

2020

**סמינר בנושא:** מגמות וסוגיות במחקר של תסמונות גריאטריות

**מס' קורס:** 290.4041

**מועד:** סמסטר א', יום ד', 10:15-12:45

*“זקנה אינה אובדן הנעורים, אלא שלב חדש של הזדמנויות וכוחות.” בטי פרידמן*

**מרצה:**

פרופ' אנה זיסברג: [azisberg@univ.haifa.ac.il](mailto:azisberg@univ.haifa.ac.il)

**שעות קבלה:** בתיאום מראש

**אתר הקורס:** אתר הוראה מתוקשבת ב-MODEL קורס 290.4041 בשלוב עם אתר קמפוס, קורס Mooc :  
[https://campus.gov.il/course/course-v1-uoh-acd\\_uoh\\_geriatricsgerontology1](https://campus.gov.il/course/course-v1-uoh-acd_uoh_geriatricsgerontology1) גריאטריה וגרונטולוגיה

## הצגת הקורס:

הקורס הנדון יציע למשתתפיו להעמיק במגוון רחב של סוגיות קליניות ופסיכו-סוציאליות בהקשר לטיפול / עבודה עם זקנים. במהלך הקורס נכיר ונדון במושגי יסוד של גרונטולוגיה וגריאטריה כגון: Multi-morbidity, Frailty, Successful Aging, Ageism, Continuity, Disability free life expectancy "הזדקנות במקום", התאמת אדם-סביבה ועוד. נבין לעומק הבדלים בין שינויים נורמטיביים של הזקנה לשינויים פתולוגיים. נבחן מחקרים עדכניים וגישות אבחון וטיפול בסינדרומים גריאטריים שכיחים כמו: דיכאון, דמנציה, דליריום, ירידה תפקודית, Polypharmacy, אי שליטה על הסוגרים, ונפילות. נדבר בהרחבה על תופעות של אלימות בזקנים ומניעתה. נסקור שירותים גריאטריים הקיימים בישראל ונציין למי הם מתאימים יותר ולמי פחות. ובכל נושא שעליו נדבר נדגיש את הסוגיות הטיפוליות והמחקריות שהנושא מעלה. ננסה להבין איפה עדיין קיימים פערים בין תיאוריה, מחקר ויישום ואיך אנו כחוקרים לעתיד יכולים לתרום לסגירת הפערים הללו.

## מטרות הקורס:

להעמיק במגוון רחב של סוגיות קליניות ופסיכו-סוציאליות בטיפול ועבודה עם זקנים.  
**מטרות החלק המתקשב של הקורס:** לתת לסטודנטים רקע רחב בשאלות רבות שיהווה בסיס לדיונים קבוצתיים: • האם אנו יודעים מה הסיבה לתהליך ההזדקנות ומה הסוד לאריכות ימים? האם יש לגרונטולוגים את המתכון האולטימטיבי להזדקנות מיטבית? • מהם השינויים הטבעיים והבלתי נמנעים בגיל הזקנה ומה נחשב פתולוגי ודורש טיפול?

בנוסף, הקורס יאפשר הכרות עם מושגי יסוד בגרונטולוגיה וגריאטריה: ריבוי תחלוא, רזרבות, הומאוסטזיס, תוחלת חיים תפקודית, שבריריות, הזדקנות מוצלחת, התאמת אדם-סביבה, ורבים נוספים. בקורס הסטודנט יקבל את הבסיס הנדרש לגבי הענקים הגריאטריים כמו דמנציה, דליריום, ירידה בשמיעה, ריבוי תרופות, אי שליטה על סוגרים, נפילות, דיכאון וחרדה. נלמד באופן חווייתי על מהי הערכה גריאטרית מקיפה, מה מרכיביה, למי היא

מיועדת וכיצד היא מתבצעת. בנוסף, סטודנטים יקבלו בסיס ידע ראשוני בנושא אלימות כלפי הזקנים, וטיפול מוסדי וקהילתי.

**מטרות החלק הפרונטלי של הקורס:** לבחון מחקרים עדכניים וגישות אבחון וטיפול במצבים שכיחים בגריאטריה שמאתגרים אותנו כמטפלים פורמליים ובלתי פורמליים לבני משפחה. נדון במקרים מהשטח תוך ניסיון ליישם את מה שלמדנו בתיאוריה. נדון בסוגיית שיתוף העבודה בצוות רב מקצועי בטיפול בזקנים. חלק מנושאי הדיון נתאים לתחומי עניין של הסטודנטים שישתתפו בקורס.

### מבנה הקורס:

הקורס ינוהל במתכונת של הוראה פרונטאלית בשילוב חומר תיאורטי מתוקשב הנרשמים לקורס מתבקשים להירשם דרך פלטפורמת קמפוס לקורס Mooc גריאטריה וגרונטולוגיה ממוקם ומנוהל דרך פלטפורמת קמפוס. החלק המתוקשב של הקורס מורכב מ-9 יחידות שכל אחת היא נושא תוכן רחב בתחום גריאטריה או גרונטולוגיה. לכל יחידה מספר תתי יחידות הממוקדות בנושאים נבחרים של אותה יחידה. בכל תתי יחידה קיימת הרצאה קצרה (5 עד 10 דקות) ומטלה המאפשרת לבחון את מידת הבנתכם ושליטתכם בחומר.

בנוסף יתקיימו בקורס שישה מפגשים פרונטליים בהם נדון בהרחבה בתסמינים גריאטריים או סוגיות נבחרות בתחום הגריאטריה. ארבעה שיעורים יועברו ע"י קבוצת הסטודנטים שיבחרו בנושא בתחילת הקורס. בכל שיעור נדון ב-2 נושאים שיוצגו ע"י הסטודנטים ובהנחיית המרצה. בנוסף כל קבוצה תיפגש לפחות פעם אחת למשך כ-45 דקות לצורך בניית מערך השיעור עם המרצה.

לפניכם טבלה המסכמת ומשלבת את התכנים שנלמד באופן פרונטלי ומתוקשב: נושאים למפגשים פרונטליים יבחרו במפגש הראשון בהתאם לתחומי העניין של הסטודנטים.

| נושא דרך לימוד  | תתי-נושאים   | חומר קריאה מומלץ  |
|---|--|---|
| 1. זקנה הזדקנות וזקנים - למה זה קורה לנו ואיך כדאי להזדקן (יחידת לימוד מתוקשבת) | מושגי יסוד בגריאטריה וגרונטולוגיה                                    | איילון, ל. (2018). סביבה מול תורשה- הוויכוח המוכר בגיל הזקנה. מתוך סקס תרופות ורוקנרול, 51-57.  |
|   | העולם וישראל הולכים ומזדקנים   |   |
|   | תיאוריות ביולוגיות של הזדקנות  |   |
| 21.10   | תיאוריות סוציולוגיות ופסיכולוגיות של ההזדקנות                        | Rowe, J.W., & Kahn, R.L. (1997). Successful aging. <i>Gerontologist</i> , 37(4), 433-40.        |
|   | זקנה מוצלחת - התיאוריה והסוגיות שהיא מעלה                            |   |
| פגישה פרונטלית  | הכרות, שיח על מבנה והעבודה בקורס ובחירה סופית של נושאים לדיון במליאה |   |
| 01.11 עד 14.11  | 2. בין פיזיולוגיה לפתולוגיה בזקנה (יחידת לימוד מתוקשבת)              | לביא, ל. (2015). "אני שומע אבל לא מבין" על שמיע ותקשורת בזקנה. מתוך גרונטולוגיה מעשית, 259-293. |
|   | הקדמה לפיזיולוגיה של הזקנה   |   |
|   | הזדקנות מערכות החושים: שמיעה וראיה התמודדות עם ירידה בשמיעה          |   |
| 14.11   | שינויים פיזיולוגיים במערכות לב וריאה                                 | Olshansky, S. J., Carnes, B. A., & Butler, R. N. (2001). If humans                              |
|   | שינויים פיזיולוגיים במערכת כליות, שתן ועיכול                         |   |
|   | שינויים פיזיולוגיים במערכת שריר ושלד                                 |   |

|   |  |  |                |                                 |               |
|---|--|--|----------------|---------------------------------|---------------|
| were built to last. <i>Scientific American</i> , 284(3), 50-55.   | הזדקנות העור מערכת חיסונית ומאזן חום הגוף  |  |                |                                 |               |
| זיסברג א'. ושחף ש' (2015). סיעוד הזקן - בין גרונטולוגיה לגריאטריה. מתוך גרונטולוגיה מעשית, 181-212.   | ראיון עם קטרין וואן-סון: "לראות ולהרגיש כמו שזקן מרגיש"<br>קצת היסטוריה וענקי הגריאטריה<br>שביריות - Frailty   |  |                |                                 |               |
|   | ד"ר האם יש לי אלצהיימר?<br>תהליך האבחון של דמנציה<br>סוגי דמנציה וגורמי סיכון<br>ירידה קוגניטיבית קלה  | 3. הפרעות קוגניטיביות ופסיכיאטריות (דמנציה, דליריום, דיכאון וחרדה) (יחידת לימוד מתוקשבת) | 15.11 עד 28.11 |                                 |               |
| Inouye, Sharon K., Rudi GJ Westendorp, and Jane S. Saczynski. Delirium in elderly people. <i>The Lancet</i> 383.9920 (2014): 911-922            | לחיות עם דמנציה (ראיון עם מטפל עיקרי) מהו דליריום?<br>דליריום: גורמי סיכון וטריגרים<br>דליריום: זיהוי אבחון וכלים<br>דליריום: מניעת התפתחות  |  |                |                                 |               |
| Kok, R. M., & Reynolds, C. F. (2017). Management of depression in older adults: a review. <i>Jama</i> , 317(20), 2114-22                        | ראיון עם קטרין וואן-סון: יצירתיות בטיפול באדם עם דמנציה<br>דיכאון בזקנים<br>חרדה בזקנים  |  |                |                                 |               |
| הנושא מועבר ע"י הסטודנטים   | הנושא יבחר ע"י הסטודנטים   |  |                | פגישה פרונטלית                  | 18.11         |
| Kraemer, R. R., & Landefeld, C. S. (2018). Exercise Programs in Older Adults—A Prescription for Fall Reduction. <i>JAMA internal medicine</i> . | נפילות: היקף התופעה והגדרות<br>גורמים וטריגרים לנפילות<br>גישות לאבחון וטיפול לצמצום הנפילות<br>התיאוריה האקולוגית של הזקנה  |  |                | 4. נפילות (יחידת לימוד מתוקשבת) | 29.11 עד 5.12 |
| התוכנית הלאומית למניעת נפילות, 2017, משרד הבריאות, ישראל  | מניעת נפילות - מיקוד בסביבה<br>מניעת נפילות באשפוז - מיקוד במטופל  |  |                |                                 |               |
|   | הגדרות, שכיחות, והשלכות של אי שליטה פתופיזיולוגיה וגורמי סיכון לאי שליטה<br>סוגי אי שליטה במתן שתן<br>אי שליטה תפקודית<br>עקרונות אבחון ובחירת הטיפול באי שליטה<br>גישה כוללת לטיפול באי שליטה | 5. אי שליטה במתן שתן (יחידת לימוד מתוקשבת)   | 3.12 עד 9.12   |                                 |               |
| Culbertson, S., & Davis, A. M. (2017). Nonsurgical management of urinary incontinence in women. <i>Jama</i> , 317(1), 79-80.                    | ראיון עם קטרין וואן-סון: אי שליטה תפקודית או סביבתית?  |  |                |                                 |               |
| הנושא מועבר ע"י הסטודנטים   | הנושא יבחר ע"י הסטודנטים   | פגישה פרונטלית   | 2.12           |                                 |               |
| שימוש מושכל בתרופות בגיל הזקנה, 2017, משרד הבריאות  | הגדרות, שכיחות, והשלכות של ריבוי תרופות<br>פרמקוקינטיקה ופרמקודינמיקה בזקנים<br>שיטות לאבחון וטיפול בריבוי תרופות  | 6. Polypharmacy או 'שק מלא תרופות' (יחידת לימוד מתוקשבת)                                 | 6.12 עד 12.12  |                                 |               |

|  |  |  |       |
|--|--|--|-------|
| Schwartz, A. W. (2017). What Van Halen can teach us about the care of older patients. <i>JAMA internal medicine</i> , 177(3), 309-310. | ראיון עם גריאטרית: מתי להפנות לגריאטר?       | 7. ביקור במרפאה<br>גריאטרית (יחידת<br>לימוד מתוקשבת) | 20.12 |
|  | הערכה גריאטרית במרפאה                        |  | עד    |
|  | ראיון עם עובדת סוציאלית במרפאה               |  | 26.12 |
| הנושא מועבר ע"י הסטודנטים  | הנושא יבחר ע"י הסטודנטים                     | פגישה פרונטלית                                       | 23.12 |
| איילון, ל. (2018). מצאור את ההבדלים: מדיוור מוגן ועד למחלקה סיעודית. מתוך סקס תרופות ורוקנרול. 273-279.                                | הגדרות תפקוד ושיטות הערכה                    | 8. טיפול ממושך<br>בזקנים (יחידת<br>לימוד מתוקשבת)    | 27.12 |
|  | שירותים קהילתיים לזקנים                      |  | עד    |
|  | מגורים בזיקנה: אפשרויות ושיקולים             |  | 2.01  |
|  | המטפל העיקרי                                 |  |       |
| אלגרבל, ד. (2011). מניעת התעללות בזקנים והזנחתם, מדריך לאנשי מקצוע במערכת הבריאות, ג'ונט ישראל, אשל                                    | התעללות בזקנים: הגדרות והיקף התופעה          | 9. התעללות<br>בקשישים (יחידת<br>לימוד מתוקשבת)       | 3.01  |
|  | גורמי סיכון ודרכי איתור של התעללות           |  | עד    |
|  | חוקים והגנה מפני אלימות בזקנים               |  | 9.01  |
|  | ראיון עם קטריין וואן-סון: לבחור לטפל בזקנים. |  |       |
| הנושא מועבר ע"י הסטודנטים  | הנושא יבחר ע"י הסטודנטים                     | פגישה פרונטלית                                       | 6.12  |
| הנושא מועבר ע"י הסטודנטים  | מערכת בריאות יזידותית לזקנים                 | פגישה פרונטלית וסיכום הקורס                          | 20.1  |

**הערכת הקורס:** שילוב בין השתתפות בקורס מתוקשב (הכרוכה גם בביצוע בוחני ידע לאחר כל יחידה והשתתפות בפורומים) לבין הכנה לקראת הפגישות הפרונטליות וכן השתתפות פעילה בכיתה. ציון בקורס יתחלק בין 30% השתתפות בMOOC, 30% השתתפות במפגשים משותפים ו-40% הכנה וניהול הדיון בנושא נבחר בקורס (על הפרטים נדון במפגש הראשון). סטודנטים שמשותפים בסקר בתחילה ובסיום הקורס מקבלים נקודה לציון הסופי של הקורס עבור כל השתתפות.

**אחד מחומרי הקריאה בקורס הוא הספר:**  
סקס תרופות ורוקנרול: מי אמר שהעולם שייך רק לצעירים, מאת: פרופ' ליאת איילון (2018), הוצאת מטר. הזמנתי לנו 3 עותקים לספריה, יש גם בחנות האוניברסיטה למי שמעדיף עותק משלו.  
חומרי קריאה נוספים מופיעים בטבלה ויהיו זמינים באתר מודל של הקורס.

מצפה לחוויית לימוד מיוחדת ותובנות מרחיקות לכת עבור כולנו,

“בצעירותנו אנו לומדים בזקנתנו אנו מבינים” מריה פון אשנבך