



קורס הערכה תפקודית וטיפול מנואלי לרצפת האגן

עבור רופאות נשים

PhysioTUCH
SCIENCE-BASED
HANDS-ON SEMINARS

מילה גולדנברג
יעוץ אקדמי - פרופ' לאוניד קליחמן



הקורס "הערכה תפקודית וטיפול מנואלי לרצפת האגן עבור רופאות נשים" מנגיש מצבים קליניים מעולם הפיזיותרפי לרופאות נשים. הקורס יאפשר לרופאות דיוק באבחון והערכה של רקמות רכות ברצפת האגן, הערכת תפקוד תקין ולקוי של שרירי רצפת האגן (במישור מנואלי ובאמצעות אולטרסאונד טראנספרניאלי) ויקנה מיומנות טיפול מנואלי ראשוני למטופלות.

הקורס יכלול את הנושאים התיאורטיים הבאים:

- אנטומיה ואנטומיה טופוגרפית של רקמות רכות ברצפת האגן.
- דגשים יחודיים בלקיחת אנמנזה.
- תבניות תקינות ולקויות בתפקוד שרירי רצפת האגן.
- דיון על יעילות טיפול פיזיותרפי במצבים שונים ובהתאם לממצאים בבדיקה.

החלק המעשי:

- מישור מנואלי רקמות רכות ברצפת האגן וביצוע הערכה תפקודית מנואלית.
- תרגול טכניקות מנואליות מגוונות לאיזור חגורת האגן (גישה חיצונית) ולרצפת האגן (גישה פנימית). תרגול הטכניקות יתבצע בתנוחות שונות.
- דגשים לבדיקה וטיפול ראשוני במצבים של כאבי אגן, וולודיניה וכיווץ יתר, שימוש באביזרי עזר (מאמנים, רוטטים).
- בדיקה בעמידה.
- הערכת תפקוד רצפת האגן בעזרת אולטרסאונד טראנספרניאלי.

מועד ומיקום הקורס:

הקורס כולל 3 מפגשים פרונטליים בקבוצה קטנה ובליווי צמוד של 2 מנחות משך כל מפגש 6 שעות + צפייה בסרטון מוקלט בנושא כאב מיופאשיאלי של פרופ' לאוניד קליחמן לפני תחילת הקורס (75 דק' צפייה) .

בימי שישי בשעות 8:00-14:00, תאריכים: 31/1/25, 24/1/25, 17/1/25
מיקום: ב"ס לפיזיותרפיה, מרכז רפואי שמיר (אסף הרופא)

עלות הקורס: 2200 ₪

הרצאות בפורמט PDF ישלחו למשתתפות לפני תחילת הקורס לשימוש אישי בלבד.
כיבוד כשר למהדרין יוגש במהלך הקורס.

הרשמה:

בקשה לרישום לקורס תתבצע ישירות מול ליובה - המנהלת האדמיניסטרטיבית של PhysioTouch בטלפון, או בהודעת וואטסאפ (עם ציון שם מלא) למספר זה: **050-5464667**.
נציין כי הבטחת המקום בקורס והרשמה בפועל יהיו רק לאחר העברת תשלום.

הערות חשובות

- הקורס מיועד לרופאות נשים.
- במהלך הקורס המשתתפות מתרגלות אחת על השנייה באזור רצפת האגן. כל המשתתפת מתנסה גם כמטפלת וגם כמטופלת.
- במידה וקיימת בעיה רפואית או אחרת (לדוגמא: מחלות סיסטמיות, ניתוחים אשר בוצעו בחודשים האחרונים, טיפולי פוריות וכדומה), אשר לא מאפשרת מגע ברצפת האגן, יש ליידע את מילה בהודעה פרטית לנייד **0545794460**. כמו כן, במצב של הריון נא ליידע את מילה בהודעה פרטית.

תיאור המפגשים

Day 1

- הכרות ותאום ציפיות
- **Theoretical:** Myofascial trigger points and pelvic floor disorders- Clinical relevance
- **Practical session:** Introduction to soft tissue mobilization of pelvic girdle muscles (external approach)
- **Theoretical:** Topographic anatomy of the pelvic girdle
- הפסקה 20 דקות
- **Practical session:** Specific soft tissue techniques for pelvic muscles and ligaments (external approach)
- **Theoretical & Practical session:** Topographic anatomy of the superficial pelvic floor
Ishiocavernosus, Bulbospongiosus, Transverse perineal
- הפסקה 10 דקות
- **Practical session:** The evaluation of pelvic floor muscle function (The correct and abnormal patterns)
- **Theoretical:** Advantages of the pelvic floor evaluation in standing and its application
- **Practical session:** Evaluation of pelvic floor function in the standing position
 - ✓ Palpation of the pelvic organs
 - ✓ Pelvic muscle contraction pattern

Day 2

- Discussion and questions on previous days
- **Theoretical session:** Exposure to manual soft tissue techniques
- **Practical session:** Manual techniques skill practice in the supine position
- הפסקה 20 דקות
- **Theoretical & Practical session:** Topographic anatomy of Piriformis, Coccygeus, Iliococcygeus, Pubococcygeus, Puborectalis, Anococcygeal ligament
- **Practical session:** Manual techniques skill practice in the supine and side-lying position
- הפסקה 10 דקות
- **Theoretical:** The principles of pelvic floor rehabilitation for stress incontinence

- **Practical session:** Transperineal ultrasound evaluation of pelvic floor function (contraction, Valsalva maneuver, coughing)

Day 3

- Discussion and questions on previous days
- **Theoretical:** Anamnesis and clinical reasoning in pelvic floor rehabilitation practice
- **Theoretical & Practical session:** Topographic anatomy of ATLA, Obturator Internus, Levator ani attachments to the pubis
- הפסקה 20 דקות
- **Theoretical:** Clinical reasoning and treatment management for the pregnant woman
- **Practical session:** Advanced manual techniques dedicated to the hypertonic pelvic floor in the supine position
- **Practical session:** Hymen techniques
- הפסקה 10 דקות
- **Theoretical & Practical session:** Vaginal scars management
- **Theoretical & Practical session:** Tool-assisted practice-the use of dilators and vibrators in a physical therapist's practice
- Feedback, closure, and diplomas

List of skills

Topographic anatomy of the pelvic floor

Evaluation of pelvic floor function in the supine, side-lying and standing position

Manual Soft Tissue Mobilizations: external and internal

- Kneading, Wringing, Skin Rolling, Wave, Tumb kneading, Local myofascial release
- Unloading technique
- Alternate mobilization
- Reciprocal tissue gliding
- Scar tissue mobilization
- Coccyx mobilization
- Perineal body release
- Ano-coccygeal ligament release

Hymen techniques

- General U technique
- Local stretching technique

Tool-assisted techniques

Transperineal ultrasound evaluation of pelvic floor function

מנחה- מילה גולדנברג [פיזיותרפיסטית ומטפלת ברצפת האגן ובאיברי הבטן.](#)

בוגרת תואר שני מחקרי בפיזיותרפיה, אוניברסיטת בן גוריון בנגב (2024). בוגרת תואר ראשון בפיזיותרפיה, אוניברסיטת תל אביב (2008). בוגרת תואר ראשון בהנדסת חשמל, טכניון חיפה (2003). 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. בעשור האחרון מתמקדת בשיקום רצפת האגן ומטפלת במגוון רחב של אוכלוסיות. בעלת ניסיון רב בהעברת קורסים, סדנאות והרצאות לאנשי מקצוע ולקהל הרחב.

עוזרת הוראה- ריטה רודין [פיזיותרפיסטית ומטפלת ברצפת האגן](#)

בוגרת תואר שני מחקרי בפיזיותרפיה בתחום רצפת האגן (2024). בוגרת תואר ראשון בהצטיינות באוניברסיטת תל אביב (2008), בוגרת הכשרה בתחום של שיקום רצפת אגן פיזיותרפיה (2010) ושיקום רצפת אגן ילדים (2017) מטעם העמותה לקידום הפיזיותרפיה.

מייסדת שירות בתחום שיקום רצפת אגן בשירות האמבולטורי ומחלקות אשפוז נשים, יולדות ואם ועובר בבית חולים שמיר אסף הרופא. חונכת פיזיותרפיסטיות רצפת האגן חדשות בתחום. מדריכה קלינית של סטודנטים. בעלת ניסיון רב בטיפול בבעיות שלד שריר, שיקום רצפת אגן נשים וילדים, ובטיפול ויסצרלי.

יעוץ אקדמי על תכני הקורס- פרופ' לאוניד קליחמן [פיזיותרפיסט חוקר ומרצה.](#)

בוגר תואר ראשון בפיזיותרפיה, אוניברסיטת תל אביב (1995).

סיים דוקטורט PhD בחוג לאנטומיה ואנתרופולוגיה, בפקולטה לרפואה אוניברסיטת תל אביב (2004) ואת לימודי פוסט-דוקטורט באוניברסיטת בוסטון ארה"ב בין השנים 2006 ו-2009.

משנת 2008 החל בקריירה אקדמית במחלקה לפיזיותרפיה באוניברסיטת בן גוריון בנגב.

בעברו שימש כראש התוכנית לתואר שני וכראש המחלקה לפיזיותרפיה.

מנהל מעבדה למחקר קליני ברפואת שריר-שלד ומייסד פורום אקדמי בין תחומי לרפואת שריר-שלד בדרום.

במהלך עבודתו מנחה סטודנטים רבים בלימודי תואר שני, שלישי ופוסט-דוקטורט ופרסם יותר מ-200

מאמרים בעיתונים מדעיים. בנוסף, מאז 1995 ועד היום עובד כפיזיותרפיסט בקהילה.

- ASHTON-MILLER, J. A., & DELANCEY, J. O. L. (2007). *Functional Anatomy of the Female Pelvic Floor*. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1101(1), 266–296.
- Barassi, G., Bellomo, R. G., Frondaroli, F., Frondaroli, S., Santarelli, A., Di Felice, P. A., ... Saggini, R. (2019). *Integrated Rehabilitation Approach with Manual and Mechanic-Acoustic Vibration Therapies for Urinary Incontinence*. *Advancements and Innovations in Health Sciences*, 41–50.
- Ducarme, G., Pizzoferrato, A., de Tayrac, R., Schantz, C., Thubert, T., Le Ray, C., ... Fritel, X. (2018). *Perineal prevention and protection in obstetrics: CNGOF Clinical Practice Guidelines*. *Journal of Gynecology Obstetrics and Human Reproduction*
- Grewar, H., & McLean, L. (2008). *The integrated continence system: A manual therapy approach to the treatment of stress urinary incontinence*. *Manual Therapy*, 13(5), 375–386.
- Kalichman, L., & Ben David, C. (2017). *Effect of self-myofascial release on myofascial pain, muscle flexibility, and strength: A narrative review*. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 21(2), 446–451.
- Lukban, J., Whitmore, K., Kellogg-Spadt, S., Bologna, R., Leshner, A., & Fletcher, E. (2001). *The effect of manual physical therapy in patients diagnosed with interstitial cystitis, high-tone pelvic floor dysfunction, and sacroiliac dysfunction*. *Urology*, 57(6), 121–122.
- Meister, M. R., Sutcliffe, S., Ghetty, C., Chu, C. M., Spitznagle, T., Warren, D. K., & Lowder, J. L. (2018). *Development of a standardized, reproducible screening examination for assessment of pelvic floor myofascial pain*. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*.
- Paolucci, T., Bellomo, R. G., Pezzi, L., Frondaroli, F., Frondaroli, S., Santarelli, A., ... Saggini, R. (2019). *A Novel Rehabilitative Protocol in the Treatment of Mixed Urinary Incontinence in Women: The Effects of Focused Mechano-Acoustic Vibration*. *BioResearch Open Access*, 8(1), 219–228.
- Weerapong, P., Hume, P. A., & Kolt, G. S. (2005). *The Mechanisms of Massage and Effects on Performance, Muscle Recovery and Injury Prevention*. *Sports Medicine*, 35(3), 235–256.

אשמח לראותכן בקורס, מילה