



טיפול מנואלי מתקדם לרצפת האגן

גברים

PhysioTUCH
SCIENCE-BASED
HANDS-ON SEMINARS

רוני קוליאקוב
עם מילה גולדנברג ופרופ' לאוניד קליחמן



הקורס "טיפול מנואלי מתקדם לרצפת האגן גברים" מתמקד בניתוח מצבים מורכבים מהשדה הקליני, חשיבה קלינית וטיפול מנואלי.

נושאי טיפול עיקריים:

- הפרעות השתנה כולל דחיות, תכיפות ודלילות שתן
- כאבי אגן כרוני (פרוסטטיטיס כרוני), כאבים בעצם הזנב, מפשעות, כאבי אשכים, פודנדל נוירלגיה ועוד
- עצירות כרונית, קשיי התרוקנות, כאבים אנאליים, טחורים
- הפרעות בתפקוד מיני

הקורס נועד לפיזיותרפיסטים לרצפת האגן גברים המעוניינים להרחיב את היכולות המנואליות בתחום.

הקורס יכלול את הנושאים התיאורטיים הבאים:

- אנטומיה ואנטומיה טופוגרפית של רצפת האגן ואיברי האגן
- כאב ממקור מיופאשיאלי
- חשיבה קלינית והחלטות טיפוליות
- מידע מבוסס ספרות על נושאים מגוונים

החלק המעשי :

- ייתן מענה לדרכי התמודדות עם רצפת האגן "חלשה", התמודדות עם כיווץ יתר, כאבי אגן ועוד.
- תרגול טכניקות מנואליות מתקדמות חיצוניות ופנימיות. תרגול הטכניקות יתבצע בתנוחות שונות, כאשר המטופל שוכב על הגב, על הצד או על הבטן.
- התייחסות לאיברי האגן, השלפוחית והערמונית.

מועד ומיקום הקורס:

הקורס כולל 3 ימי לימוד פרונטליים וצפיה בהרצאות מוקלטות תאריכים למפגשים פרונטליים: 9/10/26,

6/11/26, 30/10/26

בימי שישי בשעות 8:00-14:30

מיקום: ב"ס לפיזיותרפיה, מרכז רפואי שמיר (אסף הרופא)

עלות הקורס: 2300 ₪

הרצאות בפורמט PDF ישלחו למשתתפים לפני תחילת הקורס לשימוש אישי בלבד.

כיבוד כשר יוגש במהלך הקורס.

הערה חשובה: לפני תחילת הקורס יש לצפות בסרטונים מוקלטים, אשר ישלחו למשתתפים. צפייה

בסרטונים הינה חובה ומהווה דרישת קדם לקורס (הקישור להרצאות המוקלטות יינתן מראש, קרוב

למועד הקורס)

מדיניות ביטולים:

במקרה של ביטול ההרשמה עד שבועיים לפני מועד הקורס התשלום יוחזר בניכוי דמי טיפול על-סך

₪250. ביטול בטווח של פחות משבועיים לפני מועד הקורס יחויב במחצית מעלות הקורס (אלא אם

ימצא מחליף). רישום לקורס משמעו התחייבות להשתתף בכל המפגשים ללא יכולת החלפה בין

המועדים, לא ניתן להשלים במועדי קורסים אחרים.

הרשמה:

בקשה לרישום לקורס תתבצע דרך קישור להרשמה, אשר ישלח יל ידי המנהלת האדמיניסטרטיבית של

PhysioTouch. לכל מקרה של שינוי או בעיה ניתן ליצור קשר בטלפון, או בהודעת וואטסאפ (עם ציון

שם מלא) למספר של המזכירות: **050-5464667**.

נציין כי הבטחת המקום בקורס והרשמה בפועל יהיו רק לאחר מילוי טופס הרשמה והעברת תשלום.

הערות חשובות:

- הקורס מיועד לפיזיותרפיסטים לרצפת האגן גברים בלבד.
- במהלך הקורס המשתתפים מתרגלים אחד על השני באזור האגן ורצפת האגן. **חובה** על כל המשתתפים להתנסות גם כמטפלים וגם כמטופלים.
- במידה וקיימת **בעיה רפואית או אחרת** אשר לא מאפשרת מגע ברצפת האגן, יש ליידע את מילה בהודעה פרטית לנייד **0545794460**.
- נדרשת נוכחות 100%.
- **לא ניתן** להשלים מפגשים במחזור אחר/תאריכים אחרים

תיאור המפגשים (הקורס מועבר בעברית, תיאור המפגשים באנגלית עקב שימוש רב במושגים מקצועיים)

Day 1 (Roni + Leonid)

8:00-8:30	הכרות ותאום ציפיות הצגת PhysioTouch : הגדרות, עקרונות, וקורסים נוספים
8:30-9:00	Introduction to soft tissue mobilization of pelvic girdle muscles
9:00-10:00	Practical session: Specific soft tissue techniques for low back and thorax: classic massage + deep tissue techniques
10:00-10:20	Break
10:20-11:00	Clinical Relevance- Myofascial trigger points and pelvic floor disorders
11:00-11:30	Anatomy and topographic anatomy of pelvic girdle area
11:30-12:30	Practical session: Specific soft tissue techniques for pelvic girdle muscles and ligaments (external approach): Glut. area deep tissue + focused techniques
12:30-12:50	Break
12:50-13:20	Anatomy and topographic anatomy of frontal pelvic area (structure + obturator foramen + adductor muscle)
13:20-14:20	Practical session: Specific soft tissue techniques for adductor and iliopsoas muscles
14:20-14:30	Summary

Day 2 (Roni + Mila)

8:00-8:30	The anatomy of the pelvic floor deep layer: Puborectalis, Pubococcygeus, Iliococcygeus, Coccygeus, Piriformis, ATLA, Obturator Internus, Anococcygeal ligament
8:30-9:30	Practical session: Topographic anatomy of pelvic floor deep layer in the side-lying position
9:30-10:10	The principles of manual techniques for pelvic floor soft tissue
10:10-10:30	Break

10:30-11:45	Practical session: Specific soft tissue techniques for the pelvic floor deep layer in the side-lying position
11:45-12:00	Break
12:00-12:50	Lecture: Pelvic floor therapy for men in the LGBTQ community- by Aviv Eidlin
12:50-14:20	Practical session: Soft tissue techniques for diaphragm and abdominal wall
14:20-14:30	Summary

Day 3 (Roni + Mila)

8:00-8:30	Discussion and questions on previous days
8:30-9:00	The anatomy of the superficial pelvic floor Ishiocavernosus, Bulbospongiosus, Transverse perineal, Perineal Body, pubic attachments, prostate
9:00-10:00	Practical session: Topographic anatomy of the superficial pelvic floor in the supine position
10:00-10:20	Break
10:20-12:30	Practical session: Specific soft tissue techniques for the superficial pelvic floor in the supine position
12:30-12:50	Break
12:50-13:50	Practical session: Specific soft tissue techniques for pelvic floor in the prone position
13:50-14:20	Case study
14:20-14:30	Summary and diplomas

List of skills

Topographic anatomy of the pelvic floor

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

Manual Soft Tissue Mobilizations:

External

- Massage: Effleurage (Classic, Shingles, Horizontal stroking), Kneading (Double, Alternate), Wringing, Skin Rolling (Longitudinal+ Transverse), Wave
- Deep tissue: Longitudinal+ transverse strokes, Compartment separation, C-stroking (for Gluteal area)
- Focusing: Intermittent compression, Thumb kneading, Local myofascial release
- Deep friction (Ischial Tuberosity, Sacrotuberous ligament, Superior and Posterior Areas of Greater trochanter)
- Piriformis: Intermittent compression, Local myofascial release, Functional massage, post-isometric relaxation.
- Adductors: Unloading, Functional massage, Squeezing
- Iliacus and psoas (optional): Functional massage
- Hip joint mobilization

Internal

- Alternate mobilization
- Reciprocal tissue gliding
- Direct muscle stretching
- Deep friction of muscle belly and muscle attachments
- Perineal body unloading release
- Ano-coccygeal ligament release
- Prostate techniques
- Coccyx mobilization

על המנחים

רוני קוליאקוב פיזיותרפיסט רצפת האגן בריאות הגבר

בוגר תואר שני בפיזיותרפיה, אוניברסיטת תל אביב (2018). בוגר תואר ראשון בפיזיותרפיה, אוניברסיטת תל אביב (2009). בוגר תואר ראשון בלימודי ביולוגיה ומדעי החיים, אוניברסיטת תל אביב (2005). בוגר הכשרה של טיפול ברצפת האגן גברים של העמותה לקידום הפיזיותרפיה. בעברו שימש כסגן מנהל מערך פיזיותרפיה במרכז רפואי מאיר. בעל ניסיון רב בטיפול במערכת נשימה, שיקום אורתופדי וטיפול ברצפת אגן גברים. מטפל בקליניקה פרטית בתל אביב. בעל ניסיון בהדרכה קלינית ומתן הרצאות לאנשי מקצוע וקהל הרחב. בוגר קורסים מנאליים והכשרות של PhysioTouch

מילה גולדנברג פיזיותרפיסטית ומטפלת ברצפת האגן ובאיברי הבטן.

במסלול דוקטורט בפיזיותרפיה רצפת האגן, אוניברסיטת בן גוריון בנגב. בוגרת תואר שני מחקרי פיזיותרפיה, 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. בעלת ניסיון רב בטיפול בבעיות שריר-שלד, שיקום פציעות ספורט, שיקום רצפת האגן וטיפול ויסצרלי. בקליניקה פרטית מתמקדת בעיקר בשיקום רצפת האגן ומטפלת במגוון רחב של אוכלוסיות. בעלת ניסיון רב בהעברת קורסים, סדנאות והרצאות לאנשי מקצוע ולקהל הרחב. מייסדת PhysioTouch.

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. מטפל בקליניקה פרטית באשקלון, מייסד PhysioTouch.

Ajimsha, M. S., Ismail, L. A., Al-Mudahka, N., & Majzoub, A. (2021). Effectiveness of external myofascial mobilization in the management of male chronic pelvic pain of muscle spastic type: A retrospective study. Arab Journal of Urology, 19(3), 394–400.
<https://doi.org/10.1080/2090598X.2021.1954414>

Anderson, R. U., Wise, D., Sawyer, T., Nathanson, B. H., & Nevin Smith, J. (2016). Equal improvement in men and women in the treatment of urologic chronic pelvic pain syndrome using a multi-modal protocol with an internal myofascial trigger point wand. Applied psychophysiology and biofeedback, 41(2), 215-224.

Anderson, R.U., Harvey, R.H., Wise, D. et al. Chronic Pelvic Pain Syndrome: Reduction of Medication Use After Pelvic Floor Physical Therapy with an Internal Myofascial Trigger Point Wand. Appl Psychophysiol Biofeedback **40**, 45–52 (2015).
<https://doi.org/10.1007/s10484-015-9273-1>

Chen, A. B., & Kalichman, L. (2024). Pelvic Floor Disorders Due to Anal Sexual Activity in Men and Women: A Narrative Review. Archives of Sexual Behavior, 53(10), 4089-4098.

FitzGerald, M. P., Anderson, R. U., Potts, J., Payne, C. K., Peters, K. M., Clemens, J. Q., ... & Urological Pelvic Pain Collaborative Research Network. (2013). Randomized multicenter feasibility trial of myofascial physical therapy for the treatment of urological chronic pelvic pain syndromes. The Journal of urology, 189(1S), S75-S85

Kocjancic E, Chung E, Garzon JA, et al. International Continence Society (ICS) report on the terminology for sexual health in men with lower urinary tract (LUT) and pelvic floor (PF) dysfunction. Neurourology and Urodynamics. 2022; 41: 140-165. [doi:10.1002/nau.24846](https://doi.org/10.1002/nau.24846)

Landis, Richard (2023). Multidisciplinary Approach to the Study of Pelvic Pain (MAPP I). NIDDK Central Repository

Navot, S., & Kalichman, L. (2016). Hip and groin pain in a cyclist resolved after performing a pelvic floor fascial mobilization. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 20(3), 604-609.

Suskind, A. M., Berry, S. H., Ewing, B., Elliott, M. N., Booth, M., & Clemens, J. Q. (2013). The Prevalence and Overlap of Interstitial Cystitis/Bladder Pain Syndrome and Chronic Prostatitis/Chronic Pelvic Pain Syndrome in Men.

https://www.rand.org/pubs/external_publications/EP51302.html

Weiss, J. M. (2001). Pelvic floor myofascial trigger points: manual therapy for interstitial cystitis and the urgency-frequency syndrome. *The Journal of urology*, 166(6), 2226-2231.

Witten T, Noor N, Moss C. Chronic Pelvic Pain. In: Viswanath O, Urits I, eds. *Cambridge Handbook of Pain Medicine*. Cambridge University Press; 2023:295-302.

Yaacov D, Nelinger G, Kalichman L. The Effect of Pelvic Floor Rehabilitation on Males with Sexual Dysfunction: A Narrative Review. *Sex Med Rev*. 2022 Jan;10(1):162-167. doi: 10.1016/j.sxmr.2021.02.001. Epub 2021 Apr 27. PMID: 33931383.

נשמח לראותכם בקורס, רוני מילה ולאוניד