

# שיקום במרכז

גיליון חג, פסח תשע"ח



מומחים בשיקום אנשים.

## תוכן עניינים

"נלחמתי כמו אריה להישאר בחיים" -  
סיפורו של המאבטח, אשר אלמליח

4

איך צומחים ממשבר - סיפורו של המטופל ד"ר צבי פסטר

5

שיקום דרך הטבע - על נפלאות הגינן הטיפולי  
הכנס הארצי של ועדות הלסינקי התארח בבית החולים

6

מובילים חדשנות טכנולוגית

7

גם אחרי האשפוז - יש מי שממשיך ללוות אותך

8

סיעוד - הדור הבא: מאות סטודנטים ואחיות מגיעים להתנסות קלינית  
תכנית "בריאות ברעות" יצאה לדרך

9-10

חדר החדשות

10-13

טור אישי: "החלמה" של המוח ככלי להתמודדות

14-15

עורכת ומפיקה: פולי קובדלה זיידפונדן | מערכת: הדר שקד, פולי קובדלה זיידפונדן, יאנה ברג | עיצוב: סטודיו דנה ציביאק  
בשער: המטופל, אשר אלמליח, עם הפיזיותרפיסטית נתלי ציוני והמרפאה בעיסוק, תום קשת.  
צילום השער: מאיר דקל

## קוראים יקרים,



תקופת האביב המסמלת צמיחה והתחדשות, מאפיינת גם את  
עשייתנו בבית החולים, שממשיך בעקביות בפיתוח מואץ למען  
מטופלינו.

צעדים משמעותיים מושקעים בפיתוח פעילות המרפאות:  
הרחבת אשפוז יום שיקומי, פיתוח המכון לכאב כרוני על ידי  
תוספת טכנולוגיות שיאפשרו מתן טיפול איכותי ומתקדם תחת  
שיקוף, שירות חדש של מרפאה לשיקום רצפת אגן, שירות חדש  
של אשפוז יום להפרעות אכילה שכיום חסר בישראל בכלל  
ובאזור המרכז בפרט ועוד.

לצד אלה, מהדק בית החולים את הקשר עם חברות מובילות  
העוסקות בפיתוח כחול לבן של טכנולוגיות מתקדמות ברפואת  
השיקום ורואות בנו שותף לפיתוח ושדה קליני ייחודי.

אנו מבצעים תהליכים משמעותיים לקידום הסגל האיכותי של  
בית החולים ובכלל זה, בנייה של מסלולי פיתוח לצוות מקצועות  
הבריאות, מענקים לעובדים על יוזמות, הובלה ומעורבות  
בפרויקטים וגיוסם של מתמחים איכותיים.

כחלק מתכנון ארוך טווח, משאבים רבים מופנים לקידומה של  
תכנית אב כוללת לבינוי בית החולים בשנים הקרובות ובכלל זה,  
תכנון של מגדל אשפוז חדשני ומתקדם בו נוכל להמשיך ולהעניק  
טיפול איכותי, מתקדם ומסור.

בברכת חג פסח שמח לכם ולכל יקיריכם!

ד"ר דב אלבוקרק

מנהל המרכז הרפואי שיקומי

רעות בתל אביב

בית חולים שיקומי רעות, שדרות החיים"ל 2 יד אליהו, תל אביב  
טלפון: 03-6383666 | אתר: www.reuth-mc.org.il  
בית חולים שיקומי רעות תל אביב



# איך צומחים ממשבר

ד"ר צבי פסטר לקה באירוע מוחי ובעקבותיו הוא סובל מאפדיה ונכות. למרות המוגבלות, החל ליצור והפך את האמנות למרכז חייו. לרגל יום הולדתו בחר להציג את עבודותיו בבית החולים בו עבר תהליך שיקום מעצים

אותה אצר שלומי בן יקר, הוצגו כחמישים יצירות לאורך חמש השנים האחרונות. בטקס חנוכת התערוכה, מול עשרות משתתפים, נשא צבי נאום מרגש ושיתף את הנוכחים בסיפור חייו והתמודדותו עם האפדיה. את הנאום העביר באמצעות האיפד בו למד להשתמש בבית החולים.

"הטיפול ברעות עזר לי מאוד", סיפר צבי. "וכשאתי מסתכל היום אחורה אני יכול להראות כמה התקדמתי. ההצלחות שלי וההתקדמות שלי הן בזכות העזרה של בית החולים. בזכות תמי, הקלינאית תקשורת שלי, למדתי דרכים אחרות לדבר".

## "ההצלחות שלי וההתקדמות שלי הן בזכות העזרה של בית החולים. בזכות תמי, הקלינאית תקשורת שלי, למדתי דרכים אחרות לדבר"

### מהי אפדיה?

אפדיה הינה הפרעה נרכשת בשפה כתוצאה מפגיעה נוירולוגית במרכזי השפה שנמצאים אצל רוב האנשים בהיספירה השמאלית של המוח. הנזק לאזורים אלו יכול להתרחש כתוצאה משבץ מוחי, פגיעת מוח טראומטית, או פגיעות ראש שונות. אפדיה גורמת לאובדן מלא או חלקי של יכולת השימוש בשפה. הפגיעה מערבת את ערוצי השפה השונים - דיבור, הבנה, קריאה וכתובה. במקרים שונים, ייתכן שחולה אפדיה יוכל לדבר אך לא לכתוב, או להפך, להבין משפטים מורכבים יותר מאלו שיהיה מסוגל ליצור בעצמו וכן הלאה. הטיפול באפדיה מתבצע על ידי קלינאי תקשורת וישנן מספר גישות טיפוליות: טיפול שנועד לשפר את תפקודי השפה שניזוקו, תרגול מיומנויות פיצוי ובמקביל שילובו של המטופל במעגלים החברתיים הקודמים תוך התאמת דרכי התקשורת שלו לצרכים וליכולות שלו.



ד"ר צבי פסטר ואוצר התערוכה, שלומי בן יקר

בחדש ינואר נחנכה בבית החולים תערוכתו המרגשת של ד"ר צבי פסטר "מדיבור לציור".

ד"ר פסטר, כימאי לשעבר, עבר לפני חמש שנים אירוע מוחי ובעקבותיו הוא סובל מאפדיה וממגבלה תפקודית בפלג גופו הימני. במשך שנתיים הוא טופל בבית החולים באופן פרטני וכן במסגרת פעילות של מרכז אתגר לטיפול תקשורתי לסובלים מאפדיה, בהובלת היחידה לקלינאות תקשורת. הטיפול נועד לשפר את יכולות התקשורת ולסייע במתן כלים למיומנויות שיחה בתקשורת תומכת חליפית. אחד הכלים בהם למד צבי להשתמש הוא מכשיר איפד הכולל אפליקציית תקשורת ייעודית לסובלים מבעיות תקשורת.

למרות המשבר הקשה, בעקבות האירוע המוחי שעבר, הצליח צבי להפוך את מגבלותיו לסוג של הזדמנות וצמיחה מחדש ומאז תהליך השיקום חזר לתחביבו הישן: ציור. אלא שהפעם הוא היה צריך לעבור תהליך הסתגלות לעובדה הקשה שידו הימנית אינה פעילה יותר וללמד את עצמו ליצור ביד שמאל הלא דומיננטית.

אט אט הפכה האמנות למרכז חייו וצבי החל ליצור בטכניקות שונות הכוללות צבע ורישום ובמקביל החל גם לפסל.

לרגל יום הולדתו ה-80, בחרו בני המשפחה להציג אוסף של עבודותיו הכוללות ציורים ופסלים בבית החולים בו עבר תהליך שיקום מעצים. בתערוכה,



## "נלחמתי כמו אריה להישאר בחיים"

"הגנתי על אנשים במחיר הפגיעה שלי". אשר אלמליח. צילום: מאיר דקל

### המאבטח אשר אלמליח נפצע אנושות בפיגוע כשמנע ממחבל להיכנס לתחנה המרכזית בירושלים. בתום תהליך שיקום אינטנסיבי, הוא חוזר לחיים: "אם הפגיעה שלי הצליחה להציל אחרים, יש בכך סוג של גאווה"

אשר אלמליח, 46, סיים בחודש פברואר האחרון את תהליך השיקום בבית החולים. היה זה יום מרגש במיוחד עבור האיש שנפצע באורח אנוש בפיגוע דקירה בתחנה המרכזית בירושלים בחודש דצמבר האחרון.

הפיגוע אירע בעת ששימש מאבטח בתחנה המרכזית בירושלים, כאשר ניסה למנוע מהמחבל, תושב שכם, להיכנס לתחנה המרכזית ונדקר בליבו. המקרה זעזע רבים שהתפללו לשלומו. לאחר כשבועיים בהם נאבקו הרופאים על חייו ביחידה לטיפול נמרץ בבית החולים שערי צדק, כשהוא מורדם ומונשם, אשר התעורר והחל להתאושש בהדרגה.

אל 'רעות' הגיע בינואר האחרון עם סיבולת לב ריאה מאוד ירודה כשהוא חלש מאוד פיזית ונפשית. לאורך תקופת השיקום, זכה אשר לטיפול רב מקצועי אינטנסיבי שהתמקד בחיזוק סיבולת לב ריאה, שיפור התנועתיות,

היציבות ושיווי המשקל, גם באמצעות מכשור טכנולוגי מתקדם. "יום ראשון התחיל כמו עוד יום עבודה שגרתי שלי כמאבטח", שיחזר אשר. "פתאום זיהיתי אדם שנראה לי חשוד שמנסה להיכנס לתחנה המרכזית. הוצאתי אותו מהתור לעמדת הבידוק וראיתי שמדובר בתושב שכם שאין לו היתר כניסה לישראל. ביקשתי ממנו להוריד את המעיל ומרגע זה אני לא זוכר כלום. כל מה שידוע לי מאז הוא מסיפורים שסיפרו לי חברים ובני משפחה. אחד המאבטחים רץ אליי, תפס את המחבל ומיד פינו אותי לבית חולים עם פגיעה אנושה. "נפצעת" ב-2017 והתעוררתי בשנת 2018, הוא צחק. "אני יודע שנלחמו על החיים שלי וכשהתעוררתי כל הזמן אמרו לי שנלחמתי כמו אריה להישאר בחיים. הרבה מאוד אנשים התפללו בשבילי בארץ ובחו"ל. יש אלפי אנשים שאני חייב



# מובילים חדשנות טכנולוגית

צוות מהיחידה לריפוי בעיסוק השתתף באירוע החדשנות של פיליפס ישראל ועמותת TOM בפיתוח פתרונות מתקדמים במכשור רפואי המותאמים לילדים בבית החולים



עובדים על הפיתוח. ברכה אוירבך, המרפאה בעיסוק וצוות פיליפס

בחודש דצמבר האחרון השתתף צוות מהיחידה לריפוי בעיסוק באירוע החדשנות של חברת פיליפס ישראל ו-TOM: Tikkun Olam Makers. אירוע החדשנות נערך זו השנה השנייה ברציפות, במסגרתו חוברים עובדי פיליפס ישראל, העוסקים במחקר, פיתוח וייצור של פתרונות מתקדמים במכשור רפואי ותוכנות בתחום הבריאות, יחד עם עמותת TOM, במטרה למצוא פתרונות טכנולוגיים מותאמים אישית לאנשים עם מוגבלויות על מנת לסייע להם בהתמודדות עם האתגרים העומדים בפניהם בחיי היומיום.

בין 13 הצוותים שלקחו חלק באתגר, נמנה צוות של מרפאות בעיסוק מבית החולים שיחד עם עובדי פיליפס עבדו על פרויקט חדשני למען הילדים המאושפזים בבית החולים. היחידה לריפוי בעיסוק הגדירה את הצורך וליוותה מקצועית את נציגי פיליפס בפיתוח כלי טיפולי המבוסס על טכנולוגיה חדשנית המותאמת אישית לכל ילד על פי צרכיו ויכולותיו.

הכלי החדש כולל מתקן דמוי קונכייה אישית המוצמדת למיטת הילדים ועליה ניתן להקרין תכנים המותאמים למצבו התפקודי של המטופל. הודות לכלי החדש, יוכלו הילדים לצפות בסרטונים ואפילו לקבל מסרים אישיים מצולמים של בני המשפחה.

מנהל בית החולים, ד"ר דב אלבווקר, שהוזמן לנאום בטקס הסיום במשרדי פיליפס חיפה, הדגיש את החשיבות החברתית והערכית הגדולה של אירועים מסוג זה: "זוהי הובלה של חדשנות בעלת משמעות, המשתלבת במאמץ המתמשך של בית החולים ליישם שיטות טיפול פורצות דרך וחדשניות ולשפר את חייהם של הזקוקים לכך".

# שיקום דרך הטבע

הגינן הטיפולי הוא כלי חשוב המסייע בתהליך השיקום. תשאלו את גיל, יזם היי טק, שאושפז בבית החולים ולקח חלק בפעילות השבועית בגינה

גיל יחד עם המטפלת עינת גולני בגינה הטיפולית



גיל, 52, יזם היי טק מחיפה, נשוי ואב לשלוש בנות, אושפז בבית החולים פעמיים ברציפות לאחר שלקה בדלקת מוחית – ADEM. מדובר במחלה אוטואימונית התוקפת את הגוף ובעקבותיה איבד את היכולת המוטורית ביד וברגל שמאל. לאורך תהליך השיקום השתתף בפעילות בגינה הטיפולית אחת לשבוע, במסגרת התעסוקה הטיפולית.

"בפעם הראשונה עברתי שיקום מוצלח וחרתי הביתה שאני מתפקד עצמאית לחלוטין", סיפר גיל. "ואז המחלה תקפה אותי שוב. הפעם הייתי למוד ניסיון ולאחר שאושפזתי באיכילוב, ביקשתי לחזור לרעות". הייתה לי חוויה מאוד טובה מתהליך השיקום הראשון."

גיל הגיע לבית החולים על כיסא גלגלים כשהוא אינו מסוגל לתפקד עם רגל שמאל ולאחר כחודש חזר ללכת באופן עצמאי ותהליך השיקום התמקד בשיפור התפקוד בידו השמאלית בשל מגבלת תנועה.

גיל: "את הגינה הטיפולית הכרתי כבר בפעם הראשונה שהגעתי לאשפוז ופשוט התאהבתי! בגג הנפלא הזה, בייחוד בימי שמש, המגע והעבודה עם הצמחייה פשוט מחיים את הנפש. כשחזרתי לכאן היה לי ברור שאני חוזר לעבוד בגינה. אני רואה בפעילות בגינה חלק טבעי מתהליך הריפוי. יש כאן צוות מסור ומדהים,

שנעים לדבר איתו. זה לא מובן מאליו. אני מאמן את יד שמאל דרך עבודת האדמה. הקשר לאדמה ולטבע הוא תהליך שגרתי כאן שעושה פלאים לחיזוק הגוף ולהעצמה מנטלית".

# בית החולים אירח את הכנס הארצי של רכזי ועדות הלסינקי

// הכותבת: ד"ר שרה סולטן, אחראית מחקר ופיתוח

נלמדו נושאים מרכזיים המאפשרים ביצוע מחקר תקין, ביניהם: מהו לימוד מחקר קליני, אמנות בינלאומיות לביצוע מחקרים (הצהרת הלסינקי, עקרונות ICH-GCP), מבנה, אחריות ותפקיד ועדת הלסינקי והסברים על סוגי ניסויים ומחקרים, תהליך אישור ניסוי בישראל, אחריות החוקר הראשי ועוד.

וטין, מנהל המרפאה לטיפול בכאב כרוני ואשפוז יום שיקומי, הרצה על נושא הכאב ואמיר צנדקוביץ, ראש המערך לפסיכולוגיה שיקומית ומנהל מכון אגם, הרצה בנושא הפרעות אכילה.

זאת ועוד, עשרות מחברי סגל בית החולים המשתתפים בפעילות המחקרית, לקחו חלק בקורס GCP (good clinical practice) שנערך ברעות על ידי חברת GCP ACADEMY. בקורס

כחלק מפעילותו של מכון רעות למחקר ופיתוח בבית החולים, אירח השנה בית החולים את הכנס ה-5 הארצי של רכזי ועדות הלסינקי בו השתתפו עשרות נציגים מבתי החולים השונים בארץ. סגן מנהל בית החולים, ד"ר דודי דביר, פתח את יום הפעילות ובהמשך ערכו המשתתפים סיור בבית החולים וכן התקיימו הרצאות של פרופ' רפי חרות, ראש חטיבת השיקום, בנושא שיקום מיני, פרופ' ז'אן ז'ק



# סיעוד - הדור הבא: מאות סטודנטים ואחיות מגיעים להתנסות קלינית

// הכותבת: הגב' אסתי לבני, מנהלת ההדרכה בסיעוד



האחות אלה מקסימום בהדרכת סטודנטים לסיעוד ממכללת תל אביב יפו

עם פתיחת שנת הלימודים האקדמית באוקטובר 2017, הגיעו עד כה כ-300 סטודנטים ואחיות להתנסות קלינית בבית החולים. קהל הלומדים כולל סטודנטים לסיעוד מאוניברסיטאות ומכללות שונות, בהם אוניברסיטת אריאל ומכללת תל אביב יפו וכן אחיות מבית הספר לסיעוד בבית החולים אסף הרופא. לאורך השנים הגדיל בית החולים בהתמדה את כמות המחלקות המשמשות שדה קליני והוכשרו מדריכים בכל המחלקות. עבור הסטודנטים, המגיעים להתנסות לתקופה של עד שלושה חודשים, נבנית תכנית בהתאם

למטרות הקליניקה הכוללת חשיפה למגוון תחומי הפעילות של בית החולים ועבודת הצוות הרב מקצועי. האחיות מגיעות להתנסות קצרה יותר, במסגרת קורס על בסיסי בתחומי שיקום, גריאטריה וכפצעים. בתהליכי ההדרכה במחלקות השונות משולב כל סגל בית החולים לרבות אחיות אחראיות התומכות ומסייעות בתהליך. הביקוש הרב להתנסות בבית החולים לצד המשובים הטובים ומכתבי התודה הרבים, מלמדים על שביעות הרצון הגבוהה.



# תכנית "בריאות ברעות" יצאה לדרך

// הכותבת: הגב' אור שנקמן, אחות בריאות הציבור



מפסיקים לעשן ברעות

מעובדי בית החולים את הסדנה הראשונה לגמילה מעישון, בהובלת איתן אמיאל, עם מאה אחוז הצלחה! לאור הצלחת הסדנה והחשיבות הרבה של הפסקת עישון מתוכננות סדנאות נוספות בנושא. לצד זה, יתקיימו בהמשך סדנאות, הרצאות ופעילויות נוספות לקידום אורח חיים בריא. מנהל בית החולים, ד"ר דב אלבווקר, הדגיש בעניין זה: "כארגון המספק שירותי בריאות איכותיים למטופלינו, עלינו לדאוג גם למטפלים. הנהלת בית החולים רואה בעובדים שותפים

בית החולים יצא לדרך בתהליך משמעותי לקידום בריאות ומניעת תחלואה בקרב עובדיו. התכנית "בריאות ברעות" מיועדת לכלל עובדי העמותה במטרה לעודד אורח חיים בריא בתחומים מגוונים - פעילות גופנית, גמילה מעישון ואכיפת חוקי העישון, תזונה ועוד. במסגרת התהליך בוצע סקר מקיף, המהווה בסיס לבניית תכנית שתביא לידי ביטוי את הצרכים, הבקשות והרצונות של העובדים למען קידום בריאותם האישית. במסגרת התכנית - סיימו באחרונה שישה

# גם אחרי האשפוז - יש מי שממשיך ללוות אותך

היחידה לרצף טיפול של השירות הסוציאלי מסייעת למטופלים ובני משפחות בתהליך ההסתגלות עם שחרורם לקהילה. לאור ההצלחה, יוצע למטופלים גם יעוץ מקצועי בווידיאו צ'ט דרך אתר בית החולים

במצב הכי טוב האפשרי בהתחשב בנסיבות החדשות של החיים. כשחולה מגיע הביתה יש שלב של הלם. האשפוז בבית החולים דומה לחממה, המאמץ והאתגר האמיתי הוא ביציאה הביתה ולעיתים נוצר כאוס. השירות שלנו מסייע בהסרת החסמים, מעניק תמיכה רגשית וסיוע פרקטי בהתמודדות מול השירותים בקהילה: קופות החולים, רווחה, ביטוח לאומי ועוד."

עד היום נהנו מאות מטופלים מליווי צמוד ובשביעות רצון גבוהה. לאור הצלחת השירות, הוחלט לפתוח את השירות לכלל המטופלים בבית החולים באמצעות וידיאו צ'ט דרך אתר בית החולים בו יינתן מענה מקצועי און ליין לשאלות.

טיפול. השירות ניתן ללא עלות במחלקות האשפוז ולמטופלים המגיעים למסגרת אשפוז יום. צוות המתנדבים מסייע בהדרכה, במעקב ובפנייה אל הגורמים האחראיים בקהילה לצורך המשך יישום המלצות השיקום: רשויות, גורם מטפל ועוד. השירות ניתן בחמש שפות: עברית, ערבית, אנגלית, אמהרית וטיגרית.

מנהל השירות לעבודה סוציאלית בבית החולים, מיכאל שרון: "מטופלים נתקלים במסכת של בירוקרטיה כשהם נדרשים להמשכיות של טיפול בקהילה. המעבר מבית החולים לקהילה עלול להיות מאוד בעייתי ובמקרים אף מוביל לאשפוזים חוזרים שלא לצורך. אנו מסייעים למשפחה להתארגן ולתפקד

כבר 11 שנים שפועלת בבית החולים יחידת רצף טיפול שהינה שירות ייחודי מסוגו בארץ שמפעיל השירות לעבודה סוציאלית בבית החולים. מדובר בשירות המיועד למטופלים בעלי קושי ביישום המלצות השיקום בקהילה לאחר שחרורם מבית החולים - זאת על רקע מצבם האישי, העדר משאבים, קשיי שפה ועוד. היחידה לרצף טיפול מלווה את החולים ובני המשפחות בתהליך ההתאקלמות וההסתגלות ובמניעת נסיגה במצב המטופל. היחידה מהווה כתובת לכל שאלה או קושי הנוגעים להמשך תהליך השיקום.

השירות כולל ליווי וסיוע במשך 4 חודשים העוזר למטופלים אלה בהתמודדות והוא מופעל על ידי מתנדבים, בעלי רקע וניסיון

צילום: Tyler Olson | Dreamstime.com



## ביקור ביטחוני



מימין: סגן שר הביטחון, פרופ' חרותי וד"ר אלבוקרק עם המטופל נסים עמיאל, נכה צה"ל

סגן שר הביטחון, הרב אלי בן דהן, סייר בבית החולים. זהו ביקורו הראשון של סגן השר. מנהל בית החולים, ד"ר דב אלבוקרק ומנהל חטיבת השיקום, פרופ' רפי חרותי, הציגו את תחומי הפעילות המגוונים והייחודיים אותם מוביל בית החולים.

במהלך סיורו, נפגש סגן שר הביטחון עם שני פצועי צה"ל המטופלים בבית החולים: אורן חפץ בן ה-19, הסובל מכאב כרוני לאחר שנפגע בעת שירותו בחיל השריון וניסים עמיאל, נכה צה"ל שנפצע במלחמת יום כיפור. סגן השר, אלי בן דהן, שוחח באריכות עם המטופלים והתעניין בדרכים בהן ניתן לשפר את איכות הטיפול אשר מקבלים הפצועים מהמדינה.

בסיום הביקור אמר סגן שר הביטחון אלי בן דהן: "גאווה גדולה לפגוש פצוע צה"ל שנפצע באימון מבצעי ומגיע במציאות לא פשוטה לבית החולים. צוות בית החולים כולו מתגייס לשקם אותו ולהחזיר אותו למסלול חיים רגיל בכפף הפיזי, הנפשי והמשפחתי. בית החולים רעות מהווה דוגמה לשילוב שיטות טיפול חדשניות ויעילות עם מסירות ללא גבול".

## ערב עיון בשיתוף לשכת עורכי הדין

בית החולים קיים ערב עיון בשיתוף לשכת עורכי הדין בנושא "רפואת השיקום - תחום פורץ דרך". את ערב העיון ריכזו פרופ' רפי חרותי, מנהל חטיבת השיקום בבית החולים ועו"ד ענת גינזבורג, המשמשת יו"ר ועדת נכים, תגמולים ושיקום בלשכת עורכי הדין. בערב השתתפו עשרות עורכי דין.

התוכנית כללה הרצאות של פרופ' רפי חרותי, מנהל חטיבת השיקום על מבוא לרפואת השיקום ושיקום מיני, אמיר צנדקוביץ, נירופסיכולוג, מנהל מכון אגם לטיפול ושיקום הפרעות אכילה ומנהל שירות הפסיכולוגיה השיקומית, שהרצה על אבחון נירופסיכולוגי וטיפול לאחר פגיעת ראש, גב' שרה פלג שני, מנהלת שירות הפיזיותרפיה, הרצתה על טכנולוגיות מתקדמות בשירות השיקום, רעות שטרק, קלינאית תקשורת שהרצתה על

כלים לשיפור ושימור הקול, פרופ' ז'אן ז'אק וטין, מנהל אשפוז יום שיקומי והמרפאה לטיפול בכאב כרוני, הרצה על מהו כאב כרוני וכיצד משתקמים ופרופ' אבי עורי, מומחה בשיקום ומייסד חטיבת השיקום, הרצה על שיקום נכים לאחר פגיעה נירולוגית קשה.

כמו כן נערך סיור לימודי בבית החולים במחלקות השיקום והדגמת ציוד טכנולוגי מתקדם.

בסופו של הערב נערך פאנל שאלות ותשובות בהשתתפות מנהל בית החולים ורופאים נוספים שזכה להתעניינות רבה מצד המשתתפים.



מימין לשמאל: ד"ר דודי דביר, עו"ד ענת גינזבורג ופרופ' רפי חרותי בערב העיון בבית החולים



יובל דיין ושלומי שבת



מימין: מנהל ביה"ח, ד"ר דב אלבוקרק, יו"ר עמותת רעות, ד"ר עוזי לנדאו, ראש עיריית תל אביב-יפו, רון חולדאי ואיל קיציס, מנחה האירוע



מימין: עו"ד דן להט ורעייתו רונית רייכמן יחד עם משה אדרי באירוע השנתי צילומים: מאיר דקל

## סכום של כמיליון ₪ גויס למען בית החולים באירוע ההתרמה השנתי

סכום של כמיליון ₪ גויס באירוע ההתרמה השנתי של עמותת רעות למען בית החולים. האירוע המוצלח נערך בבית האופרה בתל אביב, בהנחיית איל קיציס והתכנית האמנותית כללה הופעה של שלומי שבת שאירח על הבמה את יובל דיין.

האירוע השנתי התקיים בסיומן 80 שנה לפעילות החברתית והקהילתית של עמותת רעות כשבראש מפעלי העמותה - פועלו של בית החולים, הגדול מסוגו בישראל. הסכום שגויס מיועד לפיתוח המחלקה לאשפוז יום שיקומי בבית החולים.

האירוע נערך בהשתתפות יו"ר עמותת רעות, ד"ר עוזי לנדאו, מנהל בית החולים השיקומי רעות תל אביב, ד"ר דב אלבוקרק, ראש עיריית תל אביב-יפו, רון חולדאי, יו"ר חוג הידידים של בית החולים, עו"ד צבי פירון, חברי הוועד המנהל של העמותה וחברי הנהלת חוג הידידים.

בין הבכירים שנצפו: בני הזוג עו"ד דן להט ורעייתו רונית רייכמן, משה אדרי, מבכירי תעשיית הקולנוע הישראלית, היזם שי אגסי, טל ברנח, מייסד ומנהל קרן דיסרפטיב, יובל שחר, שותף וממייסדי קרן מרקר, עו"ד רונית סיטון-זלקינד, הטניסאים הבכירים לשעבר, שחר פאר ואנדי רם, רני רהב וראש עיריית תל אביב-יפו לשעבר, רוני מילוא.

מחלקת אשפוז יום שיקומי ברעות הינה הגדולה בישראל, ומעניקה טיפול הוליסטי רב מקצועי לזקוקים לשיקום בכל הגילאים, כאשר בסוף יום הטיפול המטופלים שבים לביתם. כך הם זוכים לטיפול אינטנסיבי המותאם למצבם ובמקביל שומרים על שגרת חייהם העצמאית.





אייבי נאמן ז"ל  
צילום: איציק בירן

## נפרדים מעו"ד אייבי נאמן, לשעבר נשיא חוג הידידים של בית החולים

בחודש פברואר האחרון נפרד בית החולים מעו"ד אייבי נאמן, לשעבר נשיא חוג הידידים של בית החולים, שפעל במשך שנים ללא לאות, במחויבות ובמסירות אין קץ, למען פיתוחו של בית החולים. בטקס הלוויה נשא דברים מנהל בית החולים, ד"ר דב אלבוקרק ובין השאר ציין: "בנית את עצמך בעשר אצבעות. הצבת לעצמך יעדים, חלמת והגשמת ושוב חלמת ופעלת ללא ליאות להשיג גם את המטרה הבאה. כל זאת ברגישות, עם נשמה גדולה, כאוהב תרבות ואמנות, כאיש שיועד מאין בה ורואה באופן ברור וצלול לאן אתה מכוון. אייבי היקר, אני מכיר תודה על שזכיתי ללמוד ממך, לזכות בעצות חכמות וטובות שעזרו לי באתגרים העצומים איתם אני מתמודד בפיתוח בית החולים. אתה משאיר מאחוריך מורשת מפוארת, משפחה לתפארת, הישגים שמהווים עדות חיה לתרומתך יוצאת הדופן לעם ולארץ שאתה כה אוהב".



סדנת בישול במתחם המשופץ

## נחנך מבנה התעסוקה והגינה הטיפולית המשופץ

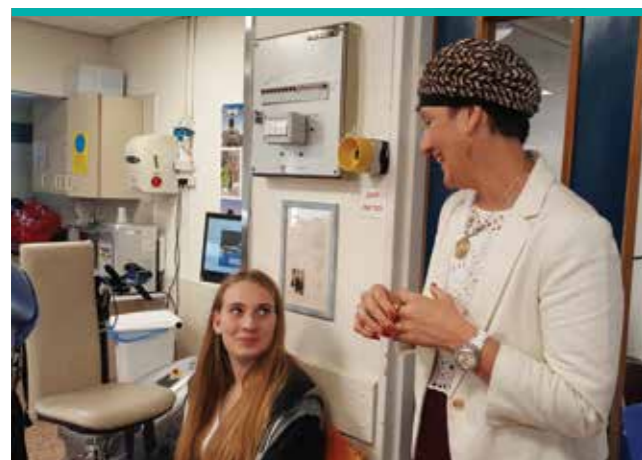
בטקס חגיגי נחנך בבית החולים מבנה התעסוקה והגינה הטיפולית המשופץ הפועל על גג בית החולים. במסגרת השיפוץ, הוקם מטבח מאובזר המשמש לפעילות קבוצת הבישול המתקיימת מדי שבוע, נרכשה טלוויזיה חדשה לטובת פעילות הפנאי בשעות אחר הצהריים, שופצו עמדות המחשב, נרכש ריהוט חדש לטובת פעילויות האמנות, נצבע שביל גישה נוח בגינה הטיפולית וכן בוצעו עבודות תשתית נוספות. מנהלת התעסוקה הטיפולית, יעל דוברובסקי, ציינה בטקס חנוכת המתחם: "המרחב החדש מאפשר למטופלים ליצור באמצעות ציור, סריגה וחרוזה וכן יש לנו עמדת מחשבים בהם יכולים להתעדכן, לשחק במשחקים המחדדים את החשיבה והזיכרון. אנחנו מפעילים גם קבוצות לבני משפחות המוצאות עוגן ושותפות במפגשים הללו. הגינה המטופחת, הנעימה, הצבעונית והייחודית לבית חולים שלנו, בה כל מטופל מוצא פינה קטנה של שלוה ורוגע. בגינה המיוחדת הזו, המטופלים מטפלים, משקים, מטפחים את הצמחים, כמטאפורה והזדהות לטיפול אותו הם עוברים. מקום בו הם עצמם נותנים את הטיפול ולא רק מקבלים אותו".

## יום כיף לילדים

יום כיף לילדים המאושפזים יחד עם בני המשפחות וסגל בית החולים, נערך בחודש נובמבר האחרון וכלל פיקניק בחיק הטבע, בגינה מוריקה ורחבת ידיים הסמוכה לבית החולים. הילדים יצאו מבית החולים כשהם מלווים בבני המשפחות, רופאים, הצוות הסייעודי, החינוכי והפרא רפואי, בהליכה נעימה עד לגינת המשחקים. לאחר מנוחה קלה והתארגנות, נהנו הילדים ובני המשפחות מפעילות פנאי וגיבוש יחד עם סגל בית החולים ובסופה חיכתה לבני המשפחה ולצוותים ארוחת צהריים מפנקת. את סיומו של היום ציינו המשתתפים בשירה ובנגינה.



סגל בית החולים, הילדים ובני המשפחות ביום כיף. צילום: מאיר דקל



ח"כ שולי מועלם בעת סיורה בבית החולים

## ח"כ שולי מועלם ביקרה בבית החולים

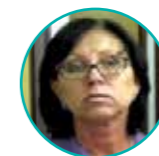
ח"כ שולי מועלם (הבית היהודי) התארחת בבית החולים. היה זה סיורה הראשון של ח"כ מועלם בבית החולים, במהלכו שמעה ממנהל ביה"ח, ד"ר דב אלבוקרק, על תחומי הטיפול השונים והרב מקצועיים של בית החולים, סיירה באולם הטכנולוגיות השיקומיות, במחלקות השונות וביניהן מחלקת טיפול נמרץ ילדים, מחלקת שיקום, שוחחה עם מטופלים ועם מתנדבים מחו"ל והתרשמה מהיקף העשייה במקום. בסיומו של הביקור, העניק לה מנהל בית החולים כשי את הספר "מתכונים מהלב" הכולל אוסף של מתכונים שנתרמו כולם על ידי סגל בית החולים בשפות שונות, המשקפות את הפסיפס הישראלי.

## מינויים חדשים

**בועז קדוש**, מונה לראש תחום ביני ותשתיות בבית החולים. קדוש, מהנדס אזרחי במקצועו, כיהן בתפקידו האחרון כמנהל פרויקטים בסימנס ישראל.



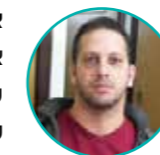
**נטלי ברנדורף**, אחות במחלקת ח', מונתה לאחות אחראית תחום טיפול תומך (טיפול פליאטיבי) החולים.



**ענת דימנטמן**, לשעבר מנהלת היחידה לתזונה ודיאטה בבית החולים, מונתה למנהלת תחום אפיון וביוראינפורמטיקה.



**אורן פוקס**, מונה לרנטגנאי אחראי. בתפקיד האחרון שימש כרנטגנאי ואולטרה סאונד בבית החולים רמב"ם בחיפה ומרצה בבית הספר לרנטגנאות ודימות בנושא בטיחות קרינה ברמב"ם.



**מיכל גרשוני-קייט**, דיאטנית ביחידה לתזונה ודיאטה, מונתה למנהלת בבית החולים.



**פרופ' רחל דנקנר** מונתה למנהלת מכון רעות למחקר ופיתוח. פרופ' דנקנר הינה חוקרת בכירה במכון גרטנר לחקר אפידמיולוגיה ומדיניות בריאות ופרופסור חבר בביה"ס לבריאות הציבור בפקולטה לרפואה באוניברסיטת תל אביב.



**ד"ר איתמר גרוסקופ** מונה לרופא בכיר באשפוז יום שיקומי ויועץ בחטיבת השיקום. ד"ר גרוסקופ מומחה למחלות פנימיות וגריאטריה, כיהן כסגן מנהל מחלקה פנימית בבית החולים שיבא.



# "החלמה" של המוח ככלי להתמודדות

בשנים האחרונות התפתחה הבנה מקצועית, כי גם מוחם של אנשים הסובלים מכאב כרוני עובר שינויים הגורמים לרמות חרדה, פחד ופענוח תפיסתי מוטעה של הגירוי המכאיב - עד לרמה בה גם גירוי שאינו מכאיב נתפס כמכאיב. כפועל יוצא מכך גוברים הקולות הקוראים לשינוי שיטת הטיפול הרווחת שמבוססת על מתן מענה תרופתי, שאינו מאפשר "החלמה" ברמה המוחית

// חנה קרפין



**הכותבת:**

**הגב' חנה קרפין, מנהלת היחידה לריפוי בעיסוק בבית החולים השיקומי רעות תל אביב**

צילום: גיל דור

17 אחוז מהישראלים מעל גיל 18 - כמיליון איש סובלים מכאב כרוני. הספרות המחקרית מתעדת היעדרות ממוצעת של 18 ימי עבודה בשנה, שעלותם למדינה נאמדת ב-1.15 מיליארד ש.

נתונים אלה מהווים אינדיקציה להפיכתו של הכאב הכרוני לבעיה שכיחה בחברה הישראלית, המשפיעה באופן משמעותי על המצב הבריאותי, הפיזי, הנפשי והכלכלי של הסובלים מכך.

מתי הופך הכאב לכאב כרוני? ההגדרה הרפואית מתייחסת לכאב הנמשך מעל 3 חודשים, או כאב הנמשך מעבר לטווח הריפוי המצופה. אצל

יותר מ-50 אחוז מהסובלים מכאב כרוני, הכאב נמשך 5 שנים ולמעלה מכך. התמשכות הכאב גורמת להידרדרות נפשית ותפקודית, לעתים עד כדי תלות מוחלטת במערכת הרפואית ובסביבה הקרובה.

לאורך השנים התפיסה הטיפולית התמקדה בטיפול במשככי כאבים. טיפול זה אומנם מסייע להתמודדות בכאב אך הוא אינו שחקן יחיד. טיפולים אחרים כללו תרגול פיזי מאומץ ואינטנסיבי שגרם להחמרת הכאב, לצמצום התפקוד ולירידה ניכרת בשיתוף הפעולה של המטופלים. כפועל יוצא מכך, עם השנים המטופלים בכאב כרוני נטו לאמץ סגנון

התמודדות פאסיבי הכולל: הימנעות מתפקוד, פרקי מנוחה ארוכים ועיסוק יתר בסוג הכאב, עוצמתו ותיאורו המילולי.

בשנים האחרונות התפתחה הבנה מקצועית, כי גם מוחם של אנשים הסובלים מכאב כרוני עובר שינויים הגורמים גם הם בתורם לרמות חרדה, פחד ופענוח תפיסתי מוטעה של הגירוי המכאיב - עד לרמה בה גם גירוי שאינו מכאיב נתפס כמכאיב. כפועל יוצא מכך גוברים הקולות הקוראים לשינוי שיטת הטיפול הרווחת שמבוססת על מתן מענה תרופתי, שאינו מאפשר "החלמה" ברמה המוחית.

סגל היחידה לריפוי בעיסוק, במכון לשיקום

תסמונות כאב בבית החולים השיקומי רעות בתל אביב, שקד על פיתוח פרוטוקול טיפולי חדש שבין השאר מחזק את התובנה, כי המוח הוא גורם משמעותי ביצירת הכאב הכרוני וכי ההתערבות הטיפולית חייבת להתמקד בשיפור היכולת התפקודית והפחתת ההימנעות. במילים אחרות: שבירת מעגל הקסמים של הימנעות מתפקוד בשל כאב כרוני. לתוכנית מספר עקרונות:

**תקשורת ותיאום ציפיות:** שיח ישיר עם המטופל, הכולל הסבר מקיף על אופי הכאב הכרוני והמנגנון הניורולוגי העומד בבסיסו וכך ליצור הבנה שניתן לתרגל תפקוד ללא גרימת נזק. בנוסף לכך ניסוח משותף של מטרות הטיפול בהתאם לרצונות ואמונות המטופל. לעקרון זה הצלחה מוכחת בהפחתת חששותיהם של מטופלים ואף נמצא שעודד פרואקטיביות בתהליך הטיפולי.

**הפחתת הימנעות תפקודית ויצירת איזון בין פעילות למנוחה:** יצירת חשיפה מדורגת לפעילות ולתפקודים בהם מטופלים מצפים לחוש כאב, במטרה להגדיל את נפח השתתפותם בפעילויות אלו. במילים אחרות: הגדרת סף תפקודי והגדלתו בהדרגה. לדוגמא:

מטופל עובד היי טק שהתפטר בשל הקושי לשבת זמן ממושך מול מחשב, חזר לעבוד במשרה חלקית לאחר שהעלנו בהדרגה את זמן הישיבה שלו מול המחשב באופן מבוקר וללא כאב.

**איזון היחסים שבין תנועה, תחושה וכאב:** מטופלים רבים אינם מסוגלים להניע את האיבר הכאוב ואינם מסוגלים לשאת מגע פיזי באותו האיבר. במקרים אלה, נמצא יעיל במיוחד טיפול השם דגש על דמיון מודרך של תנועה ואימון דרך מראה. כך למשל, בתרגול מראה, הניח מטופל את ידו הבריאה מול המראה כך שמתקבלת אילוזיה של תנועה סימטרית ונכונה של שתי הידיים. לתרגול זה השפעה משמעותית על המוח שלומד שתינתן תנועה ללא כאב.

**תרגול אבחנה תחושתית:** ניתן לאמן את המוח כך שלצד תחושת הכאב המתמשכת המאפילה על שאר התחושות, יוכל להבחין בין מנעד תחושות נוספות המגיעות מהאזור הכאוב, כגון הבדלים בין מגע גס לעדין, מגע סטטי לעומת דינמי. תרגול זה אפשר למטופל שנמנע מכל מגע בכך רגלו - לשאת משקל, לגרוב גרב ולנעול נעל.

**הרפיה:** מכלול טכניקות המסייעות ומעודדות מצבי הרפיה להפחתת כאב, בין השאר באמצעות נשימה, הרפיית שרירים, שימוש בהומור, דמיון מודרך או דרך משוב פיזיולוגי חיצוני (Biofeedback).

**VIRTUAL REALITY ככלי המעודד תנועה ונשיאת משקל דרך משחק:** מחקרים מצאו כי משחקי מציאות מדומה הן כלי המסייע בהסחת דעת ובוויסות עצמי של רמת הכאב. הטיפול מאפשר אימון של מיומנויות מוטוריות ותפקודיות חשובות בצורה מהנה ונעימה.

**פרוטוקול הטיפול החדש שגובש בבית החולים השיקומי רעות, נחשב לפורץ דרך בכך שמציע דרך חדשה להתמודדות עם כאב כרוני ובמרכזה: אימון המוח לניתוק הקשרים שבין תחושה, תנועה וכאב ועידוד לחזרה תפקודית הדרגתית תוך שיתוף המטופל באופן מלא.**

**עקרונות אלה גובשו לנייר עמדה של מרפאים בעיסוק שהוצג למשרד הבריאות ויופץ בקרוב לכלל קהילת המרפאים בעיסוק ברחבי הארץ על מנת שיהוו סוכני שינוי לטיפול בכאב כרוני בישראל.**

צילום: © Nataliia Mysik | Dreamstime.com







המרכז הרפואי שיקומי 'רעות' תל אביב הינו בית חולים ציבורי בבעלות עמותת 'רעות' שהינה מהעמותות הוותיקות בישראל.



המרכז הרפואי מסונף באופן מלא לפקולטה לרפואה באוניברסיטת תל אביב ועוסק בהכשרה והוראה אקדמית לסטודנטים לרפואה ולמקצועות הבריאות.



המרכז הרפואי הינו בית החולים השיקומי הגדול ביותר במטרופולין תל אביב וכולל 12 מחלקות אשפוז וכ־350 מיטות אשפוז.



סגל העובדים כולל רופאי שיקום וגריאטריה בכירים, מומחים ובעלי שם בינלאומי לצד מומחים מובילים במגוון מקצועות הבריאות (פיזיותרפיה, ריפוי בעיסוק, קלינאות תקשורת, עבודה סוציאלית, פסיכולוגיה שיקומית, תזונה ודיאטה ועוד).



המרכז הרפואי מוכר להתמחות ברפואת שיקום ובגריאטריה והינו המרכז הרפואי הראשון בישראל המוכר להתמחות על במינהל רפואי, מבין בתי החולים השיקומיים והגריאטריים.



במרכז הרפואי פועל מכון 'רעות' למחקר ולפיתוח העובד בשיתוף פעולה עם מוסדות מחקר והשכלה גבוהה בארץ ובעולם ועם חברות הזנק (סטארט אפ) ותעשיית הביוטכנולוגיה הישראלית.



שירותים באשפוז: שיקום נירולוגי, אורתופדי, נפגעי מוח, שיקום נשימתי, הנשמה ממושכת לילדים ולמבוגרים, מסלול סיעודי מורכב לילדים ולמבוגרים.



אגף מרפאות החוץ כולל אשפוז יום שיקומי, מרפאה לטיפול בכאב כרוני, שיקום וטיפול מיני, מכון אגם לשיקום ולטיפול בהפרעות אכילה ועוד.

רעות  
Reuth

מרכז רפואי שיקומי  
REHABILITATION HOSPITAL

מומחים בשיקום אנשים.