

תכנית ההשלמה לתואר ב"א בסייעוד בנצרת

קורס 290.1924: מבוא לרפואה אלטרנטיבית

מרצה: ד"ר מיכל לביא

שנה"ל תשע"ב 2011-2012

סמסטר א', יום ג' 10-12

דוא"ל: MichalTipul@gmail.com

שעות קבלה: לפי תיאום מראש

רקע

בעשור האחרון התרחב השימוש בשיטות ריפוי שאינן שייכות לרפואה הקונבנציונלית, וחלק מהן כבר משולבות במסגרת מחלקות בבתי-החולים ובקופות החולים. בעולם ניכרת מגמה של הליכה לקראת "רפואה אינטגרטיבית" – שילוב מיטבי של הרפואה הקונבנציונלית והאלטרנטיבית, לטובת המטופל. כחלק מהצוות הרפואי הקונבנציונלי, כדאי שנהיה מודעים לשיטות הרפואה האלטרנטיבית שנמצאות בשימוש אצל המטופלים שלנו, פעמים רבות במקביל לטיפול הקונבנציונלי.

מטרות הקורס

הקורס מיועד להציג מבוא לנושא הרפואה האלטרנטיבית (רפואה משלימה), עבור אנשים שאינם מתמחים בתחום זה. מטרתו לאפשר לאנשי מקצוע מתחום הרפואה הקונבנציונלית הבנה, סקרנות ואפשרות לשיתוף פעולה עם מטפלים מתחום הרפואה האלטרנטיבית, לרווחת החולה. הקורס מאפשר הצצה לעולם הרפואה האלטרנטיבית, היכרות עם התחום והקניית הבנה בסיסית של המושגים והשיטות הכלולים בו: סוגי טיפולים, מושגי יסוד בשיטות השונות, וכן היתרונות והסכנות הכרוכות בשימוש בשיטות השונות.

מבנה הקורס

הקורס ייפתח ברקע על הרפואה האלטרנטיבית ועל שיטות המחקר הרלוונטיות לתחום זה. עיקר הקורס יעסוק בהיכרות עם שיטות שונות ברפואה המשלימה. בכל שיעור תוצג קבוצה של שיטות בעלות מכנה משותף, והתמקדות באחת או שתיים מהן. החלק האחרון של הקורס יעסוק בפן המעשי של הטיפול ברפואה משלימה, בעיקר במטפלים ומטופלים ברפואה המשלימה, ומה שביניהם (אתיקה, יחסי מטפל-מטופל). לאורך הקורס יינתנו הזדמנויות להיחשף לטיפול הרפואה המשלימה בהתנסות חווייתית ובדרכים נוספות שיפורטו במהלך הקורס.

- 2 -

מטלות ודרכי הערכה

1. חובת נוכחות בקורס.
2. קריאת חומר משיעור לשיעור, וחומר לקריאת חובה למבחן (יפורט במהלך הקורס).
3. הסטודנט יכול לבחור בין שתי אפשרויות לקביעת הציון בקורס:
 - א. **בחינה מסכמת בלבד.** הבחינה תתבסס על ההרצאות בכתה ועל חומר קריאת החובה.
 - ב. **בחינה מסכמת - 85% מהציון, והגשת דו"ח על השתתפות בהתנסות מעשית - 15% מהציון.** האפשרויות להתנסות יפורטו בתחילת הקורס.

נושאי הקורס

1. רפואה משלימה – מה, למה וכמה? הגדרות ומעמד הרפואה המשלימה בארץ ובעולם.
2. מחקר ברפואה המשלימה: שיטות וקשיים, קבוצות ביקורת ואפקט הפלסבו.
3. שיטות מרכזיות ברפואה המשלימה בישראל. כל שיעור יוקדש למקבץ שיטות בעלות מכנה משותף, תוך התמקדות באחת או שתיים מהשיטות הנפוצות בארץ: רקע תאורטי, אופן הטיפול וסיפורי מקרה, אינדיקציות וקונטרה-אינדיקציות, סיכונים אפשריים, והתייחסות מדעית (אם קיימת).
 - א. תרופות "טבעיות": נטרופתיה (צמחי מרפא, תזונה, תוספי מזון), הומיאופתיה ופרחי באך.
 - ב. טיפולי גוף-נפש בסיסיים: הרפיה, מדיטציה, דמיון מודרך.
 - ג. טיפולי גוף-נפש נוספים: התמקדות, ביופידבק והיפנוזה.
 - ד. רפואה סינית: עקרונות ושיטות (דיקור, טיפולי מגע, צמחי מרפא, תזונה, טאי-צ'י ודו-איין)
 - ה. טיפולים אנרגטיים: רייקי, הילינג
 - ו. טיפולי תנועה: יוגה, טאי-צ'י, פלדנקרייז, אלכסנדר
 - ז. טיפולי מגע: כירופרקטיקה ואוסטיאופתיה, עיסוי, שיאצו טווינה ואקופרסורה, רפלקסולוגיה
4. **רפואה משלימה הלכה למעשה:** היכן ואיך מקבלים טיפול? בחירת סוג הטיפול, בחירת המטפל, יחסי מטפל-מטופל, מבט לעתיד: רפואה אינטגרטיבית.
5. **אתיקה ברפואה המשלימה**
6. **רפואה משלימה ואני:** התנסות אישית (האפשרויות יפורטו בתחילת הקורס).

ספרים מומלצים

Snyder, M., & Lindquist, R. (Eds.) (2006). *Complementary/alternative therapies in nursing*. New York, NY: Springer. [RT41.C6 2006 .Google books limited preview](#).

הלוי, י. (2005). **רפואה משלימה ואלטרנטיבית: כל העובדות**. תל-אביב: זמורה-ביתן מוציאים לאור. [R733.H3 2005 .גוגל ספרים – ללא תצוגה מקדימה](#).

סינג, ס. וארנסט, א. (2009) **ריפוי או פיתוי? רפואה אלטרנטיבית במבחן** (ד. לוי, תרגום, א. אבירם, עריכת מהדורה עברית). תל-אביב: ספרי עליית הגג, ידיעות אחרונות וספרי חמד. [R733.S56816 2009 .גוגל ספרים – ללא תצוגה מקדימה](#).

קרוסו, ר. (1990). **אפשר גם אחרת: המדריך לרפואה אלטרנטיבית**. תל אביב: די-נור, ידיעות אחרונות וספרי חמד. [R733.K716 1990 .גוגל ספרים – ללא תצוגה מקדימה](#).
* ספר זה יצא במהדורה מחודשת בשנת 2004, אך מהדורה זו אינה נמצאת בספריית האוניברסיטה.

מקורות לפי נושאי הקורס

מקורות המסומנים בכוכבית* - קריאת חובה.

חומר הקריאה נמצא באתר הלמידה המתקשבת של הקורס.

1. רפואה משלימה – מה, למה וכמה?

דוניצה-שמידט, ס. ומנדה, ג. (2007). רפואה משלימה: עמדות ותפיסות בקרב הציבור (דוח מחקר). תל-אביב: יחידת המחקר וההערכה של מכללת סמינר הקיבוצים.

* הלוי, י. (2005). **רפואה משלימה ואלטרנטיבית: כל העובדות**. תל-אביב: זמורה-ביתן מוציאים לאור.
עמ' 12-14: מהי הרפואה המשלימה
עמ' 20-22: היסטוריה של הרפואה המשלימה

קרוסו, ר. (1990). **אפשר גם אחרת: המדריך לרפואה אלטרנטיבית**. תל אביב: ידיעות אחרונות וספרי חמד.
עמ' 6-7: הקדמה (רקע על הרפואה המשלימה)

- 4 -

2. מחקר ברפואה המשלימה

* הלוי, י. (2005). **רפואה משלימה ואלטרנטיבית: כל העובדות**. תל-אביב : זמורה-ביתן מוציאים לאור.
עמ' 14 - 20 כיצד נבחנות השפעה ויעילות של פעילות רפואית, ההיבט ההוליסטי של הרפואה המשלימה

סינג, ס. וארנסט, א. (2009). **ריפוי או פיתוי? רפואה אלטרנטיבית במבחן**. לוי, ד. (תרגום). אבירם, א. (עריכת
מהדורה עברית). תל-אביב : ספרי עליית הגג, ידיעות אחרונות וספרי חמד.

פרק 1. איך אנחנו קובעים מהי האמת?

עמ' 87 - 96 : כוח הפלסבו

עמ' 97 - 105 : הסומא מוליך את הסומא הכפול (על שיטות לתכנון ניסויים בדיקור)

Snyder, M., & Lindquist, R. (Eds.) (2006). *Complementary/alternative therapies in nursing*. New
York, NY: Springer.

Ch. 29: Perspectives of future research and practice, pp.383 -394

אתרי אינטרנט

The Cochrane collaboration. *Cochrane reviews on alternative medicine*.

http://www2.cochrane.org/reviews/en/topics/22_reviews.html Retrieved 1/9/2011.

Integrated medicine (in Hebrew). <http://www.igl.co.il/> Retrieved 1/9/2011.

National Center for CAM research. <http://nccam.nih.gov> Retrieved 1/9/2011.

3. שיטות מרכזיות ברפואה המשלימה בישראל

* הלוי, י. (2005). **רפואה משלימה ואלטרנטיבית: כל העובדות**. תל-אביב : זמורה-ביתן מוציאים לאור.

עמ' 24 - 36 : טכניקות מניפולציה (מגע) : עיסוי, אוסתאופתיה, כירופרקטיקה.

עמ' 37 - 47 : רפואת גוף-נפש : ביופידבק, דמיון מונחה, היפנוזה, מדיטציה

עמ' 48 - 69 : רפואה סינית : דיקור, צמחים, תזונה, טאי-צ'י

עמ' 75 - 78 : רפואה הודית : יוגה

עמ' 80 - 81 : צמחים

עמ' 172 - 186 : הומאופתיה, ארומתרפיה, פרחי באך.

עמ' 188 - 191 : תוספי תזונה

- 5 -

קרוסו, ר. (1990). **אפשר גם אחרת: המדריך לרפואה אלטרנטיבית**. תל אביב: ידיעות אחרונות וספרי חמד.
עמ' 8 -47: רקע על שיטות ברפואה משלימה: דיקור, כירופרקטיקה, הומיאופתיה, צמחי מרפא, ואוסטיאופתיה
עם נתורופתיה
עמ' 48 -55: רקע על רפואה מערבית

Snyder, M., & Lindquist, R. (Eds.) (2006). *Complementary/alternative therapies in nursing*. New York, NY: Springer.

Ch. 1: Overview of Cam therapies
pp. 56-58 Mind-body therapies
pp. 189-190 Energy and biofield therapies
Ch. 9: Yoga, pp.107 -116
Ch. 10: Biofeedback, pp. 117 - 128
Ch. 11: Meditation, pp. 129 -142
Ch. 19: Reiki, pp. 243 - 254
* Ch. 20: Acupressure, pp. 255 -270
Ch. 21: Reflexology, pp. 271 -282
Ch. 22: Massage, pp. 285 -294
* Ch. 25: Muscle relaxation techniques (הרפיה), pp. 323 -332
Ch. 27: Herbal medicine, pp.351 -366
Ch. 28: Functional foods (תוספי מזון), pp.367 -379

* שימו לב! הספר אמנם באנגלית, אבל רוב הפרקים אינם ארוכים, והם ידידותיים לקורא.

4. רפואה משלימה הלכה למעשה

הלוי, י. (2005). **רפואה משלימה ואלטרנטיבית: כל העובדות**. תל-אביב: זמורה-ביתן מוציאים לאור.
עמ' 20 -22: אינטגרציה של הרפואה המשלימה ברפואה הרגילה.
עמ' 358: מהלכה למעשה – המלצות לטיפול במחלות ילדים שכוחות
עמ' 370 -373: בקרת איכות וניהול סיכונים ברפואה המשלימה.

Humber, J. M., & Almeder, R.F. (1998). *Alternative medicine and ethics*. Totowa, NJ: Humana

Press. [R733.A45 1998. Google books limited preview.](#)

Ch 1: Barrett, S. "Alternative medicine": More hype than hope, pp. 1 -15, 23 -26, 19 -21

Ch.2: Patel, V. Understanding the integration of alternative modalities into an emerging healthcare model in the United States, pp. 43 -61, 76 -77

- 6 -

איך בוחרים מטפל בדיוק לך <http://www.tmuot.org.il/article.aspx?id=114> . נדלה בתאריך 1/9/2011.

גרוס, ר., אשכנזי, י., אלרועי, א., שכטר, ל. ושובל, י. (2011). **תפיסות רופאים, חולים וקובעי מדיניות לגבי טיפול משולב ברפואה משלימה וברפואה קונבנציונלית (דוח מחקר)**. ירושלים: מאיירס-ג'וינט-מכון ברוקדייל.

<http://brookdaleheb.jdc.org.il/Uploads/PublicationsFiles/571-11-Integrated-Care-REP-HEB.pdf> . נדלה בתאריך 1.9.2011.

התוויות נגד לטיפול ברפואה המשלימה <http://www.tmuot.org.il/category.aspx?catID=126> . נדלה בתאריך 1/9/2011.

עמיר, נ. וליכט, ג. **המטפל הטוב בשיאצו**. <http://www.tmuot.org.il/article.aspx?id=362> . נדלה בתאריך 1/9/2011.

תמורות. **שאלות ותשובות בנושא בחירת מטפל**. <http://www.tmuot.org.il/article.aspx?id=327> . נדלה בתאריך 1/9/2011.

5. אתיקה ברפואה המשלימה

Sampson, W., & Vaughn, L. (Eds.). (2000). *Science meets alternative medicine: What the evidence says about unconventional treatments*. New York, NY: Prometheus Books. [R733.S38 2000. No preview on google books.](#)

Ch. 10: The colloidal silver fraud, pp. 181 -184

Ch. 13: The ethics of alternative medicine, pp. 203 -226

Ch. 14: Therapeutic Touch (TT) – What could be the harm? pp. 227 -243

כנס אתיקה ומשפט ברפואה משלימה (2006). **ניירות עמדה: הסכמה מדעת לטיפול ברפואה משלימה, גבולות המגע בטיפולי רפואה משלימה – כללי אתיקה, עקרונות התקשורת בין רופאים למטפלים ברפואה משלימה**. <http://medlaw.haifa.ac.il/almed> . נדלה בתאריך 1/9/2011.

6. רפואה משלימה ואני

Snyder, M., & Lindquist, R. (Eds.) (2006). *Complementary/alternative therapies in nursing*. New York, NY: Springer.

* Ch. 4: Presence, pp.35 -44

* Ch. 5: Therapeutic listening, pp. 45 -56