

קמפוס מבראשית – הכשרה לרופאים

למי ההכשרה מיועדת?

רופאים ממקצועות שונים כאשר הדגש יהיה עבור רופאים מהתחומים הבאים- רפואת משפחה, שיקום, גניקולוגיה, ראומטולוגיה, נירולוגיה, ילדים, אורתופדיה, פסיכיאטריה. מתאים גם למתמחים, עדיפות לאחר שלב א'. מיועד למי שמבקש להעמיק הבנה של מנגנוני כאב אקוטי וקרוני וגישות טיפול על מנת לבסס יכולת אבחנה של תסמונות כאב נירופלסטי, ללוות מתמודדי כאב, ולבנות תוכנית טיפול מכוונת החלמה עבור תסמונות כאב מגוונות.

חשוב – הכשרה זו אינה מיועדת למי שמחפש כלים נקודתיים בלבד, אלא למטפלים המבקשים להעמיק, להתמקצע ולהוביל תהליך אבחנתי וטיפולי מובנה ומכוון החלמה.

הכשרה זו הינה הרבה מעבר ללמידת "חומר תיאורטי" אלא חיבור בין ידע מבוסס מחקר וניסיון קליני נרחב, לבין התנסות מעשית ומעבר דרך תהליך ההחלמה עם התנסות אישית בשלבי הדרך וכן חיבור לבוגרי מסעות החלמה לניתוח עומק המסע שלהם.

מטרות ההכשרה

- להקנות ידע על מנגנון הכאב עם דגש על מנגנונים של מערכת העצבים הפריפריית והמרכזית
- הרחבת כלים של אנמנזה ובדיקה פיזיקלית ואבחנה של כאב נירופלסטי במצבי כאב מגוונים
- הכשרה לעבודה עם "מודל השכבות" המגשר בין הידע והתאוריה לבין הפרטיקה ופורט את תהליך הלימוד/טיפול – לכדי צעדים פרקטיים וישימים
- כלים לפסיכואדיקציה ושינוי תפיסת כאב ותפקיד הצוות הרפואי בליווי להחלמה מכאב כולל מענה לאתגרים לאורך הדרך
- להכיר גישות טיפול פיזיקליות ופסיכולוגיות עדכניות, מבוססות מחקר ומכוונות החלמה
- דיוק בניית תוכנית טיפול במצבי כאב מורכבים
- לאפשר למידה מתוך ניסיון קליני חי – דרך ניתוח מסעות החלמה ומפגש עם בוגרי המודל ועם שורת מרצים מובילים בתחומם מהעולם.

תחומי הלימוד המרכזיים

יסודות מדעי הכאב

- אנליזה של תסמינים – ממודל ביומכני למנגנון
- סוגי כאב ומנגנוני כאב
- התפתחות כאב נירופלסטי – Top down & Bottom up
- קשר למערכת העצבים האוטונומית ודיסאוטונומיה
- מאפייני כאב נירופלסטי והשוניות הקלינית בין תסמונות כאב שונות

אבחון והמשגה

- עקרונות האבחון של כאב נירופלסטי
- תהליך התשאול והבדיקה הפיזיקלית
- אתגרים באבחנה ומענה
- תסמונות כאב נירופלסטי – עקרונות לפי מערכות

פסיכואדיקציה ושינוי תפיסה

- עקרונות שינוי תפיסת כאב- היבטים תיאורטיים ויישום קליני
- קשר למחקר בנושא פלצבו ונוצבו
- אתגרים בפירוק ספקות של המטפל במצבי כאב שונים

גישות טיפול מבוססות מחקר

- השונות בין ניהול כאב, שיקום כאב להחלמה מכאב ומהי החלמה
- עקרונות טיפול בכאב נוירופלסטי מתוך גישות טיפול מבוססות מחקר:
 - Pain Reprocessing Therapy (PRT)
 - Emotional Awareness and Expression Therapy (EAET)
 - גישת שלושת העמודות- ד"ר דן רטנר
 - המודל של ד"ר סארנו

מודל השכבות – תהליך ההחלמה בפועל- מהתאוריה לקליניקה

- תפקיד הרופא בתהליך ההחלמה עם דגשים למצבי כאב שונים
- עקרונות שינוי תפיסת כאב- היבטים תיאורטיים ויישום קליני
- קשר למחקר בנושא פלצבו ונוצבו
- אתגרים בפירוק ספקות של המטפל במצבי כאב שונים
- כלים לוויסות מערכת העצבים ויצירת חוויה פנימית של ביטחון
- מיפוי חסמים בתהליך וכלים למענה בצמתים אלו

בניית תוכנית טיפול מותאמת אדם וסינדרום

- תפקיד כל סקטור בתהליך ההחלמה- הדגמה דרך מודל השכבות
- עקרונות תוכנית למצבי כאב ותפקוד שונים
- מדדים למעקב ושינוי לאורך הדרך
- עקרונות טיפול קבוצתי ומתי זה מתאים (הכשרה ופרוטוקול של קבוצה להחלמה מכאב תיפתח ב11.2026)
- עקרונות הטמעה של תהליך טיפולי בתוך הרפואה הציבורית והפרטית
- שינוי תפיסה במחקר למיפוי אבני דרך בהחלמה מכאב

מבנה ההכשרה

בהמשך לפירוט באתר הקמפוס – ההכשרה נחלקת ל-3 שלבים וכוללת סה"כ 135 ש"א.

שלב א – level 1

26 מפגשים, סה"כ 106 שעות אקדמיות.

המפגשים מתקיימים **אחת לשבוע בימי שלישי בשעות 19:00-22:00** בזום למעט כמה מפגשים בימי רביעי + 4 מפגשים פרונטליים (שימו לב בסילבוס מטה).

המפגשים המודגשים בצהוב – מפגשים פרונטליים המשותפים לכל הסקטורים העוברים הכשרה על מנת לאפשר סיעור מוחות, קידום קהילה מקצועית ואפשרויות של שיתוף פעולה.

לאחר השלמת ההרשמה תקבלו קובץ עם סילבוס ומקורות מידע ראשוניים ללמידה, שאלונים למענה ושעות מפורטות.

סיום שלב א' מותנה בעמידה בעבודת סיום וציון עובר מעל 85.

סילבוס ההכשרה (שימו לב- יתכנו שינויים קלים)

מספר מפגש	תאריך	נושא	מרצה	שעות אקדמיות
1 – פרונטלי בקמפוס מבראשית	רביעי 21.10.26	מפגש פתיחה משותף לכל הסקטורים: מהפכת הטיפול בכאב הכרוני גישות חדשות בטיפול בכאב הצגת עקרונות מודל השכבות וסדר תהליך ההחלמה ליווי טרנסדיספלינרי ותפקיד כל סקטור בתהליך תיאור מבנה הקורס	ד"ר אפרת סוראקי ליהי ליסר וצוות הקמפוס	6 שעות
2- זום משותף עם פיזיותרפיה ורפוי בעיסוק	שלישי 27.10.26	מודל השכבות- שכבה 1- ידע: ניתוח תסמינים – ממודל ביומכני ומיקום למגננון המופע סוגי כאב ונירופיזיולוגיה של מנגנוני כאב מסוגים שונים	ד"ר אפרת סוראקי	4 שעות
3- זום משותף עם פיזיותרפיה ורפוי בעיסוק	שלישי 03.11.26	כאב אקוטי וכרוניזציה של כאב מנגנוני כאב מערכת העצבים המרכזית – סקירה	ד"ר אפרת סוראקי מרצה אורח	4 שעות
4- זום משותף עם פיזיותרפיה ורפוי בעיסוק	שלישי 10.11.26	התפתחות כאב נירופלסטי & Top down Bottom up גורמי סיכון של התפתחות כאב כרוני במצבים שונים	ד"ר אפרת סוראקי	4 שעות
5- זום	שלישי	כאב, סכנה ומערכת העצבים האוטונומית	ד"ר אפרת סוראקי	4 שעות

		דיסאוטונומיה- סקירה וקשר לתסמונות כאב שונות נירופיזיולוגיה של תסמינים נפוצים הסולם האוטונומי ועקרונות חזרה למרכז היכולת והבחירה, חיבור לגישה הפוליווגאלית	17.11.26	משותף עם פיזיותרפיה ורפוי בעיסוק
4 שעות	ד"ר אפרת סוראקי	מאפייני כאב נירופלסטי בתסמונות שונות עקרונות הבנת הכאב תפקיד הכאב וקשר בין ביטוי צורת הכאב ועוצמתו לבין עקרונות האיום	שלישי 24.11.26	6- זום משותף עם פיזיותרפיה ורפוי בעיסוק
4 שעות	ליה ליסר, ד"ר אפרת סוראקי ונציגי צוות הקמפוס עם בוגרי מסעות החלמה	שכבה ראשונה – מפגש משותף לכל הסקטורים סיכום תובנות מפגש עם מחלימים – ניתוח תובנות שכבה 1 כיצד ידע משפיע על שינוי תפיסה וביסוס תהליך החלמה	רביעי 25.11.26	7- זום כל הסקטורים
4 שעות	ד"ר אפרת סוראקי מרצה אורח	כאבי גב – סקירה מרצה אורח	שלישי 01.12.26	8- זום משותף עם פיזיותרפיה ורפוי בעיסוק
4 שעות	ד"ר אפרת סוראקי מרצה אורח	כאבים סיסטמיים ופיברומיאלגיה- סקירה גמישות יתר – מרצה אורח	רביעי 02.12.26	9- זום משותף עם פיזיותרפיה ורפוי בעיסוק
4 שעות	ד"ר אפרת סוראקי מרצים אורחים	כאבי אגן בנשים- סקירה אנדומטריוזיס כאבים בפות ותסמינים נוספים מרצים אורחים	שלישי 15.12.26	10- זום משותף עם פיזיותרפיה ורפוי בעיסוק
4 שעות	ד"ר אפרת סוראקי מרצה אורח	כאבי בטן ותופעות GI- סקירה מרצה אורח	שלישי 22.12.26	11- זום משותף עם פיזיותרפיה ורפוי בעיסוק
4 שעות	ד"ר אפרת סוראקי מרצה אורח	תסמינים נירולוגים וכאבי ראש- סקירה מרצה אורח תסמינים פסיכיאטריים – סקירה	רביעי 23.12.26	12- זום משותף עם פיזיותרפיה ורפוי בעיסוק
4 שעות	ד"ר אפרת סוראקי מרצה אורח	כאבי גפה ו-CRPS – סקירה ביטוי תסמינים נירופלסטיים בכאבי גפה כרוניים	שלישי 29.12.26	13- זום

		תסמונת CRPS – מופע, "יחודיות, מנגנוני איום		משותף עם פיזיותרפיה וריפוי בעיסוק
4 שעות	ד"ר אפרת סוראקי ד"ר דן רטנר ליהי ליסר	שכבה שנייה - קבלת האבחנה ופירוק ספקות: פירוק ספקות של צוות מטפל מעבר בין הבנה של כאב לאימוץ האבחנה שימוש במאפיינים של כאב נירופלסטי ביסוס בטחון באבחנה פירוק ספקות ואיסוף יהלומים	שלישי 05.01.27	14- זום משותף עם פיזיותרפיה וריפוי בעיסוק
4 שעות	ד"ר אפרת סוראקי	שכבה שלישית- הפחתת פחד מכאב וחזרה לפעילות מיפוי תגובות לכאב והפחתת פחד מכאב הורמזיס פיזי – קשר להפחתת כאב פירוק המנעויות בהדרגה מתוך ידע גישת PRT – Pain Reprocessing Therapy – רציונל, עקרונות, מחקר, כלים מרכזיים	רביעי 06.01.27	15- זום משותף עם פיזיותרפיה וריפוי בעיסוק
4 שעות	טל פרנס	המשך שכבה שלישית – סדנת חשיפה לקור מפגש עם כאב ופחד דרך חשיפה חווייתית לקור – הורמזיס והקשר שלו להחלמה מכאב	שלישי 12.01.27	16- פרונטלי קמפוס מבראשית
5 שעות	ליהי ליסר ד"ר אפרת סוראקי נציגי צוות הקמפוס	מפגש סיכום שכבות 1-3 כל הסקטורים סיכום תובנות כל שכבה ואתגרים מפגש עם מחלימים – ניתוח עקרונות שכבה שלוש שולחנות עגולים של ניתוחי מקרה	רביעי 20.01.27	17- פרונטלי קמפוס מבראשית
4 שעות	ד"ר אפרת סוראקי	אבחנה עקרונות אנמנזה – כיצד לומדים את מערכת העצבים, Rule out & Rule in למידה דרך סיפורי מקרה התפתחות קריטריונים של אבחנה והאתגר בהם FIT criteria ועוד	שלישי 26.01.27	18- זום
4.5 שעות	ד"ר אפרת סוראקי	אבחנה- המשך בדיקה פיזיקלית – עקרונות כלליים ותופעות ייחודיות בבדיקה בכאב נירופלסטי דגשים בבדיקה לסינדרומים נירופלסטיים שונים	שלישי 02.02.27	19- פרונטלי קמפוס מבראשית (היברידי עם זום)

		קשר בין ממצאים בבדיקה לבין תוכנית הטיפול		
20- זום	שלישי 09.02.27	שכבה רביעית – ניהול רגשות בביטחון כאב כהגנה מחוויית רגשיות מאתגרות ההבדל בין גישות פסיכולוגיות נוכחיות לבין גישה טיפולית רגשית להחלמה מכאב עקרונות מגישות הטיפול – ד"ר סארנו, ד"ר רטנר, ד"ר מארק לאמלי, ד"ר שובינר. שותפות בין הפסיכותרפיה לרפואה במסע ההחלמה	ליה ליסר ד"ר אפרת סוראקי	4 שעות
21- זום	רביעי 17.02.27	שכבה חמישית- מתבנית השרדותית לבחירה תפיסת טראומה במסע החלמה היכרות עם סיפור הליבה של חיי, מיפוי טראומה ודפוסי הגנה שלא מאפשרים לי חיבור פנימי אותנטי וחומך	ליה ליסר ד"ר דן רטנר ד"ר אפרת סוראקי	4.5 שעות
22- זום	שלישי 23.02.27	פסיכואדיקציה סיכום השכבות, תפקיד הרפואה בתהליך עקרונות שינוי תפיסת כאב ומודל פסיכואדיקציה אתגרים בשינוי תפיסה ופירוק ספקות בתסמונות שונות וכלים להתמודדות, קשר לפלצבו ונוצבו מה חשוב למתמודד כאב לשמוע? ניתוח תובנות עם מחלימים	ד"ר אפרת סוראקי	4 שעות
23- זום	שלישי 02.03.27	התערבות ראשונית במצבי כאב הביטואציה וכלים לוויסות מערכת עצבים אוטונומית יהלומים למול ספקות מרשם לתמיכה במצבי החמרה בכאב	ד"ר אפרת סוראקי	4 שעות
24- זום	שלישי 09.03.27	בניית תוכנית טיפול מותאמת תפקוד וסינדרום מטרות תהליך ההחלמה תפקיד הסקטורים השונים בתהליך ההחלמה עקרונות לתוכנית טיפול במצבים מורכבים דיוק ההבדל בין שיקום כאב להחלמה מכאב מקומו של הטיפול התרופתי והפולשני במצבי כאב	ד"ר אפרת סוראקי ליה ליסר	4 שעות

25- זום	שלישי 16.03.27	מעקב תוצאות ועקרונות הטמעה במערכת הקיימת מדדי מעקב, ליווי במחקר ושאלונים עקרונות הטמעה במסגרת הציבורית והפרטית – דיון אתגרים וכלים למתן מענה חדשנות במחקר – השלב הבא בהחלמה מכאב שלב ההמשך של ההכשרה	ד"ר אפרת סוראקי מרצה אורח	4 שעות
26- זום	שלישי 30.3.27	תרופות והחלמה ניהול טיפול תרופתי בתסמונות כאב נירופלסטי תזמון בחינת ירידה במינון תרופתי והסדר בתהליך דגשים, אתגרים וכלים	רונית מידן אחות מומחית כאב ד"ר אפרת סוראקי	4 שעות
26- פרונטלי קמפוס מבראשית	רביעי 07.04.27	מפגש סיכום משותף לכל הסקטורים סיכום מודל השכבות ותפקיד כל סקטור בתהליך ההחלמה סיכום מפגש עם מחלימים שולחנות עגולים – קהילת נאמני החלמה חזון והמשך התהליך	ד"ר אפרת סוראקי ליה ליסר וצוות הקמפוס	5 שעות

חלק ב' – Level 2

שדה קליני:

- הצטרפות למפגש אבחון וניתוח מקרה- 3 שעות
- ניתוח 3 תיקים רפואיים – 3 מפגשים של שעתיים
- מפגש שאלות ותשובות – 1 שעה

הגשת עבודת סיום – ניתוח של 4 סיפורי מקרה

סה"כ – 14 ש"א

רשאי לפנות לחלק זה רק מי שסיים את חלק א' וראיון מקדים.

חלק זה יתקיים מ- 4.2027 וכרוך בתשלום נפרד (עלות שלב זה תלויה במספר הנרשמים).

חלק ג' – Level 3

ליווי והדרכה:

פרקטיקום הדרכה ליווי העבודה הקלינית עם מטופלים הסובלים מכאב נירופלסטי. ליווי 4 מתמודדים עם כאב כולל ניתוי תיק רפואי, אבחנה ובניית תוכנית טיפול, ליווי והערכה לאורך התהליך.

- הרצאה מקדימה – 1.5 ש"א
- 4 מפגשים לניתוח מקרים (כל משתתף מציג 4 מקרים) – 16 ש"א
- מפגש סיכום – 1.5 ש"א

סה"כ – 19-20 ש"א.

הגשת עבודת סיום – ניתוח של 4 סיפורי מקרה

רשאי לפנות לחלק זה רק מי שסיים את חלק 1+2 וראיון מקדים

חלק זה יתקיים מ-5.2027 וכרוך בתשלום נפרד. (עלות שלב זה תלויה במספר הנרשמים).

מה תקבלו לאורך ההכשרה

משתתפי הקורס יקבלו ערכה הכוללת- מצגות, דפי תרגול ושאלונים לשימוש מקצועי, על מנת לאפשר כלים להטמעת מודל ההתערבות בעבודה הקלינית היומיומית.

תעודה

כל שלב מקנה לנרשם תעודה לאותו שלב עם תעודה מסכמת בסוף של ההכשרה המלאה וכניסה למאגר קהילה מקצועית בתחום.

קמפוס מבראשית פועל בשיתוף פעולה עם ארגון ATNS העולמי, ותעודה משולבת נמצאת בשלבי בדיקה מטעם הארגון.

דרישות קדם

דרישות קדם – רישיון רופא והתמחות, מתמחים אפשרי משלב א'.

מפגש פתיחה

שלב א' level 1 של ההכשרה ייפתח במפגש פתיחה חגיגי של כל הסקטורים **ביום רביעי 21.10.26 בשעה 16:00** **21:00**. המפגש יתקיים באולם ליד קמפוס מבראשית – בפארק התקשורת בנווה אילן. פרטים מלאים על תוכן היום יישלחו לנרשמים.

תהליך ההרשמה

עלות ההכשרה

עלות Level 1 של ההכשרה אשר כוללת את הכתוב מעלה – 11,000 ש"ח.

לנרשמים בהרשמה מוקדמת תינתן הנחה של 800 ש"ח – סה"כ 10,200 ש"ח.

לנרשמים המוכרים באיגוד חפאי המשפחה הטבה של 15% הנחה מהמחיר המקורי – סה"כ 9350 ש"ח.

ניתן לשלם עד 6 תשלומים שווים.

שימו לב - קיום ההכשרה מותנה במינימום 10 נרשמים ועד 45. מספר המקומות מוגבל על מנת לאפשר הכשרה מיטבית עם תשומת לב לצרכים של כל אחד/ת מכם.

ההרשמה המוקדמת בהנחה נפתחה ביום ראשון 8.3.26 ותסתיים ב- 1.9.26.

ההרשמה להכשרה תסתיים במוצש 10.10.26 בחצות.

על מנת לשמור מקום להכשרה יש לשלם דמי הרשמה על סך 500 ש"ח (שיקוזזו מהסכום הכולל) + לענות על השאלות בלינק המצורף. ב1.8 תקבלו לינק להשלמת התשלום הכולל להכשרה.

שימו לב- מספר המקומות מוגבל! לאחר הרשמה של 45 מטפלים ההרשמה תיסגר.

לינק להרשמה מוקדמת- <https://forms.gle/iCbFphQ1SQXTn6Qo9>

לנרשמים תחת הטבה של איגוד רופאי המשפחה- יש להשלים הרשמה בלינק הנ"ל ולשלוח לנו מייל לקבלת לינק לתשלום מתאים.

וובינר לשאלות והיכרות איתנו ועם ההכשרה

ביום חמישי 17.9 בספריה הלאומית בירושלים יתקיים כנס הראשון של קמפוס מבראשית. שימו לב- נרשמים

להכשרות עד 1.9 (בהרשמה מוקדמת) זכאים להנחה של 20% מהמחיר של הכנס (480 ש"ח) – 384 ש"ח לכרטיס.

אנא כתבו לנו ל- education@mibereshit.com ונשלח לכם טופס הרשמה מתאים.

ביום שלישי 23.3 התקיים וובינר לצוותים מקצועיים בו הרחבנו על חזון הקמפוס, ייחודיות ההכשרה והמבנה שלה.

להלן לינק להקלטת הוובינר- <https://bit.ly/mibereshit-webinar>

עדכונים לגבי ערבי החלמה נוספים, וובינרים ועוד- בקבוצת וואטסאפ שקטה של הקמפוס לאנשי מקצוע- מוזמנים

להצטרף- <https://chat.whatsapp.com/FAJFxH4fEuGAzRBQbo6oBB>

מחכים לראותכם

ד"ר אפרת סוראקי, ליהי ליסר, וצוות הקמפוס

אנחנו כאן לכל שאלה- פרטים ליצירת קשר עם הקמפוס

מייל בנושא ההכשרות: Education@mibereshit.com

מענה טלפוני – 073-2035458 בימים ראשון עד חמישי 9:00-17:00

וואטסאפ הקמפוס- 054-5014314

ד"ר אפרת סוראקי – 054-7626334