קורס אבחון וטיפול בכאב ממקור מיופסציאלי
באמצעות דיקור יבש, IMS – Intra - Muscular Stimulation

מנהלת אקדמית ומרכזת הקורס: ד"ר ריטה משוב

מומחית ברפואת משפחה | החברה הישראלית לרפואת שריר-שלד.

א. הקדמה

כאב ממקור שריר־שלד הוא אחת הסיבות השכיחות ביותר לפנייה לטיפול רפואי ולפגיעה משמעותית בתפקוד ובאיכות החיים. במקרים רבים מקור הכאב הוא מיופסציאלי, אך אינו מאובחן במדויק, מה שמוביל לטיפול חלקי, שימוש יתר בתרופות או הפניות מיותרות להדמיה ולבירור פולשני.

בשנים האחרונות הולכת ומתבססת בספרות המקצועית ההכרה בדיקור יבש(Dry Needling) , ובפרט בגישת IMS Intra-Muscular Stimulation, – כבלי קליני אפקטיבי, מבוסס-ראיות ובטוח לטיפול בנקודות טריגר ובדיספונקציה נוירו-מוסקולרית.

קורס בסיסי זה מתמקד ב־20 השרירים הקליניים המרכזיים והשכיחים ביותר בטיפול בכאב שריר-שלד. מטרתו להקנות למשתתפים הבנה מעמיקה של מנגנוני הכאב המיופסיאלי, יכולת אבחון מדויקת ושליטה בטכניקות דיקור יבש בטוחות ויעילות, תוך שילוב חשיבה קלינית רחבה ותכנית טיפול אינטגרטיבית.

ב. מטרות הקורס

1. להעמיק את הידע האנטומי, הפיזיולוגי והפתופיזיולוגי של מערכת השריר־שלד והכאב המיופסיאלי.
2. חהכשיר את הלומדים לזהות נקודות טריגר, דפוסי הקרנה אופייניים ומקורות כאב מיופסציאלי במסגרת הערכה קלינית מובנית.
3. לבצע טכניקות דיקור יבש (IMS) באופן בטוח, מדויק ובהתאם לנהלי בטיחות מקובלים.
4. להרחיב את ארגז הכלים הטיפולי באמצעות שילוב דיקור יבש עם חשיבה קלינית מבוססת-ראיות.
5. לבנות תכנית טיפול רב-תחומית הכוללת דיקור יבש, הדרכה תנועתית והתערבויות משקמות משלימות.
6. ליישם עקרונות אתיים, בטיחותיים ומשפטיים בעבודה עם מחטים בסביבה קלינית.

ג. תוכנית הקורס

- יסודות הכאב המיופסיאלי והבנת מנגנוני הכאב.
- עקרונות ומנגנוני פעולה של דיקור יבש ו־IMS.
- התוויות והתוויות-נגד.
- בטיחות, סיבובים אפשריים והיבטים משפטיים ואתיים.
- אנטומיה פונקציונלית של 20 השרירים הקליניים המרכזיים.
- אבחון והערכה קלינית של תסמונות כאב מיופסיאליות.
- תרגול מודרך של דיקור יבש בגפיים, חגורת הכתפיים, הגב, האגן והצוואר.
- ניתוח דפוסי כאב שכיחים ויישום קליני.

ד. מטלות ודרישות

- נוכחות חובה בכל המפגשים.
- ביצוע תרגול מודרך.
- עמידה בהערכה מעשית.

ה. קהל היעד

- הקורס מיועד לאנשי מקצוע קליניים העוסקים בטיפול בכאב שריר־שלד, ובפרט:
- רופאים מומחים ברפואת משפחה, אורתופדיה ורפואת כאב, וכן מתמחים במקצועות אלו
- פיזיותרפיסטים בעלי רישיון מקצועי תקף
- סטודנטים לרפואה לאחר סיום לימודים פרה־קליניים וסבבים קליניים רלוונטיים

ו. זכאות לתעודה

תעודת "השתלמות מקצועית בטיפול בכאב ממקור שריר - שלד ודיקור יבש" תוענק ללומדים אשר עמדו בכל הדרישות הבאות:

1. נוכחות מלאה בחלק העיוני והמעשי של הקורס.
2. עמידה בהערכה מעשית המוכיחה שליטה בטכניקות בטוחות ויישום נכון של עקרונות הקורס
3. התנהלות מקצועית ובטיחותית במהלך הקורס ותרגולי השדה.

קבלת התעודה מאפשרת שימוש בכלים שנלמדו בקורס בהתאם להסדרת המקצוע ולתקנות משרד הבריאות.

ז. מיקום ומועדי הקורס

3 מפגשים בימי שישי: 15.01.27 , 22.01.27 , 29.01.27 | 08:00-14:00

בית הספר לפיזיותרפיה | המרכז הרפואי שמיר (אסף הרופא) | בניין 101 – המרכז לרפואה היפרבארית קומה 1

ח. עלות הקורס:

- דמי רישום 400 ₪
- הרשמה מוקדמת 2,500 ₪ | מתמחה/סטודנט/מילואימניק 2,300 ₪.

תכנית הקורס

מבנה הלמידה בכל מפגש:
מבוא קצר וממוקד ⊂ הדגמה קלינית ⊂ תרגול מעשי מודרך ⊂ יישום לפי תלונה שכיחה (מהאבחון לטיפול)

מפגש 1 - 15.01.2027

שוק/כף רגל + כאבי ראש/צוואר

שעה	נושא
08:00–08:30	קבלת פנים ורישום
08:30–09:30	כניסה לעולם הרפואה המיופציאלית: עקרונות עבודה קליניים, חשיבה אבחנתית ומפת כאב מיופציאלית
09:30-10:30	טכניקת דיקור יבש שליטה ודיוק: תרגול מעשי (Hands-On)
10:30-11:30	כאבי שוק וכף רגל – מהאבחון לטיפול Gastrocnemius | Soleus | Tibialis Anterior
11:30-12:00	הפסקה
12:00-13:00	כאבי ראש וצוואר (Tension Headache) טיפול ממוקד דרך: Trapezius
13:00-13:30	כאבי ראש, סחרחורת וטנטון – דפוסי הקרנה ועבודה קלינית עם: :Sternocleidomastoid (SCM)
13:30–14:00	סיכום מפגש 1
סה"כ מפגש 1	6 שעות אקדמיות

מפגש 2 – 22.01.2027 **גפה תחתונה + אגן/גב + חגורת כתפיים**	
שעה	**נושא**
08:30–10:00	ירך אחורית - פרוטוקול קליני לבאב/מגבלה תפקודית: Semitendinosus | Semimembranosus | Biceps Femoris
10:00-11:00	כאבי עכוז וגב – איתור נקודות מפתח ודפוסי הקרנה: Gluteus Medius | Gluteus Minimus | Piriformis
11:00-11:30	הפסקה
11:30-12:30	ברך קדמית – עומסים שכיחים ויישום טיפול ממוקד: Rectus Femoris | Vastus Medialis | Vastus Lateralis
12:30-13:30	חגורת הכתפיים – כאב/הגבלה בטווח, דיוק אנטומי ויישום טיפולי: Supraspinatus | Infraspinatus | Latissimus Dorsi
13:30–14:00	סיכום והטמעת הידע (בלים ליישום מיידי בקליניקה)
סה"כ מפגש 2	6 שעות אקדמיות

מפגש 3 – 29.01.2027 **גב תחתון מורחב + אמה + אינטגרציה קלינית**	
שעה	**נושא**
08:30–09:00	חזרה ממוקדת: חידוד נקודות מפתח מהמפגש הקודם
09:00–10:00	פרוטוקול גב תחתון מורחב – בניית רצף טיפול לפי תלונה ותפקוד: Erector Spinae | Multifidi
10:00-11:00	כאבי גב "עמוקים" ורגישות לטרלית – עבודה עם: Quadratus Lumborum (QL)
11:00–11:30	הפסקה
11:30–12:30	כאבי אמה – עומסי אחיזה/מחשב/ספורט ויישום קליני: Extensor Carpi Radialis Longus/Brevis
12:30-13:30	מקרה קליני מסכם: חשיבה, בחירת שרירים, תכנון טיפול ומדדי הצלחה
13:30-14:00	סיכום הקורס, משוב והענקת תעודות
סה"כ מפגש 3	6 שעות אקדמיות
סה"כ קורס	18 שעות אקדמיות