***סדנאות בנושא כאב אבחון וטיפול***

***"למלא את הארגז הטיפולי"***

**לשנת 2018-2017**



מפגשי העשרה חודשיים ממיטב המרצים של המכון לרפואת כאב, רמב"ם

שלום רב

אנו משיקים השנה סדרת סדנאות בהנחיית רופאים ומטפלים מצוות המכון לרפואת כאב בנושא תסמונות כאב, אבחון והגישה טיפולית בהם. בכל מפגש יוצג נושא ייחודי, תוך דיון באספקטים שונים הכוללים גישות חדשות.

מטרת הסדנאות הינה מתן כלים חדשים לאבחון וגישה טיפולית בכאב. כל מפגש יכלול לימוד אודות אבחון כאב שריר ושלד באזור שונה בגוף. ההרצאות יכללו לימוד בסגנון PBL בנוסף להרצאה עיונית והדרכה מעשית. ניתן להירשם כל סדנא בנפרד בלבד אך חשוב לציין שהסדנאות מבוססות על תוכן הלימוד של הסדנא הראשונה.

השתתפות בתשע מתוך עשר הסדנאות מזכה בקבלה תעודה מטעם בית הספר לרפואת כאב של רמב"ם על השתתפות בקורס "אבחון פיזיקאלי של כאבי שריר ושלד"

**קהל היעד:** רופאי משפחה

המיקום: המכון לרפואת כאב, הסלון, מרכז ההכשרה-בנין 11, רחוב עפרון 11

**עלות:** 200 ש״ח למפגש

**השתתפות ב 5 מפגשים מזכה בהנחה של 100 ₪**

**השתתפות ב 8 מפגשים מזכה בהנחה של 200 ₪**

**השתתפות בכל המפגשים מזכה בהנחה של 300 ₪**

יש להסדיר את התשלום מראש

תכנית שעות:

 16:00-16:15 התכנסות וכיבוד קל

 16:15-17:30 חלק א'

 17:30-17:45 הפסקה

 17:45-19:00 חלק ב'

מרכזי התוכנית:

ירון קוניגסברג אוסטיאופת במכון לרפואת כאב, רמב"ם

ד"ר מיכאל דנוף כירופרקטור במכון לרפואת כאב, רמב"ם

ד"ר וולפסון סימון, מנהל המכון לרפואת כאב, רמב"ם

שליחת טופס הרשמה במייל: b\_goldwein@rambam.health.gov.il או בפקס 04-7773505.

בכל שאלה ניתן לפנות לד"ר וולפסון- s\_vulfsons@rambam.health.gov.il

 לירון קוניגסברג- ykonigsberg@gmail.com

התכנית:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***תאריך*** | ***שם הסדנא*** | ***מרצה*** | ***מנחה תרגול*** |
| 16.10.2017 | מבוא לאבחון כאבי שריר ושלד | ירון קוניגסברג | ד"ר מיכאל דנוף |
| 06.11.2017 | כאב גב תחתון | ירון קוניגסברג | ד"ר מיכאל דנוף |
| 04.12.2017 | כאב צווארי | ירון קוניגסברג | ד"ר מיכאל דנוף |
| 01.01.2018 | כאב כתף | ירון קוניגסברג | ד"ר מיכאל דנוף |
| 05.02.2018 | כאב במפרק הירך | ירון קוניגסברג | ד"ר מיכאל דנוף |
| 05.03.2018 | כאב בברך | ירון קוניגסברג | ד"ר מיכאל דנוף |
| 09.04.2018 | כאב במרפק, אמה וכף יד | ירון קוניגסברג | ד״ר מיכאל דנוף |
| 07.05.2018 | כאב ברגל, בכף הרגל ובקרסול | ירון קוניגסברג | ד״ר מיכאל דנוף |
| 04.06.2018 | כאב קרניופציאלי | ירון קוניגסברג | ד״ר מיכאל דנוף |
| 02.07.2018 | סדנת PBL אינטגרטיבית | ירון קוניגסברג | ד״ר מיכאל דנוף |

**סדנא מספר 1**

**מבוא לאבחון כאבי שריר ושלד ברפואת כאב**

**תכנית:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 16:00-16:15  | התכנסות וכיבוד קל |  |
| 16:15-17:30  | תהליך האבחון הקליני בבדיקה פיזיקאלית של כאב במערכת השרירים והשלד. PBL כאב שריר ושלד | **ירון קוניגסברג** |
| 17:30-17:45  | הפסקה |  |
| 17:45-19:00  | הדרכה מעשית במישוש נקודות ציון אנטומיות ובביצוע בדיקה נוירולוגית של דרמטומים, מיוטומים ורפלקסים בגפיים העליונות והתחתונות  | **ד"ר מיכאל דנאוף** |

**מסיימי סדנא זו ידעו:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
| * להכיר את הפרוטוקול הקליני של אבחון כאבי שרירים ושלד
 |
| * לאפיין את הסימפטומים ואת סוגי כאב השכיחים בכאבי שרירים ושלד (כאב מיופסציאלי/ כאב נוירופאתי/ כאב סומטי מושלך/ רדיקולופתיה)
 |
| * להכיר את נקודות הציון האנטומיות העיקריות באבחון פיזיקאלי של כאב מוסקולוסקלטרי
 |
| * לבדוק מיוטומים, דרמטומים ורפלקסים בגפיים העליונות והתחתונות
 |

 |

**סדנא מספר 2**

**כאבי גב תחתון**

**תכנית:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 16:00-16:15  | התכנסות וכיבוד קל |  |
| 16:15-17:30  | כאב גב תחתון: פתופיזיולוגיה, אבחנה מבדלת ואבחון קליני.PBL כאב בע"ש מותני | **ירון קוניגסברג** |
| 17:30-17:45  | הפסקה |  |
| 17:45-19:00  | תרגול של אבחון קליני של כאבים בגב תחתון | **ד"ר מיכאל דנאוף** |

**מסיימי סדנה זו ידעו:**

|  |
| --- |
| * להבדיל בין כאב רדיקולרי, כאב סומטי מושלך ורדיקולופתיה ממקור ע"ש מותני ואגן הירכיים
 |
| * לזהות דגלים אדומים בכאבי גב תחתון
 |
| * להבדיל בין קלאודיקציה נוירוגנית לבין קלאודיקציה ממקור וסקולרי
 |
| * לזהות כאב מיופסציאלי בגב תחתון ובגפיים תחתונות ממקור:

Gluteus medius, quadratus lumborum, multifidus  |
| * לבצע בדיקת SLR ובדיקת Femoral Tension Test
 |

|  |
| --- |
|  |
|  |

**סדנא מספר 3**

**כאב צווארי**

**תכנית:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 16:00-16:15  |  התכנסות וכיבוד קל |  |
| 16:15-17:30  | כאב בע"ש צווארי: פתופיזיולוגיה, אבחנה מבדלת ואבחון קליני.PBL כאב בע"ש צווארי | **ירון קוניגסברג** |
| 17:30-17:45  | הפסקה |  |
| 17:45-19:00  | תרגול אבחון קליני של כאבים בע"ש צווארי | **ירון קוניגסברג** |

**מסיימי סדנא זו ידעו:**

|  |
| --- |
| * להבדיל בין כאב בע"שׁ צווארי ממקור סומטי/ נוירופאתי/ וסקולרי
 |
| * לזהות דגלים אדומים בכאב בע"ש צווארי
 |
| * לזהות כאב מיופסציאלי בע"ש צווארי ממקור:

Trapezius, sternocleidomastoid, scalenes, splenius capitis, levator scapula, longus colli, erector spinae |
| * לבצע את הבדיקות הבאות:

Lhermitte's testMaximal foraminal compression testCervical distraction test |

**סדנא מספר 4**

**כאבי כתף**

**תכנית:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 16:00-16:15  |  התכנסות וכיבוד קל |  |
| 16:15-17:30  | כאבי כתף: פתופיזיולוגיה ואבחון קליניPBL כאב כתף | **ירון קוניגסברג** |
| 17:30-17:45  | הפסקה |  |
| 17:45-19:00  | תרגול אבחון קליני של כאבים בכתף | **ד"ר מיכאל דנאוף** |

**מסיימי סדנא זו ידעו:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
| * להכיר את תסמונות הכאב הנפוצות בכתף:

Subacromial Impingement SyndromeLabral tearsCalcific TendonitisThoracic Outlet Syndrome |
| * לזהות כאב כתף ממקור: ADHESIVE CAPSULITIS
 |
| * להבדיל בין כאב ממקור צווארי לבין כאב ממקור מפרק הכתף כאשר ישנה הקרנה לגפה עליונה
 |
| * לזהות דפוסי הקרנה ולדעת לבצע בדיקה פיזיקאלית של השרירים הבאים:

Supraspintus, infraspinatus, teres minor, teres major, latissimus dorsi, subscapularis, rhomboid major, rhomboid minor, pectoralis major and pectoralis minor, serratus anterior |

**סדנא מספר 5** **כאבי ירך** |
|  |

**תכנית:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 16:00-16:15  |  התכנסות וכיבוד קל |  |
| 16:15-17:30  | כאבי ירך: בביומכניקה, אבחנה מבדלת ואבחון קליני PBL כאב ירך | **ירון קוניגסברג** |
| 17:30-17:45  | הפסקה |  |
| 17:45-19:00  | תרגול ואבחון קליני של כאבים בירך  | **ד"ר מיכאל דנאוף** |

**מסיימי סדנא זו ידעו:**

|  |
| --- |
| * להכיר את דפוסי ההקרנה של כאבים בירך ולדעת להבחין בין כאב על רקע ארתריטי לבין כאב על רקע מיופסציאלי
 |
| * לזהות דפוס הליכה מסוג: Trendelenburg Gait
* לזהות את לכידת העצב Lateral femoral cutaneous ואת meralgia paresthetica
 |
| * להכיר את דפוסי ההקרנה ולדעת לבצע בדיקה פיזיקאלית של השרירים ההבאים: Iliopsoas, gluteus medius, gluteus minimus, piriformis, adductor longus
 |
| * לבצע את הבדיקות האורתופדיות הבאות:

Faber Test, Trendelenburg Test, Fair Test, Thomas test  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **סדנא מספר 6** **כאבי ברכיים****תכנית:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 16:00-16:15  |  התכנסות וכיבוד קל |  |
| 16:15-17:30  | כאבי ברכיים: בביומכניקה, אבחנה מבדלת של סוגי כאב ואבחון קליני PBL כאב ברכיים | **ירון קוניגסברג** |
| 17:30-17:45  | הפסקה |  |
| 17:45-19:00  | אבחון קליני של כאבים בברך  | **ד"ר מיכאל דנאוף** |

 |
| **מסיימי סדנא זו ידעו**

|  |
| --- |
| * להבדיל בין כאב שמושלך או מוקרן לברן ממקור ע"ש מותני/ירך לבין כאב מקומי בברך
 |
| * להבדיל בין כאב ממקור ארתריטי/דלקתי לבין כאב ממקור מיופסציאלי
 |
| * להכיר דפוסי הקרנה ולדעת לבצע בדיקה פיזיקאלית של השרירים הבאים:

 Vastus medialis, rectus femoris, sartorius, gracilis, semitendinosis, adductor longus, biceps femoris, Iliotibial Band |
| * לבצע את הבדיקות האורתופדיות הבאות:

McMurray's TestValgus Stress TestVarus Stress TestLachman's Test  |

 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

**סדנא מספר 7**

**כאב במרפק, אמה וכף יד**

**תכנית:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 16:00-16:15  |  התכנסות וכיבוד קל |  |
| 16:15-17:30  | כאבים במרפק אמה וכף היד: פתופיזיולוגיה, אבחנה מבדלת ואבחון קליניPBL כאבים בגפה העליונה | **ירון קוניגסברג** |
| 17:30-17:45  | הפסקה |  |
| 17:45-19:00  | אבחון קליני של כאבים במרפק, אמה וכף היד | **ד"ר מיכאל דנאוף** |

**מסיימי סדנא זו ידעו:**

|  |
| --- |
| * להבדיל בין כאב מקומי במרפק, אמה וכף יד לבין כאב מושלך/ מוקרן מע״ש צווארי/כתף
 |
| * להבדיל בין כאב ממקור מיופציאלי לבין ממקור נוירופתיה פריפרית
 |
| * לזהות נוירופתיה פריפרית ולכידות עצב ממקור: Median nerve, ulnar nerve, radial nerve
 |
| * לזהות דפוסי הקרנה ולדעת לבצע בדיקה פיזיקאלית של השרירים הבאים:

Triceps, biceps, brachialis, brachioradialis, supinator, pronator teres, extensor carpi ulnaris, extensor carpi radialis (longus and brevis), flexor digitorum superficialis, flexor carpi radialis, flexor carpi ulnaris |

**סדנא מספר 8**

**כאב ברגל, כף הרגל ובקרסול**

**תכנית:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 16:00-16:15  |  התכנסות וכיבוד קל |  |
| 16:15-17:30  | כאבים ברגל, כף הרגל ובקרסול: פתופיזיולוגיה, אבחנה מבדלת ואבחון קליניPBL כאבים בגפה בתחתונה | **ירון קוניגסברג** |
| 17:30-17:45  | הפסקה |  |
| 17:45-19:00  | אבחון קליני של כאבים ברגל, כף הרגל ובקרסול | **ד"ר מיכאל דנאוף** |

**מסיימי סדנא זו ידעו:**

|  |
| --- |
| * להכיר מאפיינים קליניים של תסמונות הכאב הנפוצות בגפה התחתונה:

Compartment syndrome, Medial tibial stress syndrome, tibial stress fracture, Achilles tendinopathy, ATFL injury, planar fasciitis (fasciosis?), Mortons neuroma |
| * לדעת להבדיל קלינית בין כאב מקומי בגפה התחתונה לבין כאב ממקור ע״ש מותני/ירך/מפרק הסקרואליאק
 |
| * לזהות נוירופתיה פריפרית ממקור: Tibial nerve, common peroneal nerve
 |
| * לזהות דפוסי הקרנה ולדעת לבצע בדיקה פיזיקאלית של השרירים הבאים:

Tibialis anterior, gastrocnemius, soleus, peroneus longus and brevis, tibialis posterior, quadratus plantae |

**סדנא מספר 9**

**כאב קרניופציאלי**

**תכנית:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 16:00-16:15  |  התכנסות וכיבוד קל |  |
| 16:15-17:30  | כאב קרניופציאלי: פתופיזיולוגיה, אבחנה מבדלת ואבחון קליניPBL כאב קרניופציאלי | **ירון קוניגסברג** |
| 17:30-17:45  | הפסקה |  |
| 17:45-19:00  | אבחון קליני של כאב קרניופציאלי | **ד"ר מיכאל דנאוף** |

**מסיימי סדנא זו ידעו:**

|  |
| --- |
| * להכיר את המאפיינים הקליניים של כאבי ראש ראשוניים

 (Tension headache, migraine, cluster headache) |
| * לזהות כאבי מראש מסוג: cranial neuralgias

(Trigeminal neuralgia, occipital neuralgia) |
| * לזהות דגלים אדומים באבחון כאבי ראש
 |
| * לבצע בדיקה אורטופדית של מפרק ה-TMJ
 |
| * לזהות דפוסי הקרנה ולדעת לבצע בדיקה פיזיקאלית של השרירים הבאים:

Masseter, medial pterygoid, lateral pterygoid, temporalis, sternocleidomastoid, trapezius, longus colli, splenius capitis, sub-occipital muscles |

**סדנא מספר 10**

**סדנת PBL אינטגרטיבית**

**תכנית:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 16:00-16:15  |  התכנסות וכיבוד קל |  |
| 16:15-17:30  | PBL של כאב במספר מוקדים בגוףלימוד אודות תסמונות כאב מורכבות וכאב במפרק ללא טראומהגישה לאבחון כאב במערכת שריר-שלד | **ירון קוניגסברג**ד"ר סיימון וולפסון |
| 17:30-17:45  | הפסקה |  |
| 17:45-19:00  | תרגול בזוגות של אבחון קליני. בחלק זה של היום כל זוג יקבל תיאור של ארבעה מקרים קליניים שישלבו תלונות אודות כאבים במספר מוקדים בגוף. התרגול יכלול שימוש בפרוטוקול האבחון הפיזיקאלי שנלמד בקורס. | **ד"ר מיכאל דנאוף** |

**מסיימי סדנא זו ידעו:**

|  |
| --- |
| * לבצע אבחון קליני ייסודי כאשר המטופל מתלונן על כאב במספר מוקדים בגוף
 |
| * לזהות דלקת מפרקים מסוג Spondyloarthropathy
 |
| * לעשות אבחנה מבדלת כאשר פציינט מתלונן על כאב במפרק ללא היסטוריה של טראומה
 |
| * לזהות תסמונות כאב מורכבות כגון שכוללות מרכיב של כאבי מפרקים/שרירים במספר מוקדים בגוף (Fibromyalgia, polymyalgia rheumatic)
 |

*טופס הרשמה לסדנאות בנושא כאב*

|  |  |
| --- | --- |
| תואר (ד"ר, גב', מר) |  |
| שם משפחה |  |
| שם פרטי |  |
| תחום עיסוק |  |
| כתובת |  |
| מיקוד |  |
| טלפון |  |
| דואר אלקטרוני |  |

אני מעוניין להשתתף בסדנאות הבאות:

□ סדנא 1- מבוא לאבחון כאבי שריר ושלד ברפואת כאב

□ סדנא 2- כאבי גב תחתון

□ סדנא 3- כאב צווארי

**השתתפות ב-5 מפגשים מזכה בהנחה של 100 ₪**

**השתתפות ב-8 מפגשים מזכה בנחה של 200 ₪**

**השתתפות בכל המפגשים מזכה בהנחה של 300 ₪**

**יש להסדיר את התשלום מראש**

□ סדנא 4- כאב בכתף

□ סדנא 5- כאב במפרק הירך

□ סדנא 6- כאב בברך

□ סדנא 7- כאב במפרק, אמה וכף יד

□ סדנא 8- כאב ברגל, קרסול וכף הרגל

□ סדנא 9- כאב קרניופציאלי

□ סדנא 10- PBL אינטגרטיבית

סה"כ סדנאות: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ X 200 ₪ סה"כ לתשלום: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**אפשרויות תשלום:**

□ מצורפת המחאה לפקודת: תאגיד בריאות רמב"ם

או

□ נא לחייב את כרטיס האשראי שלי:

סוג כרטיס \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ מספר כרטיס\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

תוקף (שנה/חודש) \_\_\_\_/\_\_\_\_ בעל הכרטיס \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**חתימה \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**אין אפשרות לשלם במזומן!**

**נא לשלוח ל:**

1) פקס: 04-8543505

2) דואר אלקטרוני: b\_goldwein@rambam.health.gov.il