

תכנית ההשלמה לתואר ב"א בסייעוד בנצרת
קורס 290.1936: מבוא לרפואה משלימה
מרצה: ד"ר מיכל לביא

שנה"ל תשע"ה 2014-2015

סמסטר א', יום ג' 10-12

דוא"ל: MichalTipul@gmail.com

שעות קבלה: בתיאום מראש

רקע

בעשור האחרון התרחב השימוש בשיטות ריפוי שאינן שייכות לרפואה הקונבנציונלית, וחלקן משולבות במסגרות שונות בבתי-החולים ובקופות החולים. בעולם המערבי ניכרת מגמה של הליכה לקראת "רפואה אינטגרטיבית" – שילוב מיטבי של הרפואה הקונבנציונלית וסוגי טיפול אחרים, לטובת המטופל. כחלק מהצוות הרפואי הקונוונציונלי, יש חשיבות להכרת שיטות הרפואה המשלימה שנמצאות בשימוש אצל המטופלים, פעמים רבות במקביל לטיפול הקונבנציונלי.

מטרות הקורס

הקורס מהווה מבוא לנושא הרפואה המשלימה, עבור אנשי מקצוע מתחום הרפואה הקונבנציונלית. מטרתו להקנות לצוות הסייעוד הבנה, סקרנות ואפשרות לשת"פ עם מטפלים מתחום הרפואה המשלימה, לרווחת החולה. הקורס עורך היכרות והקניית הבנה בסיסית של המושגים והשיטות הכלולים ברפואה המשלימה: סוגי טיפולים, מושגי יסוד ותיאוריות עליהן מבוססות השיטות השונות, יתרונות וסכנות הכרוכות בשימוש בשיטות השונות.

מבנה הקורס

הקורס ייפתח בהקדמה על הרפואה המשלימה ושיטות המחקר הרלוונטיות לתחום זה. עיקר הקורס יעסוק בהיכרות עם שיטות שונות ברפואה המשלימה. בכל שעור 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 לגישות ברפואה המשלימה בחומר הקריאה ובהתנסות חווייתית.

מטלות ודרכי הערכה

1. קריאת חומר משיעור לשיעור, חומר לקריאת חובה למבחן (יפורט בכתה).
2. **80% - בחינה מסכמת.** הבחינה תתבסס על ההרצאות בכתה ועל חומר קריאת החובה באנגלית.
3. **20% - בחינה בית ממוחשבים.** חובה לענות לפחות על 2 מהבחנים, שייערכו בין השעורים במהלך הקורס. מטרת הבחנים להכין אתכם למבחן שייערך באופן ממוחשב. ניתן לענות על הבחנים אך ורק במועדים שיצויינו באתר הקורס, והם מוגבלים בזמן (5 שאלות רבות ברירה, 10 דקות).
4. ציון עובר: 60%.

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 יעסוק במקבץ שיטות בעלות מכנה משותף, ויתמקד באחת/שתים מהשיטות הנפוצות בארץ. יוצגו התיאוריה שמאחורי הטיפול, אופן הטיפול וסיפורי מקרה, אינדיקציות וקונטרה-אינדיקציות, סיכונים ותופעות לוואי, והתייחסות מדעית (אם קיימת).
 - א. טיפולי גוף-נפש: הרפיה, מדיטציה, דמיון מודרך, התמקדות, ביופידבק והיפנוזה.
 - ב. רפואה סינית: עקרונות ושיטות (דיקור, טיפולי מגע, צמחי מרפא, תזונה, טאי-צ'י ודו-איין)
 - ג. טיפולי תנועה: יוגה, טאי-צ'י, פלדנקרייז, אלכסנדר
 - ד. טיפולי מגע: כירופרקטיקה ואוסטיאופתיה, עיסוי, שיאצו טווינה ואקופרסורה, רפלקסולוגיה
 - ה. טיפולים אנרגטיים: רייקי, הילינג
 - ו. תרופות "טבעיות": נטרופתיה (צמחי מרפא, תזונה, תוספי מזון), הומיאופתיה ופרחי באך.
5. **רפואה משלימה הלכה למעשה**: היכן ואיך מקבלים טיפול בישראל?
בחירת סוג הטיפול, בחירת המטפל, הסמכת ורישוי מטפלים, מבט לעתיד: רפואה אינטגרטיבית?
6. **אתיקה ברפואה המשלימה**: יחסי מטפל מטופל, בטיחות ויעילות הטיפול
7. **רפואה משלימה ואני**: השלכות אפשריות על עבודת צוות הסייעוד, והחיים האישיים. הקורס מעודד מעורבות אישית של התלמידים בחומר הנלמד על ידי הצגת סיפורי מקרה. הצגת מצגת בנושא תזכה בנקודות בונוס לציון. (פרטים ימסרו בכיתה ויימצאו באתר 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.S568I6 2009 .גוגל ספרים – ללא תצוגה מקדימה](#).

קרסו, ר. (1990). **אפשר גם אחרת: המדריך לרפואה אלטרנטיבית**. תל אביב: די-נור, ידיעות אחרונות וספרי חמד. [R733.K716 1990 .גוגל ספרים – ללא תצוגה מקדימה](#). (מהדורת 2004 אינה נמצאת בספריית האוני')

Shuval, J. T., Averbuch, E. (Eds.) (2012). *Alternative and bio-medicine in Israel: boundaries and bridges*. Boston, NY: Academic Studies Press. [R733.S58 2012](#)

מקורות לפי נושאי הקורס

מקורות המסומנים בכוכבית* - קריאת חובה. **מודגשים בצהוב** – קריאת חובה באנגלית, שבטוח תיכלל במבחן כל חומר הקורס נמצא באתר הלמידה המתוקשבת (כולל מצגות, חומר קריאת חובה, חומר העשרה וסרטוני הדרכה).

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

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

Shuval, J. T., Averbuch, E. (Eds.) (2012). *Alternative and bio-medicine in Israel: boundaries and bridges*. Boston, NY: Academic Studies Press.

Ch.12 Patients' Views: Cultural and health-care pluralism in northern Israel pp. 199 - 218

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

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

National Center for CAM research. <http://nccam.nih.gov>

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

קרוסו, ר. (1990). **אפשר גם אחרת: המדריך לרפואה אלטרנטיבית**. תל אביב: ידיעות אחרונות וספרי חמד.

עמ' 8 - 47: שיטות ברפואה משלימה: דיקור, כירופרקטיקה, הומיאופתיה, צמחי מרפא, אוסטיאופתיה ונטורופתיה

עמ' 48 - 55: רקע על רפואה מערבית

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

York, NY: Springer. * שימו לב! הספר אמנם באנגלית, אבל רוב הפרקים קצרים וידידותיים לקורא.

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

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 שכיחות

עמ' 370 - 373: בקרת איכות וניהול סיכונים ברפואה המשלימה.

Shuval, J. T., Averbuch, E. (Eds.) (2012). *Alternative and bio-medicine in Israel: boundaries and bridges*. Boston, NY: Academic Studies Press.

Ch.2 Health, Health Care and CAM in Israel pp. 29-37

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

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>

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

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

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

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

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.**

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

Shuval, J. T., Averbuch, E. (Eds.) (2012). *Alternative and bio-medicine in Israel: boundaries and bridges*. Boston, NY: Academic Studies Press.

Ch.8 Nurses Practice CAM – Spatial Separation. pp. 127 - 140