



סדנה לטיפול בכאבי כתף

השרשרת הקינטית באבחון וטיפול במצבי כאב בכתף

קרה לכם ?

התאמתם תכנית טיפול מעולה, בחרתם בתרגילי כתף נכונים, הדרכתם בביצוע מדויק, המטופל שיתף פעולה והתמיד בתרגול ואף השתפר במידה מסוימת - ובכל זאת הכאב מתלקח מחדש בכל פעם שניסה לחזור לפעילות?

לא מדובר רק בספורטאים מקצועיים או חובבים שלעיתים אפשר "לתלות את האשם" בעומס יתר. גם אצל אנשים שאינם עוסקים בספורט וסובלים מכאבי כתף התופעה קיימת - הקושי להגיע לשיפור יציב ותפקוד ללא כאבים בכתף.

מושג השרשרת הקינטית (Kinetic chain) מתאר אינטראקציה מורכבת ותיאום בין מקטעי גוף שונים, הפועלים לייצר ולהעביר אנרגיה וכוח במהלך תנועות תפקודיות. ישנן עדויות מחקריות רבות לכך שליקוי תפקודי בחלקים של השרשרת הקינטית עלול לפגוע בהעברת האנרגיה הנדרשת לפעילות הכתף.

מטרת הסדנה:

היכרות עמוקה עם השרשרת הקינטית בהקשר של כאבי כתף - אבחון מדויק, הנחיות לטיפול, בניית תכנית טיפולית יעילה וכן הכרות עם הגישה הרב-תחומית הנדרשת. מתן כלים בסיסיים ישימים למפגש הבא עם המטופל עם כאבי כתף.

תוכן הסדנה:

- מהי השרשרת הקינטית? הבנה מעמיקה של המושג ויישומו בכתף
- אבחון מבוסס מחקר - כיצד ליקוי תפקודי בחלקים של השרשרת הקינטית עלול לפגוע בהעברת האנרגיה הנדרשת לפעילות הכתף
- הערכה קלינית ממוקדת - זיהוי ליקויים ותבניות פיצוי באנשים עם כאבי כתף, וכיצד לבצע הערכה קלינית שתאפשר איתור מעורבות של מקטעים בשרשרת הקינטית
- בניית תכנית טיפולית יעילה :
 - האם להשתמש בטכניקות מנואליות? מתי? ואיך?
 - איך להתאים תרגילים באופן ספציפי לליקויים שונים?
 - הבנת ההיגיון שמאחורי כל תרגיל והפוטנציאל שלו להשפיע על תפקוד הכתף
- תיאורי מקרה מעשיים
- תרגול מעשי של כלי הערכה



פרטי הסדנה:

יום שישי, 15.5.26, 8:00-13:00
"החממה להכשרות מתקדמות" רחוב המלאכה 3, בנימינה

עלות הסדנה:

הרשמה מוקדמת עד 15.4.26 550 ₪ כולל מע"מ, הרשמה רגילה 600 ₪ כולל מע"מ
מדיניות ביטולים: החזר מלא אם חל ביטול טרם 1.5.26. אחרי כן לא תושב המקדמה

למשתתפים תינתן גישה לדף קורס כולל חומר הפניה למאמרים רלוונטים, טופס בדיקה יעודי, והקלטה של הסדנה, למשך 30 יום. כמו כן לקראת הסדנה תיפתח קבוצת ווטסאפ למשתתפי הסדנה שתשמש בשלב ראשון לעדכונים ובהמשך כקבוצת יעוץ, שיתוף, ועדכון ידע.

בואו להכיר גישה מבוססת מחקר להערכה וטיפול בכאבי כתף - דרך האבחון והטיפול שלכם לגשת עומדת להשתנות!

על החממה:

החממה היא בית מטפח לחשיבה קלינית וקהילת ידע סקרנית עבור למי שרוצה לשתף לשאול וללמוד יותר לעומק. בחממה כיום יש הכשרות בסיסיות ומתקדמות בתחומי ניהול בשיקום כגון שיקום ווסטיבולרי, שיקום עצב הפנים, זעזועי מח וכעת גם שיקום כתף. כדאי לעקוב אחר פרסומים להצטרפות לימי עיון וסדנאות נוספות.

על המרצה:

רינה אטרקצי BPT MOccH

פיזיותרפיסטית עם 38 שנות ניסיון קליני. את התמחותה בטיפול בבעיות כתף רכשה לאורך השנים במסגרת הכשרות מתקדמות בארץ ובעולם והיא בעלת רקע קליני עשיר בשיקום הכתף. הגישה הטיפולית שלה מאמינה בשילוב טכניקות ידניות ותרגול מותאם אישית, יחד עם התייחסות למרכיבים הפסיכוסוציאליים המיוחדים לכל מצב ולכל מטופל. כיום, עוסקת כפיזיותרפיסטית בקליניקה פרטית בבאר יעקב. בנוסף לעבודתה הקלינית, היא מרצה במסגרות אקדמיות ובקורסים מתקדמים לפיזיותרפיסטים ומרפאים בעיסוק. בעברה שימשה כמרצה וכמרכזת הקורס "שיקום אורתופדי" בבית הספר לפיזיותרפיה באסף הרופא, שם העבירה את הידע והניסיון הרב שצברה לדורות הבאים של הפיזיותרפיסטים

