‏

**פעילויות למידה – בריאות האישה**

1. הקדמה
2. תרופות
3. הדרכה
4. תצפית בעבודת הרופא
5. אומדן דימום
6. הדרכה
7. מיניות החולה
8. משכב לידה
9. הריון בסיכון
10. הנקה

**הקדמה**

**הנחיות לביצוע פעילויות למידה וקריטריונים להערכתן**

פעילויות למידה הן הנחיות כתובות המכוונות לביצוע משימות החוקרות נושאים קליניים הקשורים לטיפול. כל פעילות למידה מורכבת מנושא קליני מסוים ויש בה הנחיות לביצוע חקר עצמי או קבוצתי שיתבצע במהלך ההתנסות.

**השימוש בפעילויות הלמידה:**

1. המדריך קובע עם הסטודנט את משך הזמן שיש להקדיש לפעילות הלמידה. הסטודנט יכול לבצע את הפעילות כחלק משגרת היום תוך מתן הטיפול, או להקציב זמן מיוחד לביצוע פעילות הלמידה.
2. הסטודנט והמדריך מסכמים איזה סעיפים מתוך פעילות הלמידה המסוימת יבוצעו. ניתן לשנות או להוסיף סעיפים לפעילות למידה כך שתהיה רלוונטית ככל האפשר לשדה הקליני.
3. ניתן לבצע פעילויות למידה בזוגות או בקבוצה.
4. סיכום פעילות הלמידה יכול להיעשות בכתב, בעל פה, מול המדריך או במסגרת הקבוצה כולה.

**קריטריונים להערכה:**

* 1. הסיכום מתאר את התובנות/המסקנות שאליהן הגעת, ואיך הגעת אליהן.

תיאור התובנות כולל:

1. מגדיר מושגים קליניים.
2. מציג מושגים/ תכנים קליניים מזוויות שונות (לדוגמא: מטופל, בן משפחה או מטפל; אחיות, רופאים או פרה-רפואיים).
3. מציג מושגים/תכנים קליניים במימדים שונים (לדוגמא: מימד חוקי, אתי, אובייקטיבי , סובייקטיבי, פורמלי לעומת לא פורמלי, מדיניות לעומת יישום בפועל).
4. מציג השלכות על רבדים שונים (המטופל, המשפחה, הצוות, הארגון) ועל מימדים שונים (למשל, מימד תפקודי, גופני, רגשי, חברתי, כלכלי).
5. מכליל את המושג/התכן הקליני (לדוגמא: לרמת עקרון, לרמת פרוצדורה).

**פעילויות למידה – בריאות האישה**

## תרופות

**מטרה:** הבנת מטרות הטיפול התרופתי ותופעות הלוואי.

**הנחיות:**

קריאה על הטיפול התרופתי במצבים קליניים אופייניים (על פי הכוונת המדריכות).

* + 1. בחר בסיוע המדריכה בחמש מטופלות במחלקה/במרפאה.
    2. רשום בקצרה אנמנזה של כל אחת מהן – פרטים דמוגרפיים, המחלות והתרופות שלוקחת.
    3. ענה על השאלות הבאות לגבי כל אחת מהמטופלות והשווה ביניהן:
       - 1. איזה תרופות מקבלת המטופלת?
         2. מהי משפחת התרופות אליה משתייכת כל תרופה?
         3. האם יש איסור למתן התרופה למטופלים עם אלרגיות ידועות?
         4. מה מטרת הטיפול התרופתי?
         5. מהו מנגנון הפעולה של כל תרופה?
         6. מהו המינון המקובל והמנה המרבית התרפויטית?
         7. מהן דרכי המתן האפשריות ומהי הדרך המתאימה לכל מטופלת?
         8. מהן תופעות הלוואי המשמעותיות ועל איזה מהן מדווחת המטופלת?
         9. מהו משך הזמן המקובל למתן תרופה זו?
         10. מהן דרכי המעקב שיש לנקוט במתן תרופה זו?

**פעילויות למידה – בריאות האישה**

## הדרכה

**מטרה:** הכרת סוגי ההדרכות הספציפיות השכיחות במחלקה.

קרא ב-(המדריכות יתנו ביבליוגרפיה ספציפית) והבהר לעצמך מהם תכני ההדרכה האופייניים למצבים שכיחים במחלקה. (כל מחלקה תציין 3 מצבים שכיחים – כגון: הדרכה להנקה, הדרכת הורים בשחרור התינוק, הדרכה לפני הרדמה אפידוראלית).

**הנחיות:**

1. קרא נוהלים בנוגע להדרכה במצבים שכיחים במחלקה (הדרכה להנקה, לטיפול בתינוק וכד') והבהר לעצמך מהם תכני ההדרכה שלהם.
2. צפה בהדרכה שנעשית ע"י איש צוות במחלקה וברר לעצמך את הנקודות הבאות:
3. מי יזם את ההדרכה, ולמה
4. האם נעשה אומדן צרכי הדרכה של המטופלת
5. מהי ההכנה של המודרך ושל המדריך לקראת ההדרכה
6. מהן מטרות ההדרכה
7. האם ההדרכה, בנוסף למידע, כללה גם תמיכה, הקשבה, נתנה מקום לשאלות, ובאיזה אופן?
8. לאיזה צרכים מתייחסת ההדרכה (צרכי המדריך וצרכי המודרך) ובאיזו מידה נתנה תשובה לצרכים אלו
9. מהן תפוקות ההדרכה
10. האם נעשתה הערכה להדרכה, נבדק מה המטופלת הבינה?

את התוצרים של פעילות למידה זו ניתן להגיש בכמה אופנים:

1. סכם בקצרה בכתב את עיקרי הדברים וחלק לחברי הקבוצה ולמדריך.
2. הצג בדיון קליני את הבנותיך.
3. הצג את הבנותיך לאחות במחלקה, ושמע את הארותיה והערותיה.
4. כתוב פורטפוליו על הבנותיך והתרשמותך בהתייחס לתכנים ולתהליך בהם צפית. הגש למדריכה.

**פעילויות למידה – בריאות האישה**

**תצפית בעבודת הרופא**

**מטרה:**

1. העמקת ידע קליני
2. הבנת תהליך בירור אבחנה מבדלת
3. הכרת אלטרנטיבות טיפוליות
4. הכרת בדיקות שונות
5. קישור בין אומדנים, בדיקות וטיפולים לבעיית בריאות מסוימת.

**הנחיות:**

1. ברר עם המדריכה מהן הבעיות השכיחות שבגללן מגיעים לביקור אצל הרופא וקרא עליהן בספרות. התמקד בגורמי הסיכון, סימנים וסימפטומים, אבחנות מבדילות, בדיקות אבחון, ואומדנים ספציפיים.
2. צפה בקבלה אצל הרופא (במידת האפשר הפנה אליו גם שאלות) והתייחס לנקודות הבאות:

* מהי סיבת ההפניה – האם ולמה היא מוצדקת? מה מידת הדחיפות? מי קובע את מידת הדחיפות?
* מי מפנה – איזה מסלול עברה עד שהגיעה לכאן? האם נעשו בדיקות קודמות? במה קידמו את הבירור?
* מי נכנס לחדר (האישה, עם בעל או לווי אחר, עם האחות) – למה?
* השאלות שמופנות למטופלת – איזה שאלות תורמות לתהליך בירור האבחנה?
* איזה שאלות חוזרות על עצמן בכל קבלה כרוטינה? מה חשיבותן?
* איזה שאלות היו צריכות להישאל, לדעתך ולא נשאלו? מדוע?
* איזה בדיקות מתבצעות במהלך הביקור? מהו הרציונל לביצוען?
* לאיזה אבחנות ניתן לקשור את הסימנים והסימפטומים שנמצאו?
* מהם הדברים שהטרידו במיוחד את האישה? איזה שאלות שאלה? איזו התייחסות קבלה לגביהם?
* איזו הדרכה ניתנה? למי? לגבי מה? עד כמה ענתה על צרכיה של האישה?
* באיזו מידה שותפה האישה/ בעלה (או מלווה אחר) בקבלת החלטות? לגבי אילו נושאים?

1. השווה את ממצאיך בנוגע לנשים השונות שנבדקו וסכם לעצמך:

* מהו תהליך הבירור הרוטיני הקיים לגבי כולן? במה חשיבותו?
* מהן הבעיות/האבחנות השכיחות שאליהן התייחס הרופא?
* מהו המסלול הספציפי לבירור האבחנות שבהן צפית?
* אילו אבחנות הועלו כהשערות במהלך הבירור?
* מהם הסימנים, הסימפטומים, הבדיקות שתמכו באבחנה מסוימת?
* מה בתמונה שהתקבלה לא אופייני לאותה האבחנה?
* מה הופך את המקרה לדחוף יותר?
* מה משפיע על היחס, ההדרכה ומידת השיתוף בקבלת ההחלטות שמפגין הרופא כלפי הנשים?

1. כתוב פורטפוליו על הבנותיך והתרשמותך בהתייחס לתכנים ולתהליך בהם צפית. הגש למדריכה או דון עליהם בקבוצה.

**פעילויות למידה – בריאות האישה**

**אומדן דימום**

**מטרות:**

1. הבנת מנגנון התפתחות דימום פנימי / חיצוני.
2. זיהוי סימנים וסימפטומים המעידים על דימום (פנימי / חיצוני).
3. לימוד סדרי עדיפויות קליניות לטיפול במטופל עם דימום.

**הנחיות:**

1. עבודה בזוגות או שלישיות – כל סטודנט מקבל מהמדריך מטופלת אחת שהתקבלה עם דימום למחלקה כשהאבחנה שלהן שונה.
2. ברר מהי האבחנה וקרא עליה.
3. כתוב רשימה של סימנים וסימפטומים שמאפיינים מצב זה והסיבה להופעתם.
4. הסבר מהו מנגנון הקרישה וקשור אותו לסימנים השייכים לאבחנה זו.
5. בדוק ברשומות הרפואיות והסיעודיות של המטופלת אילו סימנים וסימפטומים הקשורים לדימום, נרשמו, ומה היתה ההתערבות לגביהם.
6. איזה מעקב נעשה לגבי הדימום ובאיזו תכיפות.
7. ראיין את המטופלת וציין מה היו הסימנים והסימפטומים שסבלה מהם בהגיעה למחלקה. איזה טיפול קיבלה.
8. הבהר מה היתה מידת הדחיפות בטיפול בה ומדוע. קשור לסיבוכים אפשריים.
9. בצע אומדן דימום למטופלת וציין איזה מהסימנים והסימפטומים מהרשימה שלך קיימים כעת.
10. בסיום השווה עם בן זוגך את הממצאים לגבי האבחנות השונות:
11. מה דומה ומה שונה לגבי סימנים וסימפטומים.
12. הסיבה לדימום
13. הניטור והמעקב
14. הטיפול ומידת הדחיפות שלו

הביאו את התובנות שלכם לדיון בקבוצה.

**הדרכה**

**מטרות:**

הכרת תכני הדרכה שונים ודרכי הדרכה

הכרת הדרכה מתוכננת ולא מתוכננת

**הנחיות:**

1. קרא נהלים הקשורים בהדרכה (למשל, הדרכה לאשה בהריון, לחולת סכרת הריונית, להנקה, לפני שחרור הביתה). שים לב לתכני ההדרכה המומלצים.
2. **ראיין** אחות לגבי:  
   א. הדרכות שנעשות באופן שגרתי במרפאה  
   ב. הדרכות קבוצתיות לעומת הדרכות פרטניות  
   ג. תכנים של ההדרכה  
   ד. תדירות ההדרכות  
   ה. מי מדריך, איפה, מתי  
   ו. מי קהל היעד
3. **צפה** בהדרכה מתוכננת. שים לב:  
   א. כמה זמן לקחה ההדרכה  
   ב. הפרעות באמצע ההדרכה (טלפון, פתיחת דלת וכד')  
   ג. תוכן ההדרכה  
   ד. הקשבה של המודרכים  
   ה. שאלות של המודרכים  
   ו. שימוש בעזרים להדרכה (תמונות, דגמים וכד')
4. ראיין את המודרכים בגמר ההדרכה:  
   א. מה עניין אותם, מה היה חדש עבורם  
   ב. האם היה להם חשוב לקבל הדרכה זו  
   ג. האם נשארו להם שאלות בנושא זה
5. **סכם**:  
   א. מהי הדרכה טובה, לדעתך?  
   ב. מה תורם לה? מה מעכב או מפריע?  
   ג. מה חשיבותה של ההדרכה?  
   ד. לאיזה רמת מנע מכוונת ההדרכה?
6. **צפה** בעבודת האחות (בשעת קבלה או בביקור בית) **וסכם** לעצמך:
7. מה בפעולותיה שייך, לדעתך, להדרכה
8. מי יוזם את ההדרכה?
9. מי המודרך?
10. מה תוכן ההדרכה?
11. כמה זמן אורכת כל הדרכה?
12. באיזה אופן היא נעשית (בכתב, בע"פ, תוך כדי טיפול במשהו אחר, במקום שקט, בעמידה, בישיבה, תוך עידוד לשאלת שאלות, בסיום נבדק מה שהמודרכת הבינה, וכד')
13. לאיזה רמת מנע שייכות רוב ההדרכות?
14. סווג את ההדרכות שראית עד כה לתחומים שונים וציין איזה תחום שכיח ביותר: מחלות; תרופות; בדיקות; טיפולים; הרגלי חיים; מצב נפשי; אחר.

**פעילות למידה בנושא מיניות החולה**

**רקע:** מיניות היא מרכיב חשוב באישיותו של האדם והיא כוללת רבים מן ההיבטים הנכללים בחוויית הזהות הגברית והנשית**\*** Hooyman 1993; Kelly 1992; Greenstein & al 1997; Gregoire 1999) ). המיניות איננה רק סך של החיים הארוטיים או יחסי המין, אלא היא כוללת בתוכה גם מרכיב פיזי (מגע), נפשי (אהבה, חיבה) ואינטימי (צורך בקשר עם הזולת ובקרבה אנושית). המיניות באה לידי ביטוי בכל אחת מן המחשבות, הרגשות וההתנהגויות של האדם, בין אם במודע ובין אם שלא במודע (WHO 1987 ). מכאן ניתן להבין כיצד מיניות ותפקוד המיני יכולים להיות מקור לאושר ושמחה מחד, אך בו בזמן הפרעות במיניות עלולות לגרום לכאב, תסכול וחולי

(WHO 1987; Fogel & Lauver 1990; Taylor 1999). במלים אחרות, הבריאות המינית והתפקוד המיני הם מרכיבים חשובים ומרכזיים באיכות חייו של כל אדם, בכל גיל, ויש לשלב את הטיפול בבריאות מינית כחלק מן הטיפול הרפואי השגרתי.

**מטרות:**

1. היכרות עם נושא מיניות החולה
2. פיתוח גישה אישית לגבי הנושא

**הנחיות:**

* 1. כתוב רפלקציה רפלקציה על הנושא (ניתן לבחור לענות רק על חלק מהסעיפים):

1. **ברר/י** לעצמך איזה נושאים הקשורים למיניות עלו בהתנסויות שלך
2. **ברר/י** לעצמך עם מה קשה לך במושג מיניות, למה מה את/ה מתחבר/ת. **הסבר/י** מדוע.
3. **ברר/י** לעצמך על איזה מהנושאים שקשורים למיניות היית מסוגל/ת לשוחח עם המדריך/ה ועל איזה קשה לך**. הסבר/י** מדוע.
4. **ברר/י** לעצמך על איזה מהנושאים שקשורים למיניות היית מסוגל/ת לשוחח עם המטופל/ת שלך ועל איזה קשה לך. **הסבר/י** מדוע.
5. **סכם/י** לעצמך תובנות
   1. **קרא** את האבחנות של מספר מטופלות ורשום אילו אבחנות עלולות להיות קשורות לבעיות במיניות, בדימוי הנשי או הגברי, להבנתך.
   2. **ציין** אלו בעיות הקשורות למיניות הוזכרו ברישום הרפואי /סיעודי ואיזה התערבויות טיפוליות נעשו.
   3. **השווה** בין רשימת הבעיות שלך לבעיות שהוזכרו ברשומות. האם יש פער? תן הסבר.

הבא תובנות מפעילות זו לדיון קבוצתי.

**משכב לידה**

**המטרה:**

1. זיהוי תהליכים פיזיולוגיים ופתולוגיים לאחר לידה:
2. זיהוי תופעות גופניות ונפשיות של משכב הלידה.
3. קישור בין סימנים וסימפטומים של משכב הלידה לימים שלאחר הלידה .
4. הבנה של השפעת סוג הלידה, מהלך הלידה והטיפול שניתן – על התחושות הנפשיות והגופניות של היולדת.

**הנחיות:**

1. קרא על משכב הלידה בספרות המקצועית.
2. בחר בעזרת המדריכה מספר יולדות לראיון. היולדות יהיו בימים שונים לאחר הלידה וכן סוגי הלידות ו/או ההרדמה יהיו שונים.
3. ראיין את היולדות על החוויות שעברו מהלידה ועד עתה (שאלות לדוגמה):   
   סוג הלידה שעברה, האם תאם את ציפיותיה?  
   סוג ההרדמה שעברה?  
   מה היה במהלך הלידה: הדרכה (ממי?), תמיכה (ממי), אוירה, וכד'.  
   איך ההרגשה מהלידה ועד עתה? (פיזית ונפשית).
4. אסוף פרטים גם בהסתכלות מכוונת ביולדת (פנים, שדיים, רחם, תפר ניתוחי, פרינאום, רגליים, גב)
5. אסוף פרטים גם מגיליון היולדת.

1. סכם בכתב את הבנותיך לגבי:

סימנים וסימפטומים של משכב לידה

השלכות סוג הלידה ומהלכה על תקופת משכב הלידה.

השפעת התרופות/ההרדמה על היולדת.

הבא את הסיכום לדיון בקבוצה.

**הריון בסיכון**

**המטרה:**

הכרת הסיבות, הסימנים והסימפטומים, הסיבוכים, הבדיקות, האומדנים וסוגי הטיפולים באותה אבחנה.

**הנחיות:**

1. **קרא** על אבחנה ספציפית הקשורה להריון בסיכון (סכרת הריונית, שליית פתח וכו').
2. **בחר** בעזרת המדריכה 3 מטופלות בהריון בסיכון עם אותה אבחנה
3. **אסוף** נתונים מהרשומות הרפואיות – קרא את הקרדקס, את הגיליון הרפואי שלהן.
4. **ראיין** את המטופלות.
5. **סכם** בכתב - מה משותף ומה מבדיל בין המטופלות הסובלות מאותה אבחנה:

רשום מה משותף לכל המטופלות לגבי:

1. הביטויים הקליניים של האבחנה
2. ממצאי המעבדה
3. התערבות – אומדנים, ניטורים, בדיקות, טיפולים
4. ציין מה היה שונה ביניהן והסבר את הסיבה לכך.

**הנקה**

**המטרה**:

זיהוי צורך בהדרכה ועידוד להנקה בימים הראשונים לאחר הלידה.

**הנחיות**:

1. **קרא** על הנקה בספרות וכן בחוברות הדרכה בנושא.
2. **ראיין** את הצוות בנוגע להדרכה להנקה:  
   איזה בעיות הנקה שכיחות אצל היולדות?  
   מי מדריך להנקה? האם צריך הכשרה מיוחדת?  
   למי ומתי ניתנת ההדרכה?   
   מהם תכני ההדרכה המרכזיים?

1. **ראיין** מספר יולדות:  
   מה יודעות על ההנקה?

מה הייתה חווית ההנקה בלידות קודמות ואיך תשפיע על ההנקה כעת?

האם ניתנת הדרכה מספקת בנוגע להנקה?  
מה היו רוצות לקבל בהדרכה להנקה?

1. **צפה** בהדרכה להנקה. שים לב לנקודות הבאות:

מי יזם את ההדרכה (היולדת או האחות)  
תכני ההדרכה

דרך העברת ההדרכה  
בסוף ההדרכה - הערכתה

שאלות שהיולדת מעלה

סכם בכתב הבנותיך: האם יש תיאום בין ציפיות וצרכי היולדות לבין הנעשה בשטח.