

פותרים צהר לכאב

מבט רב תחומי על טיפול בכאב כרוני

יום שישי - 11.03.22 | 09:00-14:00

עלות אנשי מקצוע: 150 ש"ח

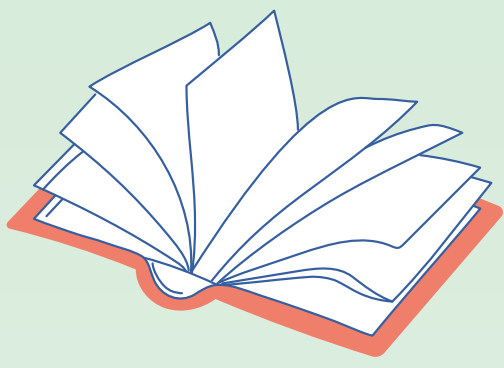
עלות מתמחים, סטודנטים וגמלאים: 120 ש"ח

ההשתתפות ללא עלות לחברי האגודה הישראלית לפסיכוסומטיקה לשנת 2022

עלות דמי חבר שנתיים: 220 ש"ח

| | | |
|-------------|--|--|
| 09:00-09:15 | ברכות | ד"ר יעקב ועזרא וד"ר יוסי מאירסון יו"רים משותפים של האגודה |
| 09:15-09:45 | ניהול עצמי של כאבי גב תחתון - האם אפשרי? | ד"ר נועה בן עמי - פיזיותרפיסטית וחוקרת כאבי גב, אוניברסיטת אריאל |
| 09:45-10:15 | "יותר משכואב לי הגוף כואבת לי הנפש?! - כאב כרוני והתמכרות | אורלי פקר - פסיכולוגית שיקומית מומחית, מרכז לבריאות הנפש לב השרון |
| 10:15-10:30 | הפסקה | |
| 10:30-12:00 | סדנאות מקבילות | <ol style="list-style-type: none">1. CBT 4 PAIN: התמודדות לצד קבלה ד"ר נצח גורן2. מבוא לטכניקת ההתמקדות ויישומה בכאב כרוני ד"ר עידית שלו3. כאב NLP. מה במילה? ד"ר סיימון וולפסון4. פחות ועדיין... הפרעות כאב בתפקוד מיני עדי חסיד5. "שיח מסיח" - קלפי אבראכדברא לשיחה בנושא כאב כרוני ד"ר מרב סודרסקי וד"ר עדי יבזורי אראל6. על כאב בלידה ודם הוסת בתרבות, בשירה ובקליניקה מירב רייכר7. התערבות ממוקדת בתקשורת המשפחתית בקרב ילדים ונוער הסובלים מכאבים כרוניים ד"ר ז'אנה לנדה8. הגוף הכאוב: דימוי גוף במטופלים שסובלים מכאב כרוני עדי כהן9. הטיפול בכאבי ראש בעזרת היפנוזה ד"ר יעקב עזרא10. הטיפול בתסמונת מעי רגיז (IBS) פרופ' רם דיקמן11. איך לבנות מרפאה מולטי-דיסציפלינרית לטיפול בהפרעות פסיכוסומטיות ד"ר אמנון מוסק |
| 12:00-12:15 | הפסקה | |
| 12:15-13:45 | Solving the chronic pain puzzle through predictive processing | Howard Schubiner M.D Director of the Mind Body Medicine Center at Ascension Providence Hospital in Southfield, Michigan |
| 13:45-14:00 | סיכום וסיום | |





על ההרצאות

ניהול עצמי של כאבי גב תחתון - האם אפשרי? - ד"ר נועה בן עמי

ארגון הבריאות העולמי פרסם ב 2019 שהטיפול הרפואי בכאבי גב תחתון הוא שגוי וגורם נזק למיליוני אנשים בעולם. ישנה עליה של 54% בכאבי גב בעולם מ 1990 וזה מהווה איום על קיימות הרפואה והחברה. לא נמצא קשר בין ממצאים הדמייטיים לנכות וכאבי גב כרוניים. ההנחיות העדכניות לטיפול בכאבי גב תחתון מדגישות שאין צורך בטיפול רפואי (תרופות, הדמיות, הזרקות, ניתוחים), והטיפול המומלץ לרוב המטופלים הוא הסבר שיש להמשיך להיות פעילים (לא לנוח) ושבעיית הגב היא לא מסוכנת ועוברת לבד. השאלה שעולה לכל הקלינאים היא איך אני יכול להגיד למטופל שמגיע אלי כאוב "לך וטפל בעצמך" והאם זה באמת יעזור למטופל? בהרצאה אציג מודל שפתחתי:

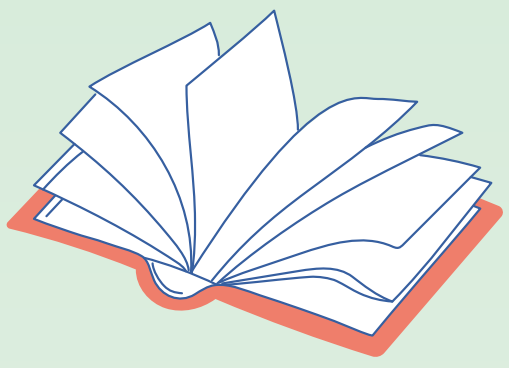
AN ENHANCED TRANS THEORETICAL MODEL INTERVENTION - ETMI שמבוסס על גישה התנהגותית קוגניטיבית והמטרה שלו היא להרגיע את המטופל הדואג, להחזירו לשגרת חייו ולפעילות גופנית קבועה. המטרה העיקרית במודל זה היא ללמד את המטופל לנהל את בעיית הגב באופן עצמאי לאורך חייו. המודל הוכיח יעילות בהורדת כאב ונכות במחקר קליני מבוקר על 220 מטופלים עם כאב גב תחתון כרוני, וכן הראה יעילות כלכלית.

ד"ר נועה בן עמי, מנהלת המעבדה לחקר כאב גב וכאבי שלד שריר, ראש תכנית תואר שני במחלקה לפיזיותרפיה, אוניברסיטת אריאל.

"יותר משכואב לי הגוף כואבת לי הנפש!?" - כאב כרוני והתמכרות - אורלי פקר

ההתמודדות עם כאב כרוני, מביאה את מטופלינו לחיפוש הקלה על המצוקה היומיומית איתה הם מתמודדים. לרוב הם יכירו יותר תרופות וטיפולים רפואיים ממה שאנחנו שמענו עליהם, אך הם נותרו עדיין ללא פתרון למצבם. ננסה להבין כיצד נכנסו למעגל ההרסני שאינם מצליחים לצאת ממנו ואפילו מחמיר את מצבם. נציג את מעגל הכאב וההתמכרות על מנת להבין טוב יותר היכן וכיצד אנו יכולים להתערב כמטפלים. כמו כן נתבונן בקשר בין מצבם הנפשי והפיזי, בהשלכות של השימוש במשככי כאבים לאורך זמן וכן בדפוסי המחשבה וההתנהגות אשר השפיעו על מצבם הנוכחי ומשאירים אותם בו. נתייחס אלינו המטפלים בסובלים מכאב כרוני והתמכרויות-באספקטים של ייאוש תסכול חוסר אונים מול תקווה.

אורלי פקר פסיכולוגית שיקומית מומחית. עובדת במרכז הישראלי להתמכרויות ובקליניקה פרטית. עוסקת בטיפול באנשים הסובלים מכאב כרוני והתמכרויות בטיפול פרטני וקבוצתי.



על ההרצאות

Solving the chronic pain puzzle through predictive processing - Howard Schubiner M.D

Clients and patients often present with chronic symptoms for which there is no clear medical explanation. These syndromes include chronic pain, anxiety, depression, fatigue and insomnia. High rates of lifetime trauma and unresolved emotional experiences often underlie these conditions. New research and clinical practices have been shown to be effective for these individuals. This training offers the clinician the opportunity to gain knowledge and learn skills that will be immediately applicable to their practices.

During the seminar we will describe the role of the brain in neural circuit disorders and which disorders are clearly caused by neural circuit disorders. Furthermore, we will show how to explain neural circuit disorders in a clear and compassionate manner and how to refer patients to resources in the treatment of neural circuit disorders. Finally, we will discuss how to initiate treatment using pain reprocessing therapy, emotional awareness and expression therapy.

Dr. Howard Schubiner is an internist and the director of the Mind Body Medicine Center at Ascension Providence Hospital in Southfield, Michigan. He is a Clinical Professor at the Michigan State University College of Human Medicine and has authored more than 100 publications in scientific journals and books. He lectures regionally, nationally, and internationally. Dr. Schubiner has consulted for the American Medical Association, the National Institute on Drug Abuse, and the National Institute on Mental Health. Dr. Schubiner is the author of three books: *Unlearn Your Pain*, *Unlearn Your Anxiety and Depression*, and *Hidden from View*, written with Dr. Allan Abbass.

Dr. Schubiner has collaborated extensively with colleagues such as Mark Lumley, Tor Wager, Yoni Ashar and Alan Gordon to develop two novel psychological treatments for chronic pain: Emotion Awareness and Expression Therapy (EAET) and Pain Reprocessing Therapy (PRT), which have been shown to be highly effective in randomized, controlled trials. EAET is now listed as a treatment option in the U.S. Department of Health and Human Services Pain Management Best Practices Inter-Agency Task Force Report. Dr. Schubiner lives in the Detroit area with his wife of thirty-eight years and has two adult children



על הסדנאות

סדנה מספר 1 - CBT 4 Pain: התמודדות לצד קבלה / ד"ר נצח גורן

מחקרים מצביעים על שכיחות גבוהה של כאב כרוני בקרב האוכלוסייה (כמיליון איש בישראל!). בקירוב, כל אדם שלישי הסובל מכאב כרוני יסבול בו זמנית מדיכאון ו/או חרדה. ההשלכות של הכאב הכרוני, נותנות אותותיהם בכל תחומי החיים, ועל כן מצריכות מעבר מגישה רפואית לגישה רב-תחומית, המשלבת התערבויות פסיכולוגיות הממוקדות בהתמודדות עם הכאב. במהלך הסדנא, ד"ר נצח גורן יסקור את גוף הידע התיאורטי (מבוסס-מדע), הקשור לתחום הפסיכולוגיה של הכאב. בנוסף, יוצגו 'טעימות' בהקשר של האספקטים האבחוניים והטיפוליים הרלבנטיים לטיפול בסובלים מכאב, הכוללים התערבויות קוגניטיביות בדפוסי חשיבה ממוקדי-כאב, בהתנהגויות המשמרות את 'תפקיד החולה' ובגורמים סביבתיים וביולוגיים.

ד"ר נצח גורן, פסיכולוג רפואי מומחה, מדריך. בוגר בית הספר למדעי ההתנהגות באוניברסיטת מלבורן, אוסטרליה, שם התמחה בתחום הטיפול הקוגניטיבי-התנהגותי (CBT), תוך התמקדות בשלושה ענפים מרכזיים: הפרעות חרדה ודיכאון, התמודדות עם מחלות וכאב כרוני וגמילה ממריחואנה. ד"ר גורן מטפל במרפאת הכאב וביחידה לטיפול קוגניטיבי-התנהגותי בהפרעות חרדה בבית החולים איכילוב, תל-אביב.

סדנה מספר 2 - מבוא לטכניקת ההתמקדות ויישומה בכאב כרוני / ד"ר עידית שלו

מחקרים אחרונים במדעי המח של כאב ואינטרוספציה מציעים שסוגים של כאב כרוני מבוססים על אזעקת שוא מוחית אודת נזק גופני עתידי המבוססת על פחד ומעצימה לפיכך כאב והימנעות. לכן בטיפול חדשני (Ashar et al, 2021) מתן פירוש אלטרנטיבי לסיגנלים של כאב הביאו להפחתתו. לצד זה חולים בכאב כרוני יכולים להתקשות במתן ביטוי מילולי אלטרנטיבי לאותן תחושות ורגשות. בסדנא זו נלמד את יסודות טכניקת ההתמקדות שפותחה ע"י יוג'ין ג'נדלין כאמצעי לקישור בין תחושה גופנית למשמעות רגשית ותודעתית. באמצעות שהייה בתחושה הגופנית, שיום, הדהוד וקבלה מביא טכניקת ההתמקדות להתמרת רגשות שלילים בחוויה רגשית מלאה ועשירה יותר. נתייחס להבדלים בין התמקדות להיפנוזה, ולתיאורית אינטגרצית רמזים מוטיבציונית, טכניקת וויסות עצמי מבוססת התמקדות. יוצגו דוגמאות טיפוליות לשילוב טכניקת ההתמקדות בטיפול בכאב כרוני. ולבסוף נתאמן בזוגות על טכניקת ההתמקדות.

ד"ר עידית שלו היא פסיכולוגית שיקומית מומחית, מרצה בכירה במחלקה לפסיכולוגיה באוניברסיטת אריאל, מומחית בטיפול קוגניטיבי בתנהגותי, מוסמכת בטיפול משפחתי וזוגי ומוסמכת לטיפול בהתמקדות.



על הסדנאות

סדנה מספר 3 - כאב וNLP. מה במילה? / ד"ר סיימון וולפסון

החוויה סובייקטיבית של כאב ניתנת לביטוי בצורות שונות, לא כל שכן בדרך שאנו מבטאים אותו. כלים למדידת כאב כגון שאלון הכאב של מ'גיל מדגימים לנו שהחוויה יכולה להיות מאוד "תחושתית" מאוד "רגשית" ואפילו "שיפוטית". האם זה לא אומר שניתן להשפיע על חווית הכאב דרך השפה והמילים? NLP - תכנות נירווילינגויסטית היא אחת המתודות לגשת ולהשפיע על חוויות כגון כאב באמצעות מילים, שפה והאסוציאציות שהן מעוררות. חוויה יכולה להיות "כואבת" והיא יכולה להיות מתוארת כך- אך גם יכולה להיות "לא נעימה". אולי נלמד להפוך לא נעים לנעים- ובכך להפחית את הכאב? בסדנה בת שעה וחצי ניגע על קצה המזלג בשפה וכאב, ואולי נלמד כמה טכניקות להפחית את חווית הסבל שבכאב.

ד"ר סיימון וולפסון, מנהל המכון לרפואת כאב בקריה הרפואית רמב"ם, מרצה-מחנך קליני בכיר בפקולטה לרפואה של הטכניון ומייסד ביה"ס לרפואת כאב ברמב"ם. חבר ועד (יו"ר לשעבר) של החברה הישראלית לרפואת שריר שלד וחבר ועד (נשיא לשעבר) של הפדרציה הבין לאומית לרפואת שריר-שלד.

בוגר הפקולטה לרפואה של האוניברסיטה העברית לתואר דוקטור לרפואה. התמחה ברפואה פנימית בקריה הרפואית רמב"ם. מאבות המייסדים של רפואת כאב בארץ. בעל תעודת מומחה ברפואה פנימית ורפואה לשיכור כאב.

סדנה מספר 4 - פחות ועדיין... הפרעות כאב בתפקוד מיני / עדי חסיד

ארגון הבריאות העולמי רואה במיניות "אנרגיה פנימית הדוחפת אותנו למצוא אהבה, מגע, חום ואינטימיות. להיות מיני פירושו להיות חושני. המיניות משפיעה על המחשבות, הרגשות והאינטראקציה הבין-אישית שלנו. מכיוון שהיא כל כך משמעותית לבריאות הפיזית והנפשית שלנו, הזכות לממש אותה, נכללת בזכות היסוד של הפרט להיות בריא" (WHO, 2006). אנו נשות ואנשי הטיפול בדיספלינות השונות מהווים את הקן הראשון והמצע המזין בו יכולה להתקיים הזכות למיניות עליה מדבר ארגון הבריאות העולמי. ברוח זו נקיים את הסדנה שתעסוק בהפרעות כאב בתפקוד מיני. השימוש במונח "הפרעות" בהקשר של תפקוד מיני, בניגוד ל"קשיים" ודיספונקציות"- מחזיק בתוכו הווייה טיפולית שלמה. הווייה זו מתייחסת לבריאות האדם (הגופנית והנפשית) ולמיניות שלו/ה על פני מעגל התגובה המינית (Masters & Johnson, 1966) כבסיס ולמעצורים על פני הרצף הזה: כהפרעה לקיום שלו. בסדנה נכיר את הפרעות הכאב השונות ונתבונן בעיני מטפלים באופני ההתייחסות השונים להפרעות הללו. נלמד יחד כיצד ניתן להתייחס באופן מטיב לאנשים המגיעות עם הפרעות כאב ומה כדאי לעשות ואיך ניתן לפעול בתוך הפרופסיות השונות.

עדי חסיד- עו"ס MSW, מטפלת מינית, זוגית ומשפחתית מוסמכת ומדריכה בטיפול מיני. ראשת תכנית ההכשרה למטפלים מיניים בשיבא. ס.מנהל מרפאת שס"ק (השרות הסקסולוגי) בשיבא.



על הסדנאות

סדנה מספר 5 - "שיח מסיח" - קלפי אבראכדברא לשיחה בנושא כאב כרוני / דר' מרב סודרסקי דר' עדי יבזורי אראל

טיפול קוגניטיבי התנהגותי (Cognitive Behavioural Therapy - CBT) נחקר רבות ונמצא יעיל לטיפול בקשת רחבה של בעיות בריאותיות וביניהם כאב כרוני. מחקרים מעידים על כך שרופאי משפחה שעברו קורס קצר ללמידה אסטרטגיות טיפוליות מתחום זה, דווחו ששימוש באלמנטים אלו בקליניקה העלה את שביעות הרצון שלהם מהמפגש הטיפולי. הריאיון המוטיבציוני (MI-Motivational Interview) הינה מתודת טיפול יעילה לשינוי התנהגויות הקשורות לבריאות החוקרת את האמביוולנטיות שהמטופל מציג כלפי שינוי התנהגותי וחשיבה הקשורים לכאב כרוני. שימוש בקלפים ככלי יצירתי ומקורי ללימוד מיומנויות תקשורת המשלב שימוש בשאלות מתחום הטיפול הקוגניטיבי התנהגותי, הריאיון המוטיבציוני ותפקוד המשפחה במחלה יכול להיות לעזר לרופאים מול מטופלים הסובלים מכאב כרוני והפרעות קו מורבידיות כגון דיכאון חרדה, הפרעות שינה ועוד. ולשדרג את מיומנות התקשורת ולקחת האנמנזה ממטופלים. שימוש בקלפים מאפשר למטופל אוטונומיה לבחירת הנושא אותו מעוניין לחקור ולהעמיק מול המטפל. בסדנה נציג כלי יצירתי לעבודה מול מטופל המתמודד עם כאב כרוני, באופן אישי או קבוצתי. הכלי מסייע לשיפור השיח, ההבנה וקידום הטיפול ע"י שאלת שאלות פתוחות המזמנות דיון, מעולם ה CBT והריאיון המוטיבציוני באמצעות שימוש בקלפי "אברא כדברא".

דר' מרב סודרסקי, רופאת כפר מומחית ברפואת המשפחה. מטפלת ב CBT, מובילה קורסים בנושא בריאות הנפש ורפואת אורחות חיים, יועצת גמילה מעישון ועוד. דר' עדי יבזורי-אראל עו"ס רפואית ופסיכואונקולוגית, מובילה קורסים בתחום תקשורת רפואית, טיפול משפחתי יעוץ אישי לגמילה מעישון ועוד. מנהלות משותף את בית הספר ללימודי המשך ברפואת המשפחה בטכניון.

סדנה מספר 6 - על כאב בלידה ודם הוסת בתרבות, בשירה ובקליניקה / מירב רייכר

עונשה של חווה, "הרבה ארבה עצבונך והרונוך, בצער לדי בנים" (בראשית ג, פסוק ט"ז).

מראשית הימים, מאז עונשה של האישה הראשונה, אם כל חי, נשים סובלות מכאבי הדם; תחילה כאבי הוסת, כאב המגע המיני הראשון וכאבי הלידה. תהליך התבגרותה של הילדה, ומעברה לנערה ולאישה כרוך בהיכרות עם היבטים של כאב פיזי וצמיחה נפשית כחלק מהתפתחותה. בסדנא ניגע בנקודות שונות בהתפתחות ובצמיחה הנשית. סביב הבנייה של כאב, חרדה והיבטים סימבולים, שפתיים וגופניים - כפי שבאים לידי ביטוי בשירה, בספרות ובקליניקה.

מירב רייכר, פסיכולוגית רפואית מומחית מדריכה. בוגרת התוכנית לפסיכותרפיה אנליטית יונגיאנית. בעלת ניסיון רב בעבודה עם נשים סביב היריון, לידה ומיילדות; כמו גם אובדני היריון ואבל.



על הסדנאות

סדנה מספר 7 - התערבות ממוקדת בתקשורת המשפחתית בקרב ילדים ונוער הסובלים מכאבים כרוניים / ד"ר ז'אנה לנדה

במחלקת שיקום ילדים בבית חולים לילדים ע"ש ספרא בתל-השומר אנו מטפלים, בין היתר, בילדים עם כאב כרוני, כחלק מאוכלוסייה הכוללת ילדים ונוער עם Somatic Symptoms Disorder/Functional Neurological Symptom Disorder. מסגרות הטיפול: אשפוז ואשפוז יום. הטיפול מתחיל בפגישת מרפאה או יעוץ במחלקות – וכבר המפגש הראשון כולל מאפיינים מסוימים קבועים. הסדנה שנעביר תציג את הדרך העבודה שלנו בשיקום ילדים בעזרת תיאור מקרה תוך התייחסות לבסיס תאורטי של אבחון והתערבות. הגישה היא ביו-פסיכוסוציאלית, משלבת טיפול פיזיקלי, ליווי רגשי כולל הדרכת הורים צמודה ורואה בתפקוד מלא ובהשתתפות במסגרת חינוכית מטרה סופית עיקרית. להערכתנו, הילדים שמגיעים לטיפול במחלקתנו הם ילדים רגישים שגדלים במשפחה פסיכו-סומטית ומבטאים את מצוקתם בצורה פונקציונלית תפקודית. לכן הדגש המיוחד בטיפול ניתן על התקשורת במשפחה. ההצגה תהיה רב-תחומית, כשכל סקטור מציג את תהליך העבודה הספציפי שלו לגבי המקרה.

דר' לנדה ז'אנה - מנהלת מחלקת שיקום ילדים בבית חולים לילדים ע"ש אדמונד ולילי ספרא, מרכז רפואי שיבא, תל-השומר. מומחית ברפואה פיזיקלית ושיקום (בוגרת תכנית התמחות בית חולים לוינשטיין, רעננה) ובעלת תעודה בפסיכותרפיה (בוגרת תכנית לימודי תעודה אוניברסיטת בן-גוריון, באר-שבע). מנהלת מרפאת מעקב לילדים אחרי חבלת ראש נרכשת בבית חולים לילדים ע"ש ספרא, מרכז רפואי שיבא, תל-השומר. מנהלת מרפאה פסיכוסומטית-שיקומית לילדים עם הפרעה נוירולוגית פונקציונלית ומגבלה תפקודית משמעותית בבית חולים לילדים ע"ש ספרא, מרכז רפואי שיבא, תל-השומר. מדריכה בחוג לרפואה שיקומית בפקולטה לרפואה ע"ש סאקלר, אוניברסיטת תל-אביב. מרצה בלימודי המשך בשיקום ורפואה פיזיקלית בתחום שיקום ילדים.

שותפות להצגה: גב' עציונה אייזנשטיין – מנהלת שירות פיזיותרפיה בית חולים ילדים, מרצה בחוג לפיזיותרפיה באוניברסיטת תל אביב, בוגרת תואר שני. דר' מיה גרנר – פסיכולוגית קלינית מדריכה וחינוכית. גב' תמר ולקן – אחראית על מרכז הלמידה במח' שיקום ילדים, MA בלקויות למידה, פסיכותרפיסטית ומטפלת בהבעה ויצירה. דר' שרון ברק - פיזיולוגית של מאמץ קלינית, דוקטור במדעי השיקום, עוסקת במחקר ופיתוח תכניות שיקום בשיקום ילדים.



על הסדנאות

סדנה מספר 8 - הגוף הכאוב: דימוי גוף במטופלים שסובלים מכאב כרוני / עדי כהן

דימוי גוף (body-image) הוא קונסטרקט מורכב שמערב היבטים תפיסתיים, קוגניטיביים, רגשיים והתנהגותיים של האדם בהקשר לגופו. בעבר חוקרים וקלינאיים של דימוי גוף התמקדו בעיקר בחוסר שביעות הרצון מנראות הגוף (body dissatisfaction). לעומת זאת, כיום הדגש מושם רבות על טיפוח דימוי גוף חיובי (image-positive body) על ידי העמקת החוויה והקשר לגוף (embodiment) העלאת הערכה לגוף (body appreciation) ושימת דגש על הפונקציונליות של הגוף (body functionality). כיצד אנשים שסובלים מכאב כרוני - הנאלצים להתמודד עם "גוף כאוב" ועם שינויים בתפקודים הגופניים - תופסים את גופם? מה הקשר בין דימוי גוף לבין חווית הכאב ולמשתנים שונים הקשורים להתמודדות עם כאב כגון: שליטה (Control), ניהול (management) וקבלה (acceptance)?

בסדנה נתייחס לספרות המחקרית בהקשר לדימוי גוף בקרב מטופלים הסובלים מכאב כרוני, נתייחס להיבטים שונים בעבודה הטיפולית סביב דימוי גוף עם מטופלים אלו, נתרגל, ונדון בהתערבויות רלוונטיות.

עדי כהן, פסיכולוגית רפואית מומחית מדריכה. מנהלת את המרכז לטיפול ממוקד דימוי גוף בבית קוגניטיקה, ועובדת לפי מודל אינטגרטיבי ממוקד גוף, סכמות ויחסים. מנהלת שותפה בקומה השישית - מרחב מפגש, למידה ותרבות לאנשי מקצועות הטיפול והרפואה. בוגרת התוכנית התלת שנתית לפסיכותרפיה אינטגרטיבית מזרח-מערב באוני' ת"א בשיתוף מכון דמו"ת. עבדה במשך שנים ב'מרפאה פסיכולוגית' עם מטופלים ברפואה ראשונית. התמחתה בפסיכוקרדיולוגיה בביה"ח בלינסון, ופיתחה שירותים פסיכולוגיים במרפאת בריאות לב האשה.

סדנה מספר 9 - הטיפול בכאבי ראש בעזרת היפנוזה / ד"ר יעקב עזרא

היפנוזה מהווה טיפול מוכח ויעיל לכאבי ראש. למרות זאת, היא כמעט ואינה נמצאת בשימוש למטרה זו. תת השימוש בהיפנוזה נובע מחוסר היכרות של המטפלים עם כלי טיפולי חשוב זה. מטפלים, כולל רופאים, אינם מכירים את ההתוויות ואת היכולות הטיפוליות של ההיפנוזה. בסדנא זו המיועדת לכלל מקצועות הבריאות, נלמד על אבחון סוגי כאבי הראש תוך התייחסות למודל ארבעת האשכולות, נלמד כיצד טכניקות היפנוטיות מועילות בטיפול בכאבי הראש ונלמד מהי תקשורת היפנוטית יעילה. מאחר והסדנא מיועדת גם למי שאינו מורשה לעסוק בהיפנוזה, לא נתרגל טכניקות היפנוטיות. נלמד הרפיה ודמיון מודרך תוך דיון בהבדלים בין טכניקות אלו להיפנוזה. משתתפי הסדנה יקבלו כלים לאבחון כאבי ראש, יחשפו לעולם ההיפנוזה ויכירו את ההתוויות להפניה לטיפול בהיפנוזה. הסדנא מיועדת לכלל מקצועות הבריאות.

ד"ר יעקב עזרא, נוירולוג ומורשה להוראה מדעית של ההיפנוזה. יו"ר (משותף) של האגודה הישראלית לפסיכוסומטיקה ומנהל השירות לנוירולוגיה תפקודית בסורוקה. מנהל מרפאת פסיפס במודיעין.



על הסדנאות

סדנה מספר 10 - הטיפול בתסמונת מעי רגיז (IBS) / פרופ' רם דיקמן

הגישה הטיפולית בתסמונת המעי הרגיז (תמ"ר) מתבססת על הגישה הביו-פסיכו-סוציאלית בה גורמים ביולוגיים, אישיים, סביבתיים ורגשיים מהווים חלק בלתי נפרד מהבנת ההתבטאות הקלינית של המטופל. בבסיסה של כל תכנית טיפולית מוצלחת נמצא קשר טיפולי טוב בין החולה לרופא, הכולל הקשבה אמפטית, הסבר מותאם, תאום ציפיות ובניית תכנית טיפול כשותפים. בסדנה זו יוצגו בפני המשתתפים האפשרויות הטיפוליות הקיימות כיום בתמ"ר. אנו מקווים שכל מטפל ימצא במסמך זה כלי עזר שיביא לשיפור בניהול הקליני של מטופליו הסובלים מתמ"ר.

פרופ' רם דיקמן, מומחה בגסטרואנטרולוגיה וברפואה פנימית. סגן מנהלת המערך לגסטרואנטרולוגיה, מרכז רפואי רבין, ביה"ח בילינסון. מנהל את המרפאה לאבחון וטיפול בהפרעות בתנועתיות ובתפקוד מערכת העיכול (נוירוגסטרואנטרולוגיה). יו"ר ועד החוג לנוירוגסטרואנטרולוגיה באיגוד הישראלי לגסטרואנטרולוגיה ומחלות כבד. חבר ועד מנהל של החברה האירופאית לנוירוגסטרואנטרולוגיה (ESNM).



על הסדנאות

סדנה מספר 11 - איך לבנות מרפאה מולטי-דיסציפלינרית לטיפול בהפרעות פסיכוסומטיות / ד"ר אמנון מוסק

הפרעה פסיכוסומטית מתבטאת בתסמינים גופניים, הרבה פעמים כאב, שאינם מוסברים על רקע רפואי. הם בעצם מלמדים על שפה אחרת. שפה שמשמשת במחוות ותחושות גופניות ולא במילים מדוברות. שפת המטופלים הופכת לגופנית בלבד, ולא זו בלבד, אלא שהצעה מידי רופא לדון בתחושות הנפשיות עשויה להחוות כהתקפה ותביא להסתלקות מהטיפול.

הבסיס לכן בבניית מרפאה מולטי-דיספלינרית הוא שימוש בשפה הגופנית כשפת המרפאה. אבל זה רק לכאורה. השפה המשומשת עוסקת בסימפטום הגופני, אבל היא מיועדת בסופו של דבר לעשות את הדרך ההפוכה ולהגיע דרך הגוף אל התחושה הנפשית. למשל טיפול בעיסוי או בשיטה דומה, מבוסס על מגע, שהוא קשר בין אישי שלא דרך דיבור. מטרתו המוצהרת היא הטיפול בכאב, אבל הדגש הוא בייצור הקשר בין המטפל למטופל. לאחר אינטייק והסבר, נוכל להתרשם מהן שיטות הטיפול שתתאמנה לכל אדם ונוכל להציע מגוון טיפולים.

בסדנא נציג את שיטת המחשבה אחרי הדברים, את עקרונות העבודה של צוות המורכב מרופאים, שנותנים את הגיבוי הסומטי, פסיכיאטרים, פסיכולוגים ומטפלים מתחומים שונים, ואת היתרונות וחסרונות של מגוון שיטות טיפול אפשריות כמו: עיסוי, מגע, דיקור, טיפול בתנועה וביציבה, ביופידבק, היפנוזה, מדיטציה, ואחרות. המטרה בסדנא תהייה לספק דרך מחשבה חלופית ורחבה מול הפרעות פסיכוסומטיות, הכרת שיטות טיפול ואיך לייצר גוף טיפולי אחד. מתווה שניתן להקמה בכל מקום.

ד"ר אמנון מוסק, סיים לימודי רפואה באוניברסיטת ת"א וביצע השתלמות ברפואה סינית בסרי-לנקה, ציילון. בשובו לארץ עסק ברפואה סינית כמה שנים בעיקר בתחום הכאב וגמילה מסמים. ב 1990 החל התמחות בנוירולוגיה בבית חולים איכילוב, ואחריה השתלמות בכאב ראש במאיו-קליניק בארה"ב. בהמשך עבד במרפאת הכאב ובמחלקה לנוירולוגיה בבית חולים איכילוב, עד שמונה לסגן מנהל המחלקה ובהמשך לסגן מנהל המערך לנוירולוגיה באיכילוב. עיסוקו העיקרי הוא בטיפול בכאבי ראש ופנים. אבל העיסוק בכאב וברגש, משך למרפאה חולים עם תסמינים רפואיים לא מוסברים / הפרעות פסיכוסומטיות, שהביאו לפתיחת המרפאה להעצמה גופנית במקביל למרפאת הכאב. המרפאה נותנת מענה רחב טווח, הוליסטי-רפואי במגוון שיטות טיפול נפשיות וגופניות. בשנת 2019 סיים לימודי פסיכותרפיה, נותן מענה גם בתחום זה.



כיצד נרשמים?

לרישום לכנס לחצו כאן!

עלויות רישום לכנס:

אנשי מקצוע: 150 ש"ח

ממחים גמלאים וסטודנטים: 120 ש"ח

במידה והנך חבר/ת אגודה לשנת 2022: ההשתתפות בכנס ללא עלות!
לינק ישלח אליך בסמוך למועד האירוע - הנך מוזמנת/ת להירשם לסדנה לבחירתך בלינק מטה



להצטרפות לאגודה לחצו כאן!

דמי חבר שנתיים לאגודה:

אנשי מקצוע: 220 ש"ח

מתמחים, גמלאים וסטודנטים: 180 ש"ח

ניתן לשלוח מייל ל- psysomail@gmail.com ונדאג לחזור אליך להשלמת הרישום

נרשמתי! מה עכשיו?

ברכות! כעת מה שנותר לעשות הוא לבחור סדנה קלינית בה תרצו להשתתף



לבחירת הסדנה הקלינית לחצו כאן!

האגודה הישראלית לפסיכוסומטיקה | psysomail@gmail.com

