



לגעת בבטן

פיזיותרפיה ויסצרלית

סדנת רענון ועדכון

PhysioTOUCH
SCIENCE-BASED
HANDS-ON SEMINARS

מילה גולדנברג
פרופ' לאוניד קליחמן



"סדנת רענון ועדכון לגעת בבטן" מתאימה לפיזיותרפיסטים **בוגרי קורס "לגעת בבטן"**. לפחות 6 חודשים לאחר סיום הקורס.

הסדנא תכלול את הנושאים הבאים:

- פתופיזיולוגיה ומנגנוני כאב בקיר הבטן
- חזרה על חלק מטכניקות המנואליות שנלמדו בקורס "לגעת בבטן" בדגש על דיוק הביצוע
- טכניקות חדשות: טיפול בקיר הבטן, טכניקות ויסצרליות חדשות לאיזור אפיגסטרי ולמעיים
- תאורי מקרה וחשיבה קלינית

מועד ומיקום הסדנא:

הסדנא בת מפגש אחד - 6.5 שעות לימוד.

תאריך: 22/6/22, יום שישי, שעות: 8:30-15.

מיקום: צפון, קיבוץ בית העמק, קליניקה "כפרקליניק" של דינה איתן

עלות הסדנא: ש"ח 500

מדיניות ביטולים:

אין החזר כספי במקרה של ביטול השתתפות.

להרשמה:

בקשה לרישום לסדנא תתבצע ישירות מול יעל אור - המנהלת אדמיניסטרטיבית של **PhysioTouch**

בטלפון, או בהודעת וואטסאפ (עם ציון שם מלא) למספר זה: **050-5464667**.

ניתן גם למלא טופס הרשמה לחברה באתרינו: [/https://physiotouch.co.il](https://physiotouch.co.il)

נציין כי הבטחת המקום בסדנא והרשמה בפועל יהיו רק לאחר שיחה עם יעל אור והעברת תשלום.

הערות חשובות:

במהלך הסדנא מתרגלים אחד על השני באזור הבטן. חובה על כל המשתתפים להתנסות גם כמטפלים וגם כמטופלים.

במידה וקיימת בעיה רפואית או אחרת, אשר לא מאפשרת מגע בבטן, יש ליידע את מילה בהודעה פרטית

לנייד **0545794460**. כמו כן, במצב של הריון נא ליידע את מילה בהודעה פרטית.

תיאור המפגש Schedule

זמן	פעילות
8:30-9:00	<ul style="list-style-type: none">הכרות ותאום ציפיותהצגת הפרוייקט PhysioTouch
9:00-10:15	<ul style="list-style-type: none">Practical session<ul style="list-style-type: none">✓ Abdominal wall techniques✓ Diaphragmatic release (שחרור סרעפת)
10:15-10:30	הפסקה
10:30-11:30	<ul style="list-style-type: none">Theoretical: Abdominal wall pain
11:30-13:00	<ul style="list-style-type: none">Practical session<ul style="list-style-type: none">✓ Epigastric area (old and new techniques)
13:00-13:15	הפסקה
13:15-14:15	<ul style="list-style-type: none">Practical session<ul style="list-style-type: none">✓ Visceral new techniques
14:15-14:45	<ul style="list-style-type: none">Clinical reasoning
14:45-15:00	<ul style="list-style-type: none">Feedback and closure

על המנחה

מילה גולדנברג פיזיותרפיסטית ומטפלת ברצפת האגן ובאיברי הבטן.

במסלול תזה בתחום רצפת האגן בהנחיית פרופ' לאוניד קליחמן, במסגרת תואר שני בפיזיותרפיה, אוניברסיטת בן גוריון בנגב. בוגרת תואר ראשון בהנדסת חשמל, טכניון חיפה (2003) ובוגרת תואר ראשון בפיזיותרפיה, אוניברסיטת תל אביב (2008). בוגרת הכשרה של טיפול ברצפת האגן של העמותה לקידום הפיזיותרפיה (2010). בעלת ניסיון רב בטיפול בבעיות שריר-שלד, שיקום פציעות ספורט, שיקום רצפת האגן וטיפול ויסצרלי. מטפלת בקליניקה פרטית בשיקום רצפת האגן ואיברי הבטן, מנחה בקורסים וסדנאות לאנשי מקצוע.

רשימת הטכניקות

Visceral Physical Therapy – List of skills

Abdominal wall techniques (טכניקות קיר הבטן)

- Superficial general: Effleurage, Skin rolling, Mini-wringing, Wave (גל), Manual muscle stretching
- Superficial local: local myofascial release
- Belly button (umbilicus) release

Diaphragmatic release (שחרור סרעפת) & Epigastric area

- General diaphragmatic release (caudal-lateral compression)
- General mobilization of the diaphragm (side-to-side)
- Thumbs-up diaphragmatic release
- Gastric release (General mobilization)
- Gastric release (thumb pressure)
- Epigastric release (tension-traction technique-TTT) (שחרור רום הבטן)
- Epigastric release – push down technique
- Lower esophageal (Cardiac) sphincter (סוגר הוושט התחתון)

Visceral techniques (טכניקות ויסצראליות)

- Modified general technique
- Alternate omentum stretching (מתיחה סינר לסירוגין)
- Deep Intestinal mobilization
- Visceral techniques with patient's active movements

- Horton, Ramona. (2015). The anatomy, biological plausibility and efficacy of visceral mobilization in the treatment of pelvic floor dysfunction. *Journal of Pelvic, Obstetric Gynaecological Physiotherapy*. 117. 5-18.
- Sinclair, Marybetts. (2011). The use of abdominal massage to treat chronic constipation. *Journal of bodywork and movement therapies*. 15. 436-45.
- Pacheco-Carroza EA. Visceral pain, mechanisms, and implications in musculoskeletal clinical practice. *Med Hypotheses*. 2021 Aug;153:110624.
- Gerwin, Robert. (2002). Myofascial and Visceral Pain Syndromes: Visceral-Somatic Pain Representations. *J Musculoskelet Pain*. 10. 165-175
- Tamer, Seval & öz, Müzeyyen & Ülger, Özlem. (2016). The effect of visceral osteopathic manual therapy applications on pain, quality of life and function in patients with chronic nonspecific low back pain. *Journal of Back and Musculoskeletal Rehabilitation*. 30. 1-7.
- Wallden, Matt. (2016). Visceral Manipulation and Endometriosis. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*. 20.
- Zhou, QiQi & Verne, G Nicholas. (2011). New insights into visceral hypersensitivity-clinical implications in IBS. *Nature reviews. Gastroenterology & hepatology*. 8. 349-55.

Systematic reviews

- Dehghan, Mahlegah & Malakoutikhah, Alireza & Ghaedi, Fatemeh & Zakeri, Mohammad Ali. (2020). The Effect of Abdominal Massage on Gastrointestinal Functions: a Systematic Review. *Complementary Therapies in Medicine*. 54.
- Saeed, Mirza & Hashmi, Ather & Baig, Nabeel. (2021). Visceral Mobilization As Management Option For Low Back Pain - A Systematic Review. *Pakistan Journal of Rehabilitation*. 9.
- Wasserman, Jennifer & Copeland, Molly & Upp, Molly & Abraham, Karen. (2018). Effect of soft tissue mobilization techniques on adhesion-related pain and function in the abdomen: A systematic review. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*. 23.
- Switters, Jacob & Podar, Stefan & Perraton, Luke & Machotka, Zuzana. (2019). Is visceral manipulation beneficial for patients with low back pain? A systematic review of the literature. *International Journal of Osteopathic Medicine*. 33-34.