



2024-2023

סמינר בנושא: מגמות וסוגיות במחקר של תסמונות גריאטריות

מס' קורס: 290.4041

מועד: סמסטר א', יום ד', 14:15-15:45

"זקנה אינה אובדן הנעורים, אלא שלב חדש של הזדמנויות וכוחות." בטי פרידמן

מרצה:

פרופ' אנה זיסברג: azisberg@univ.haifa.ac.il

שעות קבלה: בתיאום מראש

חדר: 621

אתר הקורס: אתר הוראה מתוקשבת ב-MODEL קורס 290.4041 בשלוב עם אתר קמפוס, קורס MOOC : גריאטריה

וגרונטולוגיה בעברית- <https://campus.gov.il/course/v1uoh-acd-geriatricsgerontology1-he>

גריאטריה וגרונטולוגיה בערבית- <https://campus.gov.il/course/v1uoh-acd-geriatricsgerontology1-ar>

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, Caregiving, Disability free life expectancy, התאמת אדם-סביבה, Friendly Health Care System 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. נגע בתופעות 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:

מטרה מרכזית: להעמיק במגוון רחב של סוגיות קליניות ופסיכו-סוציאליות בטיפול ועבודה עם זקנים.
מטרות החלק המתקשב של הקורס: לתת לסטודנטים רקע רחב בנושאים שיהווה בסיס לדיונים קבוצתיים: האם אנו יודעים מה הסיבה לתהליך ההזדקנות ומה הסוד לאריכות ימים? האם יש לגרונטולוגים את המתכון האולטימטיבי להזדקנות מיטבית? איך ניתן להתמודד עם חרדה בזקנה בתקופות קשות של בידוד עקב פנדמיה או מלחמה?
בנוסף, הקורס יאפשר היכרות עם מושגי יסוד בגרונטולוגיה וגריאטריה: ריבוי תחלואה, 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.

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.

מבנה הקורס:

הקורס ינוהל במתכונת של הוראה פרונטאלית בשילוב חומר תיאורתי 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 ארבעה מפגשים פרונטליים בהם נדון בהרחבה בתסמינים גריאטריים או סוגיות נבחרות בתחום הגריאטריה.

לפניכם טבלה המסכמת ומשלבת את התכנים שנלמד באופן פרונטלי ומתוקשב:

חומר קריאה מומלץ	תתי-נושאים	נושא דרך לימוד	
	היכרות בינינו והכרת מושג גיל סובייקטיבי והשלכותיו - פרופ' אנה זיסברג	פגישה פרונטלית	3.1.2024
	מערכת בריאות מותאמת לאדם הזקן: 'למה זה נחוץ ואיך נגיע לשם' - פרופ' אנה זיסברג	פגישה זום	17.1.2024
	'מעז יצא מתוק' - תיאורית ההתעלות העצמית ומשפחות דיירי בתי אבות עם דמנציה - גב' דלית זגורי	פגישה זום	31.1.2024
	יישום טכנולוגיות בריאות בניהול הטיפול באדם הזקן - מרצה אורח	TBA	TBA
	סיכום הקורס, נושאים בוערים בטיפול באדם הזקן. דיון פתוח	פגישה פרונטלית	12.3.2004
תכני החלק המתוקשב - כל התאריכים טנטטיביים- יש לסיים את כל הנושאים עד סוף הסמסטר			
מושגי יסוד בגריאטריה וגרונטולוגיה העולם וישראל הולכים ומזדקנים תיאוריות ביולוגיות של הזדקנות תיאוריות סוציולוגיות ופסיכולוגיות של ההזדקנות זקנה מוצלחת - התיאוריה והסוגיות שהיא מעלה	מושגי יסוד בגריאטריה וגרונטולוגיה העולם וישראל הולכים ומזדקנים תיאוריות ביולוגיות של הזדקנות תיאוריות סוציולוגיות ופסיכולוגיות של ההזדקנות זקנה מוצלחת - התיאוריה והסוגיות שהיא מעלה	1. זקנה הזדקנות וזקנים - למה זה קורה לנו ואיך כדאי להזדקן (יחידת לימוד מתוקשבת)	
Rowe, J.W., & Kahn, R.L. (1997). Successful aging. <i>Gerontologist</i> , 37(4), 433-40.	הקדמה לפיזיולוגיה של הזקנה הזדקנות מערכות החושים: שמיעה וראיה התמודדות עם ירידה בשמיעה		
לבאי, ל. (2015). "אני שומע אבל לא מבין" על שמיע ותקשורת מעשית, 259-293.	הקדמה לפיזיולוגיה של הזקנה הזדקנות מערכות החושים: שמיעה וראיה התמודדות עם ירידה בשמיעה	2. בין פיזיולוגיה לפתולוגיה בזקנה (יחידת לימוד מתוקשבת)	
Olshansky, S. J., Carnes, B. A., & Butler, R. N. (2001). If humans were built to last. <i>Scientific American</i> , 284(3), 50-55.	שינויים פיזיולוגיים במערכות לב וריאה שינויים פיזיולוגיים במערכת כליות, שתן ועיכול שינויים פיזיולוגיים במערכת שריר ושלד הזדקנות העור מערכת חיסונית ומאזן חום הגוף		
זיסברג א'. ושחף ש' (2015). לגריאטריה - בין גרונטולוגיה מעשית, 181-212.	ראיון עם קטרין וואן-סון: "לראות ולהרגיש כמו שזקן מרגיש" קצת היסטוריה וענקי הגריאטריה שבריריות - Frailty	3. הפרעות קוגניטיביות ופסיכיאטריות (דמנציה, דליריום, דיכאון וחרדה) (יחידת לימוד מתוקשבת)	
Inouye, Sharon K., Rudi GJ Westendorp, and Jane S. Saczynski. Delirium in elderly	ד"ר האם יש לי אלצהיימר? תהליך האבחון של דמנציה סוגי דמנציה וגורמי סיכון ירידה קוגניטיבית קלה		



people. <i>The Lancet</i> 383:9920 (2014): 911-922	לחיות עם דמנציה (ראיון עם מטפל עיקרי)	
	מהו דליריום?	
	דליריום: גורמי סיכון וטריגרים	
	דליריום: זיהוי אבחון וכלים	
Kok, R. M., & Reynolds, C. F. (2017). Management of depression in older adults: a review. <i>Jama</i> , 317(20), 2114-22	דליריום: מניעת התפתחות	
	ראיון עם קטרין וואן-סון: יצירתיות בטיפול באדם עם דמנציה	
	דיכאון בזקנים	
Kraemer, R. R., & Landefeld, C. S. (2018). Exercise Programs in Older Adults—A Prescription for Fall Reduction. <i>JAMA internal medicine</i> .	חרדה בזקנים	
	נפילות: היקף התופעה והגדרות	
	גורמים וטריגרים לנפילות	
התוכנית הלאומית למניעת נפילות, 2017, משרד הבריאות, ישראל	גישות לאבחון וטיפול לצמצום הנפילות	4. נפילות (יחידת לימוד מתוקשבת)
	התיאוריה האקולוגית של הזקנה	
Culbertson, S., & Davis, A. M. (2017). Nonsurgical management of urinary incontinence in women. <i>Jama</i> , 317(1), 79-80.	מניעת נפילות - מיקוד בסביבה	5. אי שליטה במתן שתן (יחידת לימוד מתוקשבת)
	מניעת נפילות באשפוז - מיקוד במטופל	
	הגדרות, שכיחות, והשלכות של אי שליטה	
	פתופיזיולוגיה וגורמי סיכון לאי שליטה	
	סוגי אי שליטה במתן שתן	
	אי שליטה תפקודית	
הגדרות, שכיחות, והשלכות של ריבוי תרופות פרמקוקינטיקה ופרמקודינמיקה בזקנים שיטות לאבחון וטיפול בריבוי תרופות	עקרונות אבחון ובחירת הטיפול באי שליטה	6. Polypharmacy או 'שק' מלא תרופות' (יחידת לימוד מתוקשבת)
	גישה כוללת לטיפול באי שליטה	
	ראיון עם קטרין וואן-סון: אי שליטה תפקודית או סביבתית?	
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.	גריאטרית: מתי להפנות לגריאטר?	7. ביקור במרפאה גריאטרית (יחידת לימוד מתוקשבת)
	הערכה גריאטרית במרפאה	
	ראיון עם עובדת סוציאלית במרפאה	
איילון, ל. (2018). מצאו את ההבדלים: מדיור מוגן ועד למחלקה סיעודית. מתוך סקס תרופות ורוקנרול. 273-279.	הגדרות תפקוד ושיטות הערכה	8. טיפול ממושך בזקנים (יחידת לימוד מתוקשבת)
	שירותים קהילתיים לזקנים	
	מגורים בזיקנה: אפשרויות ושיקולים	
אלגרבל, ד. (2011). מניעת התעללות בזקנים והזנחתם, מדריך לאנשי מקצוע במערכת הבריאות, ג'ונט ישראל, אשל	המטפל העיקרי	9. התעללות בקשישים (יחידת לימוד מתוקשבת)
	התעללות בזקנים: הגדרות והיקף התופעה	
	גורמי סיכון ודרכי איתור של התעללות	
	חוקים והגנה מפני אלימות בזקנים	
	ראיון עם קטרין וואן-סון: לבחור לטפל בזקנים.	

הערכת הקורס: שילוב בין השתתפות בקורס מתוקשב (הכרוכה גם בביצוע בוחני ידע לאחר כל יחידה והשתתפות בפורומים) לבין השתתפות פעילה במפגשים הפרונטליים- נוכחות פיזית והשתתפות בדיון.



ציון בקורס יתחלק ל-75% השתתפות ב-MOOC- ע"ס ממוצע של 8/9 ציוני בוחן הגבוהים ביותר, 20% השתתפות פעילה בשיעורים פרונטלים (5 נק' השתתפות מלאה בכל שיעור), סקר הקורס לפני ואחרי- עבור נקודת בונוס לציון עבור כל מילוי.

אחד מחומרי הקריאה המומלצים 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,

"בצעירותינו אנו לומדים. בזקנתנו אנו מבינים" מריה פון אשנברך