מכון וינגייט
WINGATE INSTITUTE
המכון הלאומי למצוינות בספורט
הכשרת מאמנים ומדריכים

המחלקה לרפואה משלימה
מנהלת המחלקה: אולגה סידורובה

קורס עיסוי רפואי

300 שעות

קהל יעד

בוגרי 12 שנות לימוד

מטרות הקורס

הקניית ידע והכשרה בתחום העיסוי הרפואי עד לדרגת מטפל (מעסה רפואי) מוסמך.

תיאור הקורס

התלמידים בקורס ילמדו את המקצועות הבאים:

1. עיסוי שוודי קלאסי - מעשי 64 שעות.
2. עיסוי רפואי – מעשי 72 שעות.
3. עיסוי ספורטאים - מעשי 18 שעות.
4. אנטומיה של מערכות - 60 שעות.
5. פיזיולוגיה של מערכות גוף האדם - 30 שעות.
6. אורתופדיה ובדיקת פתופיזיולוגיה - 30 שעות.
7. ספא – 16 שעות.
8. אתיקה, ניהול, שיווק – 6 שעות
9. קורס עזרה ראשונה – 4 שעות .

בנוסף שעות סטאג' – 30 שעות

אופן הלימוד

הרצאות, שיעורים מעשיים, השתתפות בסטאז'.

דרישות הקורס

על התלמיד לעמוד בכל הדרישות הלימודיות של המקצועות הנלמדים בקורס כמפורט בדפי ההנחיה של המקצועות השונים. תלמיד אשר יעמוד בכל הדרישות הלימודיות בכל המקצועות, יהיה זכאי לתעודת הסמכה בעיסוי רפואי המוכרת על-ידי האיגוד למקצועות העיסוי בישראל.

חובות התלמיד

על התלמידים בקורס חלה חובת נוכחות ב-80% מהשיעורים בכל מקצוע. תלמיד אשר יעדר מעל ל-20% מסך שעות הלימוד לא יורשה לגשת לבחינה באותו מקצוע.

הסמכה

4 תעודות: מטפל בעיסוי רפואי, מטפל בעיסוי שוודי, מטפל ספא ומטפל בעיסוי ספורטאים מטעם בית הספר הלאומי למאמנים ולמדריכים – מכון וינגייט.

עיסוי שוודי קלאסי – תוכנית השיעורים

מס' שיעור	יחידות לימוד	נושא	תוכן השיעור
1	עיסוי באזור הגב	מבוא, לימוד טכניקות ליטוף, סחיטה באזור הגב	עקרונות העיסוי, השפעותיו הפיזיולוגיות, תנוחת המטפל והמטופל, Stroking השפעה פיזיולוגית של הדגמה ותרגול.
2		חזרה על ליטוף, לימוד טכניקות סחיטה ולישה.	גוף kneading השפעה פיזיולוגית של לישה על המטופל. הדגמה ותרגול.
3		לימוד טכניקות לישה, חיכוך, גלגול העור.	השפעה פיזיולוגית של לישה מסוג חיכוך וגלגול העור. הדגמה ותרגול.
4	עיסוי בחגורת הכתפיים ובידיים	לימוד טכניקות עיסוי ידיים.	הדגמת טיפול בשני מנחים (יד מעל הראש ויד לצד הגוף) ותרגול. הכנה לעיסוי גב מלא.
5	בוחן גב, חזרה על החומר	חיבור טיפול גב, חג' כתפיים וידיים.	חיבור טכניקות עיסוי בחגורת כתפיים וידיים. מבדק עיסוי גב מלא.
6	עיסוי רגליים	לימוד טכניקות עיסוי בחלק אחורי של רגליים.	לימוד טכניקות עיסוי בחלק אחורי של רגליים (מטופל בשכיבה על הבטן).
7		לימוד טכניקות עיסוי בחלק קדמי של רגליים. לימוד טכניקות עיסוי לחגורת כתפיים וצוואר	חיבור כל הטכניקות בשכיבה על הבטן. לימוד הפיכת המטופל משכיבה על הבטן. לימוד טכניקות עיסוי בחלק קדמי של רגליים (מטופל בשכיבה על הגב).
8	עיסוי כתפיים וצוואר בשכיבה על הגב		חזרה על עיסוי לרגליים בחלק קדמי. לימוד עיסוי לכתפיים וצוואר וסיום הטיפול. חיבור כל הטכניקות בשכיבה על הבטן והגב. חיבור טכניקות עיסוי. תרגול.
9	אתיקה מקצועית, אינדיקציות וקונטרה-אינדיקציות לעיסוי יחסי מטפל-מטופל.		חזרה על עיסוי. תרגול.
10	מבחן		מבחן טיפול מלא. תרגול.

מכון וינגייט
WINGATE INSTITUTE
המכון הלאומי למצוינות בספורט
הכשרת מאמנים ומדריכים

עיסוי רפואי - תוכנית השיעורים

מס' שיעור	יחידות לימוד	נושא	תוכן השיעור
1	מבוא לטיפול Trigger Points, (TP) Soft Tissue Release (STR) טיפול כתף	לימוד טיפול בTP ,STR. עיסוי רפואי לאזור כתף.	מבוא לעיסוי רפואי. TP, STR עיסוי חזה. הדגמה ותרגול עיוני ומעשי.
2	טיפול ברך תנועות אקסטוריות Hold & Relax	עיסוי רפואי ברך	הדגמה ותרגול עיוני ומעשי.
3	טיפול צוואר	עיסוי רפואי צוואר	חזרה על טיפול כתף. חזרה על עיסוי רפואי לאזור כתף.
4	גב תחתון (ג"ת) ואגן.	עיסוי רפואי לאזור ג"ת ואגן.	הדגמה ותרגול עיוני ומעשי. עיסוי בטן
5	טיפול בקרסול ובכף רגל	עיסוי רפואי לקרסול וכף הרגל.	הדגמה ותרגול עיוני ומעשי. חזרה על עיסוי רפואי ברך.
6	טיפול במרפק ובכף היד.	עיסוי רפואי לאזור מרפק וכף יד חזרה	הדגמה ותרגול עיוני ומעשי. חזרה גב תחתון (ג"ת) ואגן.
7	חזרה. טיפול בדלקות כרוניות.	חזרה ותרגול	הדגמה ותרגול עיוני ומעשי. חזרה.
8	עיסוי בשכיבה על הצד	חזרה ותרגול	הדגמה ותרגול עיוני ומעשי. חזרה.
9	מבחן	מבחן עיסוי רפואי	

עיסוי ספורטאים – תוכנית השיעורים

מס' שיעור	יחידות לימוד	נושא	תוכן השיעור
1	מבוא לעיסוי ספורטאים. טיפול בשכיבה על הבטן.	אמצעי התאוששות. הדגמה ותרגול.	הדגמה ותרגול - עיוני ומעשי.
2	טיפול בשכיבה על הבטן. טיפול בשכיבה על הגב.	חזרה ותרגול.	הדגמה ותרגול עיוני ומעשי. חזרה.
3	תרגול ומבחן.	מבחן עיסוי ספורטאים.	

עיסוי ספא – תוכנית השיעורים

מס' שיעור	יחידות לימוד	נושא
1	כוסות רוח	תאוריה ותרגול
2	אבנים חמות	תאוריה ותרגול
3	עיסוי כפות רגליים עיסוי פנים וקרקפת	תאוריה ותרגול

מכון וינגייט
WINGATE INSTITUTE
המכון הלאומי למצוינות בספורט
הכשרת מאמנים ומדריכים

האנטומיה של מערכות גוף האדם – תוכנית השיעורים

יחידת לימוד	נושאי לימוד	שעות הלימוד	מקורות
1	שיחת פתיחה, מבנה גוף האדם – תאים, רקמות ומערכות	2	מקור מספר 1 2+
2	מבנה ותכונות הרקמות – סחוס, עצם, שריר, עצבים, עור, רצועה, גיד	3	מקור מספר 1 2 +
4	טרמינולוגיה של תנועות ומונחי ייחוס	2	מקור מספר 1+ 2
5	מבנה השלד – שלד הציר	6	מקור מספר 1 2+
6	שלד הגפיים	3	מקור מספר 1+2
7	מערכת השרירים- גו וגף עליונה	5	מקור מספר 1 2+
8	מערכת השרירים- גו וגף תחתונה	5	מקור מספר 1+2
9	מערכת הנשימה	2	מקור מספר 1 2+
10	מערכת לב וכלי דם	2	מקור מספר 1
11	מבחן מסכם	2	

הביבליוגרפיה לאנטומיה

1. שחר , משה (2004) אנטומיה של גוף האדם .
2. Moore, K. Arthur, F.Dalley.Anne Mr. Aqur. 6 ed. (2009). Clinically Oriented Anatomy. Williams & Wilkins.
3. Netter, F. (2007). Atlas of Anatomy. Ciba. New Jersey.

אתיקה, ניהול, שיווק ובינה מלאכותית – תוכנית השיעורים

מס' שיעור	יחידות לימוד	נושא	תוכן השיעור
1	אתיקה טיפולית ניהול קליניקה שיווק קליניקה	אתיקה טיפולית ויחסי מטפל – מטופל, דרישות החוק וייושם מעשי, עקרונות השיווק	עיוני

מכון וינגייט
WINGATE INSTITUTE
המכון הלאומי למצוינות בספורט
הכשרת מאמנים ומדריכים

הפיזיולוגיה של מערכות גוף האדם

יחידת לימוד	נושאי הלימוד	מספר שעות	מקורות
1	רמות הארגון של הגוף החי – ביוכימיה, אברונים, תאים, רקמות, איברים, מערכות.	8	מקור מספר 1 + 2
2	אספקת האנרגייה לגוף החי – מטבוליזם של פחמימות, שומנים וחלבונים.	8	מקור מספר 1 + 2
3	מערכת הלב וכלי הדם – קצב הלב, נפח הפעימה, תפוקת הלב, לחץ הדם, הרכב הדם.	6	מקור מספר 1 + 2
4	מערכת הנשימה – תדירות הנשימה, הנפח המתחלף, אוורור הריאות.	4	מקור מספר 1 + 2
5	מערכת השרירים – יחידה מוטורית, סוגים של סיבי שריר.	6	מקור מספר 1 + 2
6	מערכת החיסון – סוגים של לויקוציטים, תהליכים חיסוניים, דלקת, אלרגיה, נוגדנים.	6	מקור מספר 1 + 2
7	מערכת הלימפה – מבנה ותפקוד לימפטי, כלי לימפה, קשריות לימפה, טחול, תימוס.	2	מקור מספר 1 + 2
8	המערכת האנדוקרינית – מבנה ותפקוד בלוטות הרבייה, הלבלב, יותרת הכליה, התריס, יותרת התריס, יותרת המוח והתת-רמה.	8	מקור מספר 1 + 2
9	מבחן מסכם	2	

הביבליוגרפיה לפיזיולוגיה

1. תמיר, ע' (1997). אנטומיה, פיזיולוגיה ופתולוגיה של גוף האדם. הוצאת המחבר.
2. זוהר, ע' שפירא, י' (1987). הגוף ותפקודו – אנטומיה, פיזיולוגיה, תזונה. תל אביב: עם עובד.

לקריאה נוספת:

Guyton, A. C. (1986). Medical Physiology. Philadelphia: W. B. Saunders.
Thibodeau, G. A. Patton, K. T. (1993). Anatomy & Physiology. St. Louis: Mosby.

מכון וינגייט
WINGATE INSTITUTE
המכון הלאומי למצוינות בספורט
הכשרת מאמנים ומדריכים

אורתופדיה – תוכנית השיעורים

יחידת לימוד	נושא	תוכן השיעור	מספר שעות
אורתופדיה ובדיקת מפרקים	מבוא	הגדרת המקצוע	1
		שברים וסיווגם, פיזיולוגיה של איחוי השבר, טיפול בשברים	2
		כאב, דלקות כרוניות ואקוטיות. פיזיולוגיה של ריפוי הדלקת.	1
		פגיעות ברקמות הרכות – שרירים, גידים ורצועות.	1
		חשיבה קלינית	1
	מבוא לבדיקת מפרקים	תהליך בדיקת המפרק	1
		כוח השריר	2
		תחושה שטחית ועמוקה	1
		תנועה אקטיבית ופסיבית	1
	בעיות של עמוד השדרה	חזרה על אנטומיה של עמוד השדרה	1
		פגיעות באזור המותן (פריצת דיסק, היצרות עמוד השדרה, כאב גב לא ספציפי)	2
		פגיעות באזור הצוואר (פריצת דיסק, צליפת שוט, צוואר תפוס, כאב ראש ממקור צווארי)	2
		עיוותים בעמוד השדרה	1
	בעיות בגף עליון	פגיעות של כתף וזרוע עליון (תסמונת התפס, כתף קפואה, פגיעות הגידים והבורסה ועוד)	3
		פגיעות במרפק והאמה (מרפק טניס, מרפק גולף, תסמונת תעלה הקרפלית ועוד)	2
	בעיות בגף תחתון	מחלות ניווניות של המפרקים, פגיעות בירך (כאבים במפשעה ובאזור הטרוכנטר ועוד)	3
		פגיעות בברך ובקרסול (רצועות, מניסקוס, נקע, כאבי ברך קדמית ועוד)	3
	מבחן עיוני		3

הביבליוגרפיה לאורתופדיה:

1. מטרני ר., **פציעות ספורט**, מכון וינגייט, עמנואל גילת, 1993.
2. Hertling D, Kessler RM **Management of common musculoskeletal disorders**, 3rd ed. Philadelphia: Lippincot, 1996.
3. Delee C, Drez D, **Orthopedic sports medicine** (e-book): principles and practice, Philadelphia, PA: Elsevier Science, 2003.
4. Donatelli R, Wooden MJ, **Orthopedic Physical Therapy**. New York: Churchill Livingstone, 2001.
5. Hoppenfeld S, **Physical examination of the spine and extremities**. New York: Appleton-Century-Crofts, 1976.