



הערכה תפקודית של שרירי הנשימה והבטן והשפעתם על רצפת האגן

סדנה מעשית

PhysioTUCH
SCIENCE-BASED
HANDS-ON SEMINARS

ריקי דהן כהן



הסדנה מיועדת לפיזיותרפיסטיות רצפת האגן בוגרות הקורס "טיפול מנואלי מתקדם לרצפת האגן"

הסדנא תכלול את הנושאים הבאים:

- מיקוד אנטומי על שרירי הבטן והסרעפת, ומכניקת הפעולה המשותפת שלהם עם רצפת האגן
- העמקה בחשיבה והבדיקה הקלינית בזיהוי תבניות לקויות בתפקוד המשולב בין רצפת האגן, הבטן, הגו והסרעפת (הסדנא תכלול תמונות וסרטונים מהקליניקה)
- מתן כלים מנואליים לשיפור תבניות לקויות
- מענה על השאלות

מועד ומיקום הסדנא:

הסדנא בת מפגש אחד - 5 שעות לימוד.

תאריך: 10/5/24, יום שישי, שעות: 8:30-13:30.

מיקום: מרכז הרפואי שמיר, אסף הרופא

עלות הסדנא: ₪ 450

מדיניות ביטולים:

אין החזר כספי במקרה של ביטול השתתפות

תיאור המפגש Schedule

זמן	פעילות
8:30-10:00	<ul style="list-style-type: none">Theoretical: Normal and abnormal patterns in clinical evaluation of pelvic floor function, including abdominal and diaphragmatic function
10:30-10:45	הפסקה
10:45-11:30	<ul style="list-style-type: none">Theoretical: Normal and abnormal patterns in clinical evaluation of pelvic floor function, including abdominal and diaphragmatic function
11:30-13:15	<ul style="list-style-type: none">Practical session:<ol style="list-style-type: none">Abdominal and diaphragmatic function assessment and treatmentIntegrated approach of pelvic floor function
13:15-13:30	<ul style="list-style-type: none">Questions & Answers

על המנחה

[ריקי דהן כהן](#) פיזיותרפיסטית לרצפת האגן MSc.PT, BPT, BA.

בוגרת תואר שני בפיזיותרפיה במסלול תזה בחקר בתחום רצפת האגן ושימוש באולטרסאונד טראנספרניאלי, אוניברסיטת בן גוריון (2023). בוגרת תואר ראשון בפיזיותרפיה, אוניברסיטת תל אביב (2013). בוגרת תואר ראשון במדעי החיים, אוניברסיטת בן גוריון (2008).

בוגרת הכשרה של טיפול רצפת האגן מטעם "Herman & Wallace" (2019).

בוגרת כל הקורסים של Physiotouch.

בעלת ניסיון רב בשיקום רצפת האגן, אורתופדי ונירולוגי. מטפלת במגוון רחב של נשים בקליניקה פרטית בלהבים. בנוסף, מתרגלת בשנים האחרונות בקורסים של Physiotouch (טיפול מנואלי מתקדם ברצפת האגן, שימוש באולטרסאונד טראנס-פרניאלי לרצפת האגן, דיקור יבש ברצפת האגן, לגעת בבטן-פיזיותרפיה ויסצרלית)

*הסדנה נבנתה בשיתוף עם מייסדי Physiotouch מילה גולדנברג ופרופ' לאוניד קליחמן

- 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.
- Balgobin S, Jeppson PC, Wheeler T 2nd, Hill AJ, Mishra K, Mazloomdoost D, Dunivan GC, Anand M, Mama ST, Bochenska K, Lewicky-Gaupp C, Balk EM, DeLancey J, Corton MM; Society of Gynecologic Surgeons Pelvic Anatomy Group. Standardized terminology of apical structures in the female pelvis based on a structured medical literature review. *Am J Obstet Gynecol*. 2020 Mar;222(3):204-218. doi: 10.1016/j.ajog.2019.11.1262. Epub 2019 Dec 2. PMID: 31805273.
- Bø. (2004). Urinary incontinence, pelvic floor dysfunction, exercise and sport. *Sports Med*, 34(7), 451-464. <https://doi.org/10.2165/00007256-200434070-00004>
- Deffieux, X., Hubeaux, K., Porcher, R., Ismael, S. S., Raibaut, P., & Amarenco, G. (2008). External intercostal muscles and external anal sphincter electromyographic activity during coughing. *Int doi.org/10.1007/s00192-007-0473-y//:Urogynecol J Pelvic Floor Dysfunct*, 19(4), 521-524. <https://doi.org/10.1007/s00192-007-0473-y>
- Dos Santos, K. M., Da Roza, T., Mochizuki, L., Arbieto, E. R. M., & Tonon da Luz, S. C. (2019). Assessment of abdominal and pelvic floor muscle function among continent and incontinent athletes. *Int Urogynecol J*, 30(5), 693-699. <https://doi.org/10.1007/s00192-018-3701-8>
- 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.
- Meister, M. R., Sutcliffe, S., Ghetti, 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*.
- L. (2018). Pelvic floor muscle activity during , Moser, H., Leitner, M., Baeyens, J. P., & Radlinger impact activities in continent and incontinent women: a systematic review. *Int Urogynecol J*, 29(2), 179-196. <https://doi.org/10.1007/s00192-017-3441-1>
- 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 בסדנה, ריקי