



הצוואר העליון וכאבי ראש-פנים-לסתות: מהמחקר לקליניקה

צביקה גרינבאום – B.P.T, M.A.PT (Manip & Sports), PHD student

מיקום – באר שבע, מרכז "פיזיותר", יעקב דורי 2

חלק א', שיקום צוואר עליון: ימי שישי, 9:00-14:00 – 13/10 ; 20/10 ; 27/10

חלק ב', שיקום הפרעות טמפורומנדיבולריות: ימי שישי, 9:00-14:00 – 10/11 ; 17/11 ; 1/12

סה"כ 32 שעות אקדמיות

תפקידו המרכזי של הצוואר הוא לשאת עליו את הראש ולשרת פונקציות חשובות ביותר שלו כמו ראייה, שמיעה, לעיסה (כולל טעם וריח) ומיקום במרחב. תפקיד ייחודי זה הופך את הקומפלקס צוואר-ראש-פנים ולסתות ליחידה תפקודית אחת אשר מרכיביה תלויים ומשפיעים מאוד האחד על השני. בנוסף, ידועים לנו היום קשרים נזירי אנטומיים הדוקים בין מרכיבי הקומפלקס כך שגירוי נוסטיפטיבי באזור הפנים למשל יכול להוביל בקלות לתחושת כאב באזור צווארי ולהפך.

לפיכך, הטיפול המיטבי שלנו כפיזיותרפיסטים בהפרעות כאב ודיספונקציה באזור צוואר-ראש-פנים ולסתות דורש ידע מקיף על הקומפלקס כולו ויחסי הגומלין בין מרכיביו השונים.

בקורס זה נלמד לבדוק ולטפל במטופלים הסובלים מהתבניות הקליניות החשובות בקומפלקס צוואר-ראש-פנים ולסתות תוך התחשבות בעדויות המחקריות העדכניות ביותר. בקורס יוצגו ממצאים ראשוניים מפרויקט מחקר מקיף שמאפיין פרמטרים צוואריים קליניים אצל מטופלי לסת ובדוק את שיעור התחלואה הנלווית של כאב ראש צווארי באוכלוסייה זו. המחקר מתבצע בימים אלו באוניברסיטת תל אביב בשיתוף בין החוג לפיזיותרפיה וביה"ס לרפואת שיניים.

הקורס מחולק לשלושה אזורים אנטומיים כאשר לכל אחד מהם יוקדשו יומיים מלאים:

(1) חלק א': שיקום צוואר עליון (Cranio-cervical region) – מעורבות המבנים העליונים של הצוואר בכאבי ראש, כאבי פנים ולסתות, סחרחורת צווארית והטיפול בהם.

(2) חלק ב': שיקום הפרעות טמפורומנדיבולריות (Temporomandibular region) – מעורבות שרירי הלעיסה, מפרק הלסת והמבנים הסמוכים אליהם בהפרעות טמפורומנדיבולריות והטיפול בהם.

חלק א' – שיקום צוואר עליון (Cranio-cervical region), 16 שעות

רקע מדעי עם אוריינטציה קלינית

- אנטומיה וקינזיולוגיה של ע"ש צווארי עליון (Occ-C1-C2-C3) ומערכת הלעיסה
- כאב צווארי עליון והמערכת הסנסורית
- כאב צווארי עליון והמערכת המוטורית
- הצוואר העליון ומערכת שווי המשקל
- הצוואר וכאבי פנים-לסתות
- גורמים תורמים לכאב צווארי עליון
- פקטורים פסיכו-סוציאליים בכאבי צוואר-ראש-פנים

1) פתולוגיות ותבניות קליניות נפוצות בעמוד שידרה צווארי עליון

- כאב ראש צווארי
- סחרחורת צווארית
- מעורבות צווארית בכאבי פנים ולסתות (כולל TMD)

2) הערכה וטיפול בהפרעות בקומפלקס הצוואר העליון

- תשאול סובייקטיבי ספציפי לפציינט עם כאב ראש צווארי, סחרחורת צווארית, הפרעה שמפורומנדיבולרית וצלפת שוט
- בדיקה פיזיקאלית של קומפלקס הצוואר העליון – התייחסות למערכת המפרקית (בדיקה מנואלית, בדיקות יציבות, אבחנה מבדלת), המערכת השרירית (שליטה מוטורית, סנכרון הצוואר ומערכת הלעיסה, נקודות טריגר שריריות), המערכת העצבית (בדיקות נירודינאמיות ספציפיות לצוואר העליון) והמערכת התחושתית (בדיקות לסחרחורת צווארית).
- טכניקות מנואליות נבחרות לקומפלקס הצוואר העליון – טכניקות לתנועתיות מפרקית (כולל טכניקות אוסטאופתיות, טכניקות מייטלנד, טכניקות בסגנון מאליון, טכניקות משולבות, ללא מניפולציות), "שחרור" רקמה רכה בדגש על TRIGGER POINTS, "עידוד" שרירים רפויים, תנועתיות עצבית
- תרגילים רפואיים ספציפיים לשיקום המערכות השונות בקומפלקס הצוואר העליון – עידוד מנח ניטרלי, אימון ספציפי לפלקסורים עמוקים ולטרפז התחתון, קשר אגן-טורקס-צוואר עליון, תרגילים סנסוריים לסחרחורת צווארית, קשרים בין צוואר למפרק הלסת ושרירי הלעיסה.
- תפירת הקצוות – עקרונות מנחים בשיקום הפרעות בקומפלקס הצוואר העליון. עקרונות השילוב הנכון בין תרפיה מנואלית לתרגול האקטיבי. התאמת הטכניקות הטיפוליות לשלב השיקומי. דגש על חשיבה קלינית בריאה.

חלק ב' – שיקום הפרעות טמפורומנדיבולריות (Temporomandibular region),

16 שעות:

1) רקע מדעי עם אוריינטציה קלינית

- אנטומיה קלינית של מערכת הלעיסה
- קינסיולוגיה, מכניקה ופתו-מכניקה של מפרק הלסת (TMJ)
- קשרים אנטומיים-פונקציונאליים של מערכת הלעיסה והצוואר
- צוואר עליון והפנים: נירו-אנטומיה וכאב
- אפידמיולוגיה של TMD
- אטיולוגיה של TMD
- פקטורים פסיכו-סוציאליים ב-TMD
- טיפול רפואי מקובל ב-TMD (סדים אורליים, טיפול התנהגותי, אופציות ניתוחיות)

2) פתולוגיות ותבניות קליניות נפוצות במערכת הלעיסה

- TMD ממקור שרירי
- הפרעות דיסקוגניות של מפרק הלסת
- הפרעות מפרקיות-ניווניות של מפרק הלסת
- אבחנה מבדלת של TMD – כאבי פנים ולסתות שאינם TMD.
- מעורבות הצוואר העליון ב-TMD.

3) הערכה וטיפול בכאב ודיספונקציה של מערכת הלעיסה

- תשאול סובייקטיבי ספציפי לפצינט עם כאבי פנים ולסתות.
- בדיקה פיזיקאלית של מערכת הלעיסה – התייחסות למערכת המפרקית (בדיקה מנואלית של ה-TMJ, תנועות אקסוסוריות ופיזיולוגיות), המערכת השרירית (שליטה מוטורית, סנכרון שרירי במערכת הלעיסה, נקודות טריגר שריריות רלוונטיות), המערכת העצבית (בדיקות נורו דינאמית לעצב המנדיבולרי).
- טכניקות מנואליות נבחרות למערכת הלעיסה – טכניקות לתנועתיות מפרקית (מייטלנד, מוביליזציות בתנועה), "שחרור" רקמה רכה בדגש על TRIGGER POINTS (Masseter, Temporalis, Pterygoids, Hyoid muscles), איזון שרירי סביב הלסת, תנועתיות עצבית ספציפית (עצב מנדיבולרי).
- תרגילים רפואיים ספציפיים לשיקום תפקוד מערכת הלעיסה – שיפור תחושת מצב, סנכרון שרירי, "ייצוב", שימוש בלשון כאיבר חישה, שיפור מכניקה סימטרית של הלסת.
- תפירת הקצוות – עקרונות מנחים בשיקום TMD/ עקרונות השילוב הנכון בין תרפיה מנואלית לתרגול האקטיבי. התאמת הטכניקות הטיפוליות לשלב השיקומי. דגש על חשיבה קלינית בריאה.



על המרצה:

צביקה גרינבאום הינו פיזיותרפיסט בוגר אוניברסיטת חיפה עם התמחות משולבת בפיזיותרפיה מנואלית וספורט באוניברסיטת דרום אוסטרליה. במהלך שהותו באוסטרליה לאחר גמר הלימודים התמחה בפרקטיקה של טיפול מנואלי בעמוד השדרה הצווארי אצל מספר קלינאים מובילים וביניהם מר דין ווטסון, מומחה בעל שם עולמי בתחום כאב ראש צווארי.

עובד כיום במרפאות המומחים של המדיקל סנטר בהרצליה שם מטפל בעיקר בפציינטים עם כאבי גב, צוואר וכאבי ראש-פנים. צביקה משמש כעוזר הוראה בבית הספר לפיזיותרפיה של אוניברסיטת תל אביב, מורה בבית הספר לרפואת שיניים באוניברסיטת תל אביב ומעביר קורסים קליניים לפיזיותרפיסטים בארץ ובעולם. צביקה הינו מדריך מוסמך לדיקור יבש של האקדמיה הבינלאומית ע"ש David G Simons לכאב מיופסציאלי ודיקור יבש.

צביקה נמצא כיום בעיצומה של עבודת דוקטורט שמתבצעת בשילוב של החוג לפיזיותרפיה ובית הספר לרפואת שיניים של אוניברסיטת תל אביב. במחקר מאופיינים פרמטרים צוואריים ונבדקת המעורבות התחלואה הנלווית של הצוואר העליון (כאב ראש צווארי) בקרב מטופלים עם הפרעות טמפורומנדיבולריות.

עלות הקורס המלא כולל מע"מ:

<u>שיקום לסת בלבד</u>	<u>שיקום צוואר עליון בלבד</u>	<u>מחיר כולל מע"מ</u>	<u>תנאי הרשמה:</u> הרשמה מוקדמת – לפני ה-15/9/17
<u>₪ 900</u>	<u>₪ 900</u>	<u>₪ 1600</u>	פיזיותרפיסטים טריים (שסיימו עד 2015)
<u>₪ 1000</u>	<u>₪ 1000</u>	<u>₪ 1800</u>	חברי עמותה בהרשמה מוקדמת
<u>₪ 1200</u>	<u>₪ 1200</u>	<u>₪ 2000</u>	חברי עמותה בהרשמה רגילה
<u>₪ 1200</u>	<u>₪ 1200</u>	<u>₪ 2000</u>	אינם חברי עמותה בהרשמה מוקדמת
<u>₪ 1350</u>	<u>₪ 1350</u>	<u>₪ 2250</u>	אינם חברי עמותה בהרשמה רגילה

הנחיות להרשמה:

- (1) הקורס מיועד לפיזיותרפיסטים בלבד.
- (2) נא לשלוח את הפרטים הבאים למייל tzvikagg@gmail.com
 - שם מלא (כפי שיופיע בתעודה)
 - כתובת מדויקת וטלפון להתקשרות
- (3) לשריון המקום בקורס המלא יש להפקיד צ'ק בבנק דיסקונט או לבצע העברה בנקאית על סך **500 ₪** לפי פרטי חשבון הבאים:
בנק דיסקונט, סניף 044 (הרצליה), חשבון 119238820, על שם צביקה גרינבאום
- (4) יתרת הסכום תשולם בהעברה בנקאית/הפקדת צ'ק עד תחילת הקורס.
- (5) הקורס מוגבל ל-20 משתתפים לפי עקרון כל הקודם זוכה