

# יום עיון מעשי בנושא THE HIP-SPINE SYNDROME

24 בינואר 2022, ביה"ס לפיזיותרפיה תל השומר

מאיה עבאדי אבמן

BPT, MPT, PhD candidate

כאב גב (ממקור לא ספציפי (NSLBP)) הינו תופעה שכיחה ומהווה סיבה מובילה לירידה בתפקוד בעולם המערבי. כ-80% מהאוכלוסייה יחוו לפחות התקף גב חריף אחד במהלך חייהם הבוגרים ובכ-60% תתכן כרוניזציה של כאבי הגב מעבר לשנה<sup>[1]</sup>.

בעוד שפעילות גופנית ושימור תנועתיות הוכחו כיעילות ומוצעות כיום בהנחיות לטיפול בכאבי גב, מנגנוני כאב רבים הוכחו כמעורבים בתמונה הקלינית האופיינית לכאב מסוג זה, ואלה מתייחסים גם למבנים סמוכים לאזור הגב התחתון, אשר יש לכלול בחשיבה הקלינית, בבדיקה ובתכנון תכנית הטיפול.

הקשר בין מפרק הירך וכאבי גב (מסוג NSLBP) הוצע כבר בשנת 1983 ע"י Offiersky & McNab<sup>[2]</sup> אשר קבעו את המונח Hip-Spine Syndrome ואשר מאז נחקר רבות הן באוכלוסייה עם שינויים פתולוגיים במפרק הירך והן במקרים של מגבלה תנועתית במפרק זה ללא שינויים פתולוגיים, וב-clinical guidelines של תכנון בדיקה וטיפול באנשים עם כאב גב אלה (NSLBP), (Delitto et al (2012), המליצו על בדיקה רחבה של מפרק הירך באוכלוסייה זו<sup>[3]</sup>.

הקשר בין מפרק הירך והגב התחתון, וכאבי גב בפרט, נחקר רבות כיום על מימדיו השונים<sup>[4]</sup> וכולל בין היתר קשר אנטומי, קינמטי-ביומכני, סנסומוטורי, נוירומוסקולרי ועוד.

יום עיון מסוג זה יסקור בקצרה את הקשרים השונים בין מפרק הירך וכאבי גב ויכלול סדנה מעשית ממוקדת להערכת חלק מהקשרים הללו, תוך התייחסות מודעת ומבוססת מחקרית.

תכנית:

שעה	תוכן
8:00-8:30	התכנסות
8:30	כאב גב תחתון ממקור לא ספציפי- רקע שאלון ה-[5] StarT Back Tool - יישום <sup>[6]</sup>
9:00	רקע Hip-Spine Syndrome (HSS)
9:30	סקירת הקשרים השונים בין מפרק הירך וגב תחתון (HSS)
10:00	הפסקה
10:15	סקירת הקשרים השונים HSS- המשך
12:45	הפסקת צהריים
13:30	סדנה מעשית
16:00	סיום משוער
עלות	300 שח - הרשמה מוקדמת** 350 שח- הרשמה מאוחרת

\*\* הרשמה מוקדמת- עד ה-10/1/22

להרשמה: [ask4maya@gmail.com](mailto:ask4maya@gmail.com) או 0544-334320

**אשמח לראותכם**

1. Savigny P, K.S., Watson P, Underwood M, Ritchie G , Cotterell M, Hill D, Browne N, Buchanan E, Coffey P, Dixon P, Drummond C, Flanagan M, Greenough,C, Griffiths M, Halliday-Bell J, Hettinga D, Vogel S, Walsh D. , *Low back pain: Early management of persistent non-specific low back pain. Full guideline*. 2009, National Collaborating Centre for Primary Care and Royal College of General Practitioners.: London.
2. Offierski, C.M. and I. MacNab, *Hip-spine syndrome*. Spine (Phila Pa 1976), 1983. **8**(3): p. 316-21.
3. Delitto, A., et al., *Low back pain*. J Orthop Sports Phys Ther, 2012. **42**(4): p. A1-57.
4. Avman, M.A., et al., *Is there an association between hip range of motion and nonspecific low back pain? A systematic review*. Musculoskeletal Science and Practice, 2019. **42**: p. 38-51.
5. Foster, N.E., et al., *Stratified models of care*. Best Practice & Research Clinical Rheumatology, 2013. **27**(5): p. 649-661.
6. Ben Ami, N., et al., *STarT back tool retained its predicting abilities in patients with acute and sub-acute low back pain after a transcultural adaptation and validation to Hebrew*. Musculoskelet Sci Pract, 2020. **46**: p. 102134.

מאיה עבאדי אבמן BPT, MasterMuscSport, PhD candidate

פיזיותרפיסטית בוגרת אוניברסיטת תל-אביב בהצטיינות שנת 2004. בוגרת תואר שני בפיזיותרפיה מנאלית וספורט מאוניברסיטת דרום אוסטרליה שנת 2005.

עוזרת הוראה בחוג לפיזיותרפיה של אוניברסיטת תל-אביב (בקורס אורתופדיה מנאלית), מרצה במכלל האקדמית בווינגייט (במגמת יציבה), ובעבר בחוג לריפוי בעיסוק בקריה האקדמית אונו. מדריכה מוסמכת לדיקור יבש מטעם (DGSA) Simons Academy משנת 2013 ומלמדת בארץ ובעולם.

תחום העניין העיקרי שלה הוא בטיפול בבעיות אורתופדיות ממקור עמוד שדרה, בדגש על כאבי גב. מטפלת דרך מגוון רחב של גישות וכלים ובניהם פיזיותרפיה מנאלית קלאסית (Maitland), שיטת מאליוגן, פאסיאל מניפוליישן, שיקום רצפת אגן, שיקום נירומוסקולרי, טיפול בתסמונות כאבי-ראש-ופנים ולסת, טיפול בתסמונות כאב מספציאליות, דיקור יבש ועוד.

דוקטורנטית באוניברסיטת Newcastle (אוסטרליה) בנושא המעורבות הקינמטית של מפרק ירך בכאבי גב (NSLBP). פרסמה סקירה ספרותית סיסטמתית רחבה בנושא אשר אותה הציגה בקונגרס הפיזיותרפיה העולמי בז'נבה בשנת 2019.