

מספר קורס: 286.4665

שנת הלימודים: תשפ"ד 2023-2024

סמסטר ב', יום חמישי, 8:30-10:00

סילבוס קורס: החלמה מכאב כרוני ותקשורת מטפל-מטופל

מרצה - ד"ר פבל גולדשטיין

רקע

שנים האחרונות נעשה שינוי משמעותי בהבנתנו של כאב כרוני, עם זיהוי סוג כאב חדש - כאב נירופלסטילונציפלסטי, אשר נובע מתפקוד מערכת העצבים המרכזית. התקדמויות במחקר במדעי מוח ובפסיכותרפיה הביאו לפיתוח שיטות טיפול חדשניות, המציעות אפשרות לוויסות ואף לריפוי מלא של הכאב. ההצלחת הטיפול תלויה גם ביכולת ליצור תקשורת אפקטיבית ומרפאה בין המטפלים למחלימים.

בקורס זה, נתמקד בעקרונות האבחון והטיפול של כאב נירופלסטילונציפלסטי, בכיצד לפתח תקשורת מרפאה עם המחלים ודרכים ליישום של גושה פסיכו-חינוכית. אך זה לא הכול - נשלב למידה מניסיונם של מומחים מובילים בתחום וגם ניפגש עם אנשים אשר הצליחו להתגבר על כאבם הכרוני שישתפו את הדרך שלהם לריפוי.

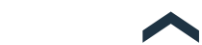
מטרות העל של הקורס

הקניית ידע וישום נושאים הבאים:

- 1) אבחון של כאב נירופלסטילונציפלסטי
- 2) עיקרונות הטיפול בכאב נירופלסטילונציפלסטי
- 3) "עזרה ראשונה" - שימוש בגישה פסיכו-חינוכית והסברה על כאב כרוני

מבנה הקורס

הרצאה ודיונים פעם בשבוע עם מרצה ואורחים בקורס, עבודה בקבוצות קטנות. עבודה עצמית תחת הנחית המנחה לבנית הפרויקט גמר בחצי השני של קורס.



נכחות היא חובה (80%). הלימודים יתקיימו פרונטלית, ו-30% מהלימודים יתקיימו בזום בהתאם ללו"ז שבהי"ס לבריאות הציבור.

הערכת הקורס

הסטודנטים יידרשו להתאים גישה פסיכו-חינוכית (הסברתית) על כאב נירופלסטילנוציפלסטי ודרכי טיפול בו עבור אוכלוסיה קלינית לפציפית לפי הבחירה של הסטודנטים (70% מהציון). השתתפות אקטיבית בשיעורים (30% מהציון).

ציון עובר: 60

דרישות הקורס:

- נוכחות מלאה (לפחות ב-80% מהשיעורים).
- השתתפות פעילה בדיונים ובעבודה קבוצתית.
- הסטודנטים נדרשים לפתוח מצלמות בשיעורי זום. במקרה שהשיעור יוקלט - תמונות הגלריה לא יוקלטו. אי פתיחת מצלמה תחשב כהעדרות. במקרים פרטניים של קושי בפתיחת מצלמה, יש לפנות למרצה הקורס מראש לפני השיעור לקבלת אישור או עזרה.
- להנות ולהתלהב מהקורס.



מפגש	תאריך	תיאור
1.	02/05	כאב ופלצבו: איך לרפא עם פלצבו ולא להזיק עם נוצבו. ד"ר פבל גולדשטיין
2.	09/05	בסיס נירופיזיולוגי וקליני לכאב נירופלסטטנוציפלסטט. ד"ר פבל גולדשטיין
3.	16/05	יישומים קליניים של הפרספקטיבה הפוליואגית. ד"ר גדי ברטור מנהל המעבדה לפסיכוביולוגיה שיקומית והיחידה למשוב ביולוגי מרכז רפואי שיקומי "רעות" מרצה נלווה במחלקה לפיזיותרפיה בפקולטה למדעי הבריאות, אוניברסיטת בן-גוריון בנגב
4.	23/05	אבחון כאב כרוני: מבט קליני *ההרצאה בזום בשעה 20:00 באותו יום ד"ר ניר ברוש (פורטוגל) ד"ר ניר ברוש הוא רופא משנת 2006, בוגר בית הספר לרפואה באוני' בן גוריון. מפתח שיטת TMS לריפוי כאבים ממקור רגשי/מוחי, מנהל רפואי ומקים של TMS Center - מרכז להכשרות מקצועיות לאנשי מקצוע בתחום הטיפול בריפוי כאב נירופלסטט. מחברו של הספר 'הכוח לרפא את הכאב'. אתר tmscenter.co.il

<p> אנמנזה ודגשים לאבחון כאב כרוני עם הסברה פסיכו-חינוכית למחלימים ד"ר אפרת סוראקי מומחית שיקום ומתמחה בכאב, הדסה ירושלים ראש התוכנית שיקום מכאב כרוני </p>	<p>30/05</p>	<p>.5</p>
<p> מבוא והתנסות ב- Pain Reprocessing Therapy יסמין בועז מאמנת ומנחת קבוצות בתהליכי ריפוי מכאבים כרוניים, מנואל תרפיסטי (MT) בהתמחות של ליקויי תנועה וכאב. בוגרת הכשרת מטפלים בשיטת TMS </p>	<p>06/06</p>	<p>.6</p>
<p> איך החלמתי מכאב כרוני: סיפורי החלמה של כאב כרוני ממבט ראשון. פגישה עם מחלימות מכאב כרוני </p>	<p>13/06</p>	<p>.7</p>
<p> טיפול רגשי להחלמה מכאב כרוני ליהי גבע ליסר, עו"ס קלינית (M.S.W), פסיכותרפיסטית מפתחת אתר https://www.tmspainfree.com/ </p>	<p>20/06</p>	<p>.8</p>

<p>בוגרת קורסים יעודיים לטיפול בכאב כרוני (PRT) ו (EAET). משלבת בעבודה הטיפולית מגוון של גישות, דינמיות, קוגניטיביות וחוויתיות</p>		
<p>איך לשפר את התקשורת עם המחלים: תיאוריה ופרקטיקה יוליה זטולובסקי - מאמנת אישית מוסמכת PCC ICF ומרצה לאימון, מחברת שותפה לגישה <i>Personalised Danger</i> <i>Signals Reprocessing - PDSR</i> מאמנת להחלמה מכאב כרוני</p>	27/06	9.
<p>איך לשפר את התקשורת עם המחלים: סימולציות תקשורת מטפל-מחלים כרמית הימלבלאו גת פסיכולוגית בהתמחות קלינית, מטפלת בגישות המשלבות הבנה דינאמית עם גוף ונפש דוקטורנטית באוניברסיטת חיפה, מובילה פרוייקט מחקרי לבחינת התערבות פסיכוסוציאלית בכאב כרוני</p>	04/07	10.
<p>"כאב זה לא משחק ילדים" - לימוד וחקירה של מקרי החלמה מכאב כרוני בילדים ובני נוער. גלי אבידוב, מנטורית מלווה ומאמנת משפחתית לתהליכי החלמה מתסמונת הכאב CRPS</p>	11/07	11.

הכנות לפרויקט גמר: הכנת מערכי פסיכו- חינוכיים למחלימים מכאב כרוני	18/07	12.
Implementation of Pain Reprocessing Therapy (PRT) and Emotional Awareness Expression Therapy (EAET) in chronic pain healthcare. *Please, pay attention, the lecture will be delivered via Zoom at 20:00. <i>Dr. Brad Fanestil (USA). Dr. Fanestil is board-certified in Internal Medicine and has practiced as both a primary care internist and a hospitalist for most of his career. Today he is leading the Center for Mind-Body Medicine in Boulder, Colorado</i>	11/07 20:00	.13

סטודנט יקר,

אם יש לך לקות למידה או מוגבלות/בעיה רפואית שעשויה להשפיע על לימודיך, ושביגנה את/ה זקוק/ה להתאמות אנא פנה/י לדיקנאט הסטודנטים למדור נגישות ולקויות למידה:

דואל LDA@univ.haifa.ac.il טל: 04-8249265

לאבחון והתאמות בגין לקות למידה ו/או הפרעת קשב יש לפנות ליה"ל:

דואל mhait@univ.haifa.ac.il טל: 04-8249022

אם יש ברשותך מכתב התאמות מהאוניברסיטה ואת/ה זקוק/ה להנגשה בקורס אנא פנה/י אליי בשעות הקבלה או במייל בסמוך לתחילת הקורס.

If you have a disability that may affect your studies and for which you may require accommodations, please contact the Accessibility and Learning Disabilities Department at the Dean of Students office

e-mail: LDA@univ.haifa.ac.il Phone number: 04-98249265

Students that receive accommodation letters, and need academic adjustments, please meet with me to discuss the provisions of those accommodations as early in the semester as possible

ספרות:

1. Lumley, M. A. & Schubiner, H. Psychological Therapy for Centralized Pain: An Integrative Assessment and Treatment Model. *Psychosom. Med.* **81**, 114–124 (2019).
2. Vlaeyen, J. W. & Linton, S. J. Fear-avoidance and its consequences in chronic musculoskeletal pain: a state of the art. *Pain* **85**, 317–332 (2000).