי רגשי בלידה – זוגיות, תקשורת זוגית בלידה ואחריה, דיכאון לאחר לידה.
- הפיזיותרפיסטית תרכוש ידע בתזונה מותאמת להריון ולאחר לידה.
- הפיזיותרפיסטית תרכוש ידע בהכנה והדרכה להנקה.
- הפיזיותרפיסטית תרכוש ידע בבניית קורס, בהנחיית קבוצות.
- הפיזיותרפיסטית תכיר ותלמד אמצעים שונים להקלה על כאב- נשימות, תנוחות, תנועות, שימוש בצעיפים, ואמצעים נוספים.

הקורס יימשך 8 מפגשים, בימי חמישי, בבית הספר לפיזיותרפיה באסף הרופא, בשעות 8:30-16:30, ויוגש להכרה לגמול השתלמות. עבודת גמר תוגש בסוף הקורס

רכזות אקדמיות של הקורס: מירלה בבצ'ק, רונית בן אליהו,

פיזיותרפיסטיות לשיקום רצפת האגן, מדריכות להכנה ללידה, חברות בועדת ההיגוי של קבוצת העניין בבריאות האישה בפיזיותרפיה בישראל.

סילבוס קורס מדריכות להכנה ללידה 2019:

מפגש ראשון: 3/1/19:

08:00-09:00 רונית ומירלה - מבוא לקורס
09:00-16:30 דר' שרון פרלמן, מומחית ביילוד ובגניקולוגיה בבית חולים בלינסון:
פיזיולוגיה של ההריון שלבי הלידה, התערבויות בלידה, הרדמה מיילדותית, לידות מרובות עוברים, לידות פגים, לידות קיסריות משכב לידה.

מפגש שני: 10/1/19:

08:30-16:30 לורן ענבר, מיילדת בבי"ח מאיר:

- ✓ המסע של היולדת ממיון יולדות לתוך חדר לידה ואחרי הלידה
- ✓ התערבויות טיפוסיות
- ✓ לידות מורכבות
- ✓ עבודת המיילדת
- ✓ איך "רוב" הנשים יולדות
- ✓ ה"מערכת" בחדר לידה
- ✓ חשיבות התקשורת בתוך חדר לידה
- ✓ מוניטור
- ✓ משככי כאבים בחדר לידה

מפגש שלישי: 17/1/19:

רונית קופליס, מיילדת בית, חברה בארגון אמה"י, ממקימות נשים קוראות ללדת:
08:30-10:30 לידה פיזיולוגית: שלבי הלידה, מעבר התינוק בתעלת הלידה, חשיבות הפרשת הורמוני המין, hands off בלידה, מתי לצאת מהבית.

11:00-12:00 הכאב בלידה - תאוריית השער. משככי כאבים אלטרנטיביים
12:30-14:00 אם תינוק: ניתוק חבל טבור, הפרדה ומניעת דיכאון שלאחר לידה
14:30-16:30 סדנה מעשית: תנועתיות תנוחות ומגע בלידה. דמיון מודרך

מפגש רביעי: 24/1/19

08:30-10:00 רונית- רצפת האגן בהריון, לידה, לאחר לידה- בעיות שלד-שריר- הרצאה
10:30-12:00 רונית - רצפת האגן בהריון, לידה, לאחר לידה- בעיות שלד-שריר- תרגול מעשי.
12:30-14:30 פאולה אג'י ורבקה רוזנשטיין: הרצאת מבוא- היפנוברת'ינג, משפטי העצמה ללידה
15:00-16:30 אירית פלקוביץ- ממייסדות "אמאלדת"- מרכז להכשרת דולות ומדריכות הכנה ללידה: תפקיד הדולה בלידה

מפגש חמישי: 31/1/19

08:30-10:30 דר' גבי אייזנברג - דיכאון לאחר לידה
11:00-16:30 מיכל רוזן, מיילדת, עוסקת בליווי רגשי בשדה הלידה:
✓ מגדר וזכויות נשים
✓ ליווי מיילדותי ורגשי בהריון
✓ אלימות מיילדותית
✓ סקירה של ביקור בחדרי לידה ביפן

מפגש שישי: 7/2/19

08:30-14:00 מיכל אוסרי בן אור, מטפלת משפחתית וזוגית, מנחת הורים:
✓ מיומנויות הנחייה
✓ עבודה רגשית בקבוצה
✓ שלבי הקבוצה
✓ בניית קורס
14:30-15:00 רונית ומירלה: שלבי הלידה- תנוחות, תנועות, נשימות, מגע- מעשי
15:00-16:30 מירלה בבצ'ק: פעילות גופנית בהריון ולאחר לידה

מפגש שביעי: 14/2/19

08:30-10:00 רונית ומירלה- תמיכה בלידה מעולם הרפואה המשלימה
10:30-12:30 מיטל בן עזר- תזונה בהריון ולאחר לידה
13:00-14:30 תמי שגב, פיזיותרפיסטית, מדריכת הנקה: הדרכה להנקה
15:00-16:30 תמי שגב- הדרכה להנקה

מפגש שמיני: 21/2/19

08:30-10:30 רונית ומירלה- סדנת ריבוז- בהריון, לאחר לידה
11:00-12:30 הרצאת אורח- המשך יבוא...
13:00-15:00 הצגת עבודות סיום
15:30-16:30 סיום ותעודות

** ייתכנו שינויים קלים במועדי ההרצאות.

המרצות המשתתפות בקורס:

מירלה בבצ'ק, 052-5237022

פיזיותרפיסטית (BA) 1984, תואר שני (MA) 2001 בלימודי נשים ואומנויות.

חברה בועדת ההיגוי של קבוצת העניין בבריאות האישה בפיזיותרפיה בישראל.

בוגרת קורסים רבים הקשורים בבריאות האישה: שיקום רצפת אגן, הכנה ללידה, קורסי ייעוץ לפעילות גופנית, קורס טיפולים אורתופדיים באישה ההרה.

מרצה בקורסים ליוגה בהריון, דולות ומדריכות להכנה ללידה, הרצאות למיילדות ורופאים.

כיום עובדת בקופת חולים מכבי, ובעלת קליניקה פרטית בהרצליה בשיקום רצפת האגן וייעוץ לפעילות גופנית.

רונית בן אליהו, 054-4472413

פיזיותרפיסטית BPT משנת 1984, חברה בועדת ההיגוי של קבוצת העניין בבריאות האישה בפיזיותרפיה בישראל.

בוגרת קורסים רבים הקשורים בבריאות האישה: שיקום רצפת אגן, מדריכות להכנה ללידה, טיפולים אורתופדיים באישה ההרה, קורס מורות ליוגה נשית.

מרצה בקורסים ליוגה בהריון, פעילות גופנית בהריון, דולות ומדריכות להכנה ללידה, הרצאות למיילדות.

בעלת קליניקה פרטית בגן יאשיה ובתל אביב, מטפלת בנשים בכל מעגל החיים, בתחומים של שיקום רצפת אגן, שיקום אורתופדי, כולל הריון ולאחר לידה.

ד"ר שרון פרלמן:

רופאה בכירה ביחידת האולטרסאונד המיילדותי והגינקולוגי בבית חולים בילינסון.

מומחית ביילוד וגינקולוגיה עם התמחות ייחודית באולטרסאונד מיילדותי וגינקולוגי.

בוגרת הפקולטה לרפואה בירושלים. התמחות בבית חולים קפלן.

עוסקת במחקר קליני בתחום אבחון מומים מולדים בעובר, אולטרסאונד בחדר לידה וטרומ לידה כולל שימוש בביופידבק בעזרת אולטרסאונד.

ד"ר גבי אייזנברג רומנו:

פסיכיאטרית מומחית בכירה, מנהלת השירות לבריאות הנפש של האישה בבי"ח איכילוב בת"א – השירות הציבורי הוותיק והגדול ביותר בארץ בתחום זה. ד"ר אייזנברג רומנו מתמחה בעבודתה הקלינית באבחון, יעוץ וטיפול פסיכיאטרי ופסיכולוגי לנשים בשלבים שונים במעגל הפריור כגון: טיפולי פוריות ותקופת קדם ההריון, תקופת ההריון, התקופה שלאחר הלידה והנקה והפרעות סביב שינויים הורמונליים שאינם קשורים להריון-כגון: תסמונת קדם וסתית וגיל המעבר.

לורן ענבר:

מיילדת מזה 18 שנה בבית חולים מאיר, מדריכה קלינית במסגרת חדר לידה. בוגרת הכשרת BOT מסלול מורחב. בעברה רכזת קורס מיילדות באזור הצפון. מכינה ללידה בקבוצות ובאופן פרטני, מלווה תהליכים רגשיים הקשורים לעולם הלידה באופן פרטני. מעבירה סדנאות והרצאות במסגרות של לימודי מיילדות ולימודים הקשורים להריון ולידה.

רונית קופליס:

אחות מיילדת מוסמכת משנת 1985, מיילדת לידות בית משנת 1989 חברה בארגון אמה"י - ארגון מיילדות הבית ישראל, ממקימות נשים קוראות ללדת, בעלת בית ספר לדולות משנת 2005, בעלת "קליניקה קהילתית לנשים" מלווה תהליכי ריפוי והעצמה אישיים.

מיכל רוזן:

מיילדת מוסמכת. מעל 16 שנה מקדמת בריאות נשים, מייסדת ומנהלת 'קוֹרָה - קליניקה וקהילה לנשים' בתל אביב. מנחה מעגלי ידע למתבגרות בנושא התבגרות מינית ופריון. עבדה כמיילדת, RN, MN, במרכז הרפואי מעיני הישועה. עובדת במרכז הרפואי 'אסותא הציבורי' באשדוד. עוסקת בליווי רגשי בשדה הלידה, ומדריכת הנקה. בימים אלו מסיימת לימודי תואר שני בחוג ללימודי נשים ומגדר-אוניברסיטת חיפה.

מיכל אוסרי בן אור:

פיזיותרפיסטית לשעבר, מדריכת הכנה ללידה, מטפלת זוגית ומשפחתית ומדריכת הורים. מקימת בשביל המשפחה- ייעוץ והדרכה לזוגות, להורים ולאנשי מקצוע. בוגרת אוניברסיטת בן גוריון, סמינר הקיבוצים ומכון "שינוי".

אביגיל פורת:

פיזיותרפיסטית מ-2008, מדריכת הכנה ללידה, יועצת הנקה במסלול IBCLC עם סטאז' בבית חולים נהריה. כיום מעבירה הדרכה ליולדות במרכז רפואי העמק. מוסמכת כמורשת נגישות השירות מטעם משרד המשפטים ומשרד הרווחה והשירותים החברתיים. מורשה נגישות הוא בעצם שליח מטעם נציבות שוויון זכויות לאנשים עם מוגבלות, ומטרתו לשפר להטמיע ולמנף את זכויותיהם של אנשים עם מוגבלות.

תמי שגב ארז:

פיזיותרפיסטית בוגרת אוניברסיטת תא [B.PT](#) עובדת במכון פיזיותרפיה במכבי שרותי בריאות מזה 12 שנה. מדריכת הכנה ללידה.

מדריכת הנקה במועדון הנקה חלב אם במסלול מנטורינג ל-IBCLC

מיטל עזר: דיאטנית קלינית וספורט B.Sc מחלקת התזונה הקלינית והספורט במדיקס, מלווה ספורטאים בכירים וקהל רחב בליווי אישי, זוגי ומשפחתי - הכולל מדידות, יעדים ומעקב -בניית תוכנית תזונה אישית, ייעוץ לילדים, בני נוער, צעירים ומבוגרים כאחד.

אירית פלקוביץ:

פעילה בתחום הסב-לידתי מעל 30 שנה, מכשירה נשות מקצוע בתחומים אלה. מדריכת הכנה ללידה ודולה פעילה, מורה ליוגה ייעודית לשיטתה "בשנת הלידה" (ע"פ הפיזיולוגיה). תומכת, מלווה, מאפשרת עיבוד פיזי ורגשי של חוויות ותהליכי פריון, הריון, הלידה עצמה, וראשית ההורות רכזת אקדמית של "המרכז הישראלי לחינוך ללידה" בו יצרה את המודלים להכשרות המקצועיות למקצועות ליווי נשים בהריון ובראשית ההורות מייסדת "אמאלדת" עם גילה רונאל, להכשרת דולות ומדריכות הכנה ללידה ממקימות "מעגל משפחתי" - מרכז הריון לידה והורות רכזת פעילויות פיזיות ב"דיאדה".

פאולה אג'י:

חברת סגל היפנוברתינג בינלאומי, מייסדת ומדריכה בכירה בשיטת פשוט ללדת, מכשירה מדריכות ותומכות בארץ ובחו"ל. דולה ומטפלת בנשים שעברו טראומה בלידה.

רבקה רוזנשטיין:

מייסדת ומדריכה בכירה ודולה בשיטת פשוט ללדת. מכשירה מדריכות ותומכות בשיטה. מורה ליוגה מזה 25 שנה, מתמחה בנשים בהריון.