



קורס "דיקור יבש" (dry needling) לפיזיותרפיסטים

חשיבות הקורס

דיקור יבש הינה טכניקה העושה שימוש במחטים כדי להשיג השפעה טיפולית. להבדיל מדיקור סיני (אקופונקטורה), בשיטה זאת מסתמכים על הפרדיגמה המערבית בהבנת תהליכים פיזיולוגיים וניורופיזיולוגיים ובהשפעת הדיקור על תהליכים אלו. הגישה הטיפולית מתמקדת בדיקור באזור trigger points ובהשפעה על כאב. דיקור מערבי הינה טכניקה מקובלת בפיזיותרפיה במדינות רבות בעולם ואף מתקיימת קבוצת עניין בארגון הפיזיותרפיה העולמי בנושא רשימה חלקית של המדינות: אנגליה, אוסטרליה, קנדה, הולנד, אירלנד, דרום אפריקה, שוויץ, ספרד, ניו זילנד, מדינות סקנדינביה, ובחלק ממדינות ארה"ב. בישראל התקיימו קורסים בדיקור מערבי, ע"י האיגוד לרפואה מוסקולוסקלטלית בהר"י. בקורסים אלו השתתפו פיזיותרפיסטים רבים שהעלו את הצורך בקורס ייעודי לפיזיותרפיסטים.

מרצה : גל סלע פיזיותרפיסט (B.Sc.,MPhys), חבר בקבוצת העניין של העמותה לקידום הפיזיותרפיה בישראל וארגון הפיזיותרפיה הדרום אפריקאי בתחום ה-dry needling. מרצה באוניברסיטת חיפה בקורסי לפיזיותרפיה. מלמד דיקור תוך שרירי מזה 2011 שנים בקורסים שהתקיימו בישראל ומתרגל 2009 שנים.

הקורס פתוח ל 18 איש ללא מתרגל ו-30 עם מתרגל. דרישות ממקום הקורס: כיתה עם אפשרות למשתתפים לכתוב (שולחנות או כסאות סטודנט כמספר המשתתפים), חדר תרגול עם מיטה לכל 2 משתתפים. 2 כריות וסדינים לכל מיטה, שקית אשפה לזבל ביולוגי, "עמדות דיקור": שולחן או עגלה להנחת ציוד ליד כל מיטה, מקרן למחשב, מסך ורמקולים.

תכנית קורס - דיקור יבש

שם המרצה	נושא	שעות		תאריך	יום	מפגש מס'
		עד שעה	משעה			
גל סלע	סקירה היסטורית, דיקור שטחי נירופיזיולוגיה של כאב	10:00	08:00	11.03.18	א	1 דיקור שטחי ונקודות הדק, דיקור עמוק ירך
גל סלע	קונטרה אינדיקציות מוחלטות ויחסיות, אתיקה בדיקור, "איך מטופלים מגיבים לדיקור", גודל המחטים וארגון אזור עבודה	11:15	10:15			
גל סלע	השפעה של דיקור על "כאב", טכניקת החדרת המחט, טכניקת דיקור רקמה, צלקות שטחי-מעשי	12:00	11:15			
גל סלע	CASE STUDY: Use of SDN in Clinical Setting	12:30	12:00			
גל סלע	כאב מיופציאלי Trigger point: השפעה המטולוגית, טכניקת דיקור עמוק "שריר"	14:15	13:30			

גל סלע	דיקור עמוק של Gluteus Maximus, Gluteus Medius, Gluteus Minimus, Piriformis, תרגול: דיקור ישבן.	16:00	14:15			
גל סלע	חשיבה קלינית בדיקור עמוק: התפקיד של אנטגוניסט ואגוניסט	8:30	08:00	12.03.18	ב	2 דיקור באסכולות שונות דיקור עמוק גב, צוואר
גל סלע	דיקור ותרגול Lumbar spine	10:00	8:30			
גל סלע	Cervicalgia Headache :Cervicalgia -דיקור הצוואר, תרגול: דיקור צוואר	12:00	10:15			
גל סלע	Chann Gunn	12:30	12:00			
גל סלע	CASE STUDY: RADICULAR PAIN	14:00	13:30			
גל סלע	דיקור ותרגול Upper trap, Lower Trap, Levator, Rhomboid	15:30	14:00			
גל סלע	דיקור שריר בית החזה (Pecs, Lats, Teres Maj) תרגול: דיקור שרירי חזה	16:00	15:45			

גל סלע	בעיות שרירי הכתף Rotator cuff	8:30	08:00	15.03.18	ה	3 דיקור כתף, ירך
גל סלע	דיקור שרירי הכתף, תרגול: דיקור שירי כתף (Rotator Cuff)	10:00	8:30			
גל סלע	דיקור: ירך קדמי (TFL, Pectinous, Sartorius, Iliopsoas)	12:00	10:15			
גל סלע	CASE STUDY: ARTHRALGIA	12:30	12:00			
גל סלע	דיקור ירך קדמי, פנימי (Adductors, Quads)	15:00	13:30			
גל סלע	דיקור ירך אחורי (Hamstrings)	16:00	15:00			
גל סלע	Tensegrity והשפעתו על נקודות הדק	9:00	08:00	18.03.18	א	4 דיקור שרירי גפה עליונה, וכף רגל
גל סלע	דיקור שרירי הזרוע (Deltoids, Biceps, Brachialis, Triceps), ותרגול (Anconeus)	10:00	9:00			
גל סלע	שימוש בטיפול חשמלי עם מחטים	11:00	10:15			

גל סלע	דיקור שרירי האמה Flexors	12:00	11:00			
גל סלע	דיקור שרירי האמה extensors	12:30	12:00			
גל סלע	תרגול דיקור שרירי האמה extensors	14:00	13:30			
גל סלע	דיקור ותרגול חלוקה קדמית, צידי ואחורית של השוק	15:30	14:00			
גל סלע	דיקור שרירי כף הרגל	16:00	14:00			
גל סלע	תופעות לבי של דיקור יבש	8:30	8:00	19.03.18	ב	5 דיקור כף יד, פה ולסת
גל סלע	דיקור כף היד	10:00	8:30			
גל סלע	דיקור גב גבי(Multifidus, Longissimus, Iliocostolis), תרגול דיקור	11:15	10:15			
גל סלע	Case Study: Ankle Sprain	11:45	11:15			

גל סלע	בעיות פה ולסת ודיקור	12:30	11:45			
גל סלע	דיקור שריר לעיסה	15:00	13:30			
גל סלע	Case Study: TMJ	15:30	15:00			
גל סלע	חזרה על בעיות מיופציאליות	16:00	15:30			
גל סלע	דיקור שרירי בטן	9:30	8:00	22.03.18	ה	6 דיקור אמה כף יד ורגל
גל סלע	דיקור שרירי Quadratus Lumbers, Serratus Ant	10:30	9:30			
גל סלע	Case study - איך להשתמש בדיקור בזמן טיפול	11:30	10:45			
גל סלע	Case study / בחינה	12:30	11:30			
גל סלע	Case study / בחינה	16:00	13:30			