

האקדמיה לתוספי תזונה

מחזור 5

כלים טיפוליים ויישומיים בעבודת הדיאטן/ית, הרופא/ה והרוקח/ת

קורס בשיתוף ארגון הרוקחות בישראל

6 מפגשים שבועיים דיגיטליים

יום רביעי 18:00-21:00 | מפגשי ZOOM

מועד תחילת הקורס: 28.1.26 | מועד סיום הקורס: 4.3.26

תוכנית הקורס:

מפגש 1	תוכן המפגש	זמן	מרצה
עולם התוספים בעידן החדש וב-Polypharmacy 28.1.26 יום רביעי	עולם תוספי התזונה: הגדרות, רקע, "מהפכה" ברגולציית התוספים בישראל, מגמות בעולם ועוד	18:00-18:45	דוד גבאי, רוקח, סמנכ"ל רגולציה, רכש ואבטחת איכות אלטמן בריאות
	המטופלים שלנו וה- Polypharmacy כל מה שצריך לדעת על: • חסרים תזונתיים בעקבות נטילת תרופות • אינטראקציות בין תרופות לתוספי תזונה • צמחים, פטריות ורכיבי מזון • תוספים במצבי מחלה	18:45-19:45	ד"ר כרמיל עזרן, Pharm.D, מנהלת מחלקת טכנולוגיות רפואיות מכבי שרותי בריאות
	החיים הטובים - חזון לגיל בוגר: תוספי תזונה לאיכות ואריכות חיים	20:00-21:00	ד"ר שון פורטל, פיזיולוג מאמץ ודיאטן ספורט קליני
בין התוספים שנסקור: כורכום, פרוביוטיקה, פוליפנולים ונוגדי חמצון צמחיים			
מפגש 2 אתגרים במעגל החיים הנשי 4.2.26 יום רביעי	זה הבייבי שלנו: המלצות עדכניות לתוספי תזונה פרה - הריון - פוסט	18:00-19:00	טובה קראוזה, דיאטנית לנשים סביב הריון ולידה
	"מותר ואסור" בהריון והנקה: תוספי תזונה וצמחי מרפא	19:00-19:45	מירי פרבזר, רוקחת ויועצת הנקה מוסמכת IBCLC
	בין התוספים שנסקור: כולין, חומצה פולית, יוד, אומגה 3, ברזל, ויטמין D		
	מצבים נשיים מאתגרים, מדע מול פרקטיקה: • זיהומים וגינלים • דלקות בדרכי השתן • גיל מעבר	20:00-21:00	ד"ר מרב פרייברג, מומחית ברפואת נשים
בין התוספים שנסקור: פרוביוטיקה, חמוציות, D מנוז, קוהוש שחור, אבץ			
מפגש 3 המטופלים הכרוניים וישראלים בסטס 11.2.26 יום רביעי	שמים לב למטופל הכרוני-מטאבולי: יעילות תוספי תזונה במצבים שונים דוגמת יל"ד, שומנים גבוהים בדם, סוכרת	18:00-19:15	פרופ' יעקב הנקין, קרדיולוג בכיר, מנהל המערך האמבולטורי של המערך הקרדיולוגי והשרות לקרדיולוגיה מניעתית וטיפול בכולסטרול ושומני הדם
	בין התוספים שנסקור: קו-אנזים Q10, מגנזיום, ברזל, פיטוסטרולים, כרום, אומגה 3		
	זה מלחיץ אותנו - השפעת סטרס כרוני באוכלוסייה בריאה: • השפעות הסטרס על הגוף • צרכים ייחודים וחסרים תזונתיים במצבי סטרס	19:30-21:00	לימור בן חיים, דיאטנית, המחלקה לתזונה ודיאטה, המרכז הרפואי תל אביב
	בין התוספים שנסקור: מגנזיום, סלניום, ויטמין C, נוגדי חמצון, אשווגנדה וויטמין D		
מפגש 4 גיל שלישי בתפקוד מיטבי 18.2.26 יום רביעי	זה ענין של גיל על תנועה, תפקוד ואיכות חיים בגיל השלישי	18:00-18:30	לימור בן חיים, דיאטנית, המחלקה לתזונה ודיאטה, המרכז הרפואי תל אביב
	חסרים והפרעות ספיגה תלויי גיל	18:30-19:40	ד"ר רן ניסן, רוקח קליני, מרכז רפואי ע"ש רבין (בילינסון) ובית חולים גריאטרי - שיקומי בית רבקה
	בין התוספים שנסקור: מולטי ויטמין, סידן, ויטמין D, ויטמין B12		
	זה לא הגיל זה גם התרגול והתרגיל: תוספים לתמיכה קוגניטיבית בשינויי הגיל	19:50-21:00	ד"ר קארין אלמן שינה, מומחית בנוירולוגיה והפרעות קוגניטיביות מנהלת יחידת השיקום במכון תא לחץ, המרכז הרפואי שמיר בעלת המרפאה לנוירולוגיה מותאמת אישית
בין התוספים שנסקור: קו-אנזים Q10, מגנזיום, ברזל, פיטוסטרולים, כרום, אומגה 3			
מפגש 5 תוספים ואתגרים במצבי השמנה וירידה במשקל 25.2.26 יום רביעי	"זה חסר לי" חסרים בדיאטות שונות לירידה במשקל ודפוסי תזונה שונים: • השפעת הדיאטות השונות כמו קטוגנית, צמחונות ועוד על סטטוס הוויטמינים והמינרלים. • תוספי ברזל	18:00-19:20	ד"ר שרון גבריאלי, דיאטנית קלינית ואפידמיולוגית (Ph.D RD)
	חסרים תזונתיים בהשמנה וטיפול בה • חסרים שכיחים ופתרונות באפליקציות שונות בטיפול התרופתי בהשמנה • מקום תוספי תזונה בטיפול בהשמנה מניתוח ועד טיפול תרופתי	19:35-21:00	ד"ר כרמיל עזרן, Pharm.D, מנהלת מחלקת טכנולוגיות רפואיות, מכבי שרותי בריאות
	בין התוספים שנסקור: מולטי ויטמין, ברזל, סידן, ויטמין D, ויטמין A, תיאמין, ויטמין B12 חומצה פולית		
מפגש 6 מקלים על העיכול 4.3.26 יום רביעי	טיפול בהפרעות עיכול יומיומיות: עצירות, שלשולים, גזים, חסר אנזימים, IBS ועוד	18:00-19:15	תמר פפר גיק, דיאטנית קלינית, היחידה לתזונה ודיאטה והמכון לגסטרואנטרולוגיה, מרכז רפואי רבין, ב"ח בילינסון
	בין התוספים שנסקור: פרוביוטיקה, אנזימי עיכול וצמחי מרפא		
	HOUSE בעולם התוספים: • פיענוח בבדיקות דם • התאמת תוספים לצרכים • אישוש תסמיני חסר בבדיקות דם	19:30-21:00	לימור בן חיים, דיאטנית, המחלקה לתזונה ודיאטה, המרכז הרפואי תל אביב