ארגון הרוקחות בישראל
The Pharmaceutical Society of Israel

אלטמן PROFESSIONAL

האקדמיה הדיגיטלית ה-6 לתוספי תזונה

מחקר עדכני, חדשנות ופרקטיקה קלינית

קורס בשיתוף ארגון הרוקחות בישראל
לרוקחים/ות, דיאטנים/יות ורופאים/ות

6 מפגשים שבועיים
יום רביעי 18:00-21:00 | מפגשי ZOOM
מועד תחילת הקורס: 20.1.27 | מועד סיום הקורס: 24.2.27

תוכנית הקורס:

	תוכן המפגש		מרצה
20.1.27 **מפגש 1** **תוספי תזונה בעידן החדש: בין מדע, טרנדים והשיח ברשת**	**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
	החיים הטובים - חזון לגיל בוגר: תוספי תזונה לאיכות ואריכות חיים	18:45-19:45	**ד"ר שון פורטל,** פיזיולוג מאמץ ודיאטן ספורט קליני
	בין התוספים שנסקור: כורכום, פרוביוטיקה, פוליפנולים ונוגדי חמצון, צמחים ועוד		
	בריאות בעידן הדיגיטלי: איך לזהות מידע אמין ולייצר תוכן שעובד	20:00-21:00	**פרופ' לנה שגיא-דאין** רופאת נשים וגנטיקאית, בי"ח כרמל
27.1.27 **מפגש 2** **תוספים במצבים רפואיים שכיחים**	**מצבים נשיים מאתגרים, מדע מול פרקטיקה:** • זיהומים וגינליים • דלקות בדרכי השתן • גיל מעבר	18:00-19:00	**ד"ר מרב פרייברג,** מומחית ברפואת נשים
	בין התוספים שנסקור: פרוביוטיקה, חמוציות, D מנוז, קוהוש שחור, אבץ		
	מגנזיום - המינרל היתום **כוחה של המולקולה הקטנה: המדע האמיתי מאחורי קראטין**	19:00-20:00	**ד"ר יאיר להב,** דיאטן קליני ופיזיולוג, הפקולטה לרפואה אוני' ת"א. ביה"ס למדעי תזונה רחובות, אוני' עיברית
	שמים לב למטופל הכרוני-מטאבולי: יעילות תוספי תזונה במצבים שונים דוגמת יל"ד, שומנים גבוהים בדם, סוכרת	20:15-21:00	**פרופ' יעקב הנקין,** קרדיולוג בכיר
	בין התוספים שנסקור: קו-אנזים Q10, מגנזיום, ברזל, פיטוסטרולים, כרום, אומגה 3		
3.2.27 **מפגש 3** **כשהתזונה משתנה: השמנה, דיאטות וחסרים תזונתיים**	**השמנה מצב לחסר?!** • השלכות הטיפול התרופתי בתרופות מסוג GLP1RA להשמנה • חסרים שכיחים ופתרונות באפליקציות שונות בטיפול התרופתי בהשמנה • מקום תוספי תזונה בטיפול בהשמנה מדיאטות, ניתוח ועד טיפול תרופתי	18:00-19:45	**ד"ר כרמיל עזרן,** Pharm.D, מנהלת מחלקת טכנולוגיות רפואיות, מכבי שרותי בריאות
	"זה חסר לי" חסרים בדיאטות שונות לירידה במשקל ודפוסי תזונה שונים: השפעת הדיאטות השונות כמו קטוגנית, צמחונות ועוד על סטטוס הוויטמינים והמינרלים.	20:00-21:00	**ד"ר שרון גבריאל,** דיאטנית קלינית ואפידמיולוגית (Ph.D RD)
	בין התוספים שנסקור: מולטי ויטמין, ברזל, ויטמיני B, ויטמין D, פרוביוטיקה		
10.2.27 **מפגש 4** **להתבגר נכון: תזונה, תוספים וסטרס**	**זה ענין של גיל:** • על תנועה ותפקוד, קוגניציה ואיכות חיים בגיל השלישי • חסרים והפרעות ספיגה תלויי גיל • Polypharmacy ואינטראקציות בין תרופות לתוספי תזונה	18:00-18:30 18:30-19:45	**לימור בן חיים,** דיאטנית, המחלקה לתזונה ודיאטה, מרכז רפואי אוניברסיטאי תל אביב **רן ניסן,** רוקח קליני, מרכז רפואי ע"ש רבין (בילינסון) ובית חולים גריאטרי - שיקומי בית רבקה
	בין התוספים שנסקור: סידן, ויטמין D, ויטמין B12, ברזל		
	זה מלחיץ אותנו - השפעת סטרס כרוני באוכלוסייה בריאה: • השפעות הסטרס על הגוף • צרכים ייחודים וחסרים תזונתיים במצבי סטרס	20:00-21:00	**לימור בן חיים,** דיאטנית, המחלקה לתזונה ודיאטה, מרכז רפואי אוניברסיטאי תל אביב
	בין התוספים שנסקור: מגנזיום		
17.2.27 **מפגש 5** **תוספים בשלבי חיים שונים**	**זה לא הגיל - אלא הגנטיקה, הסביבה והתמהיל:** תוספים לתמיכה קוגניטיבית בשינויי גיל	18:00-19:00	**ד"ר קארין אלמן שינה,** מומחית בנוירולוגיה מנהלת היחידה הנוירוקוגניטיבית, מכון תא לחץ, שמיר נוירולוגיה מותאמת אישית ולונג'ביטי
	בין התוספים שנסקור: קומפלקס B, ויטמין D, NAC		
	זה הבייבי שלנו: המלצות עדכניות לתוספי תזונה פרה – הריון - פוסט	19:15-20:15	**טובה קראוזה,** דיאטנית לנשים סביב הריון ולידה
	"מותר ואסור" בהריון והנקה: תוספי תזונה וצמחי מרפא	20:15-21:00	**מירי פרבזנר,** רוקחת ויועצת הנקה מוסמכת IBCLC
	בין התוספים שנסקור: כולין, חומצה פולית, יוד, אומגה 3, ברזל, ויטמין D		
24.2.27 **מפגש 6** **מהתסמין לתוסף: אבחון והתאמה בפרקטיקה**	**אנמיה וחסר ברזל - מאבחון עד טיפול**	18:00-18:45	**ד"ר שרון גבריאל,** דיאטנית קלינית ואפידמיולוגית (Ph.D RD)
	טיפול בהפרעות עיכול יומיומיות: עצירות, שלשולים, גזים, חסר אנזימים, IBS ועוד.	18:45-19:45	**ד"ר תמר פפר גיק,** דיאטנית קלינית, היחידה לתזונה ודיאטה והמכון לגסטרואנטרולוגיה, מרכז רפואי ע"ש רבין (בלינסון)
	בין התוספים שנסקור: פרוביוטיקה, אנזימי עיכול		
	HOUSE בעולם התוספים: • פיענוח בדיקות דם • התאמת תוספים לצרכים • אישוש תסמיני חסר בבדיקות דם	20:00-21:00	**לימור בן חיים,** דיאטנית, המחלקה לתזונה ודיאטה, מרכז רפואי אוניברסיטאי תל אביב