



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

תוכנית לימודים אקדמית

תזונה טבעית ואורח חיים בריא

Natural Nutrition & Healthy Lifestyle

CIM – College of Integrative Medicine

משך הלימודים: 3 שנים

מסלול: רפואה משלימה ותזונה אינטגרטיבית

רמת לימודים: אקדמית

תוכן עניינים

1. מבוא לתוכנית
2. חזון התוכנית
3. מטרות התוכנית
4. קהל יעד
5. תנאי קבלה
6. מבנה התוכנית
7. שיטות הוראה
8. דרכי הערכה
9. מיומנויות מקצועיות
10. מיומנויות נרכשות
11. סטאז'
12. אתיקה מקצועית
13. בטיחות מקצועית
14. תוצרי למידה כלליים
15. תוכניות הלימודים לפי שנים

מבוא לתוכנית

תוכנית **תזונה טבעית ואורח חיים בריא** הינה תוכנית הכשרה אקדמית מקיפה, רבת-חומית ואינטגרטיבית, המיועדת להכשרת אנשי מקצוע בתחום התזונה הטבעית, קידום הבריאות והרפואה המשלימה. התוכנית משלבת בין מדעי הרפואה הקלאסיים לבין עקרונות התזונה הטבעית, הרפואה הפונקציונלית, רפואת אורח חיים (Lifestyle Medicine), רפואת מניעה, צמחי מרפא, פסיכולוגיה של שינוי הרגלים ותוספי תזונה. לאורך שלוש שנות הלימוד ירכשו הסטודנטים ידע תיאורטי מעמיק לצד מיומנויות קליניות ומעשיות, שיאפשרו להם לבצע הערכה תזונתית, לבנות תוכניות טיפול מותאמות אישית, ללוות מטופלים בתהליכי שינוי אורח חיים ולעבוד כחלק מצוות רבת-חומי במרכזי בריאות, קליניקות פרטיות ומוסדות רפואיים. התוכנית מבוססת על עקרונות **Evidence-Based Practice**, תוך שילוב ידע מחקרי עדכני, ניסיון קליני והבנה הוליסטית של גוף האדם.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

חזון התוכנית

להכשיר מטפלים מקצועיים, אחראיים ובעלי חשיבה ביקורתית, המסוגלים לשלב ידע מדעי עדכני עם גישות הוליסטיות לקידום בריאות, מניעת מחלות ושיפור איכות החיים של מטופלים מכל שכבות האוכלוסייה.

מטרות התוכנית

התוכנית נועדה:

- להקנות ידע מדעי רחב בתחומי גוף האדם.
- להעמיק בהבנת תהליכי תזונה ומטבוליזם.
- להכשיר אנשי מקצוע בתחום התזונה הטבעית.
- לפתח חשיבה קלינית מבוססת ראיות.
- להקנות כלים לבניית תוכניות תזונה מותאמות אישית.
- להכשיר מטפלים לעבודה במרפאות ובקליניקות פרטיות.
- לפתח מיומנויות תקשורת עם מטופלים.
- להקנות כלים לשינוי אורח חיים בריא.
- לשלב בין מדעי הרפואה לבין רפואת אורח חיים.
- להטמיע עקרונות של מניעה ראשונית, שניונית ושלישנית.

תיאור התוכנית

תוכנית הלימודים מבוססת על שילוב רחב של מקצועות יסוד במדעי הבריאות יחד עם מקצועות התמחות בתזונה טבעית. במהלך הלימודים ילמדו הסטודנטים בין היתר:

- אנטומיה ופיזיולוגיה
- פתולוגיה
- ביוכימיה
- כימיה אורגנית
- פרמקולוגיה
- בדיקות מעבדה
- פסיכולוגיה
- צמחי מרפא
- תוספי תזונה
- תזונה קלינית
- תזונה טבעית
- רפואה פונקציונלית
- רפואת אורח חיים
- מניעת מחלות

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- ייעוץ תזונתי
- קידום בריאות
- סטאז' קליני

קהל יעד

התוכנית מיועדת ל:

- מטפלים ברפואה משלימה.
- אנשי מקצוע מתחומי הבריאות.
- מאמנים לאורח חיים בריא.
- יועצי תזונה.
- מטפלים הוליסטיים.
- המעוניינים לפתח קריירה מקצועית בתחום התזונה הטבעית.

תנאי קבלה

- ראיון קבלה אישי.
- 12 שנות לימוד לפחות.
- שליטה בסיסית בשפה העברית.
- התאמה אישית למקצוע טיפולי.

שיטות הוראה

התוכנית משלבת מגוון שיטות הוראה מתקדמות:

- הרצאות פרונטליות.
- למידה אינטראקטיבית.
- Case Studies.
- Problem Based Learning (PBL).
- Team Based Learning (TBL).
- סימולציות קליניות.
- דיונים קבוצתיים.
- תרגולים מעשיים.
- מעבדות.
- סדנאות.
- ניתוח מאמרים מדעיים.
- הצגות מקרה.
- למידה עצמית מודרכת.
- סטאז' קליני.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

דרכי הערכה

הערכת הסטודנטים תתבסס על שילוב של:

- מבחנים עיוניים.
- מבחנים מעשיים.
- עבודות מחקר.
- הצגות מקרה.
- יומן קליני.
- השתתפות פעילה.
- הערכת מדריך קליני.
- פרויקט גמר.
- בחינות מסכמות.

מיומנויות מקצועיות

עם סיום התוכנית יוכל הבוגר:

- לבצע תשאול תזונתי מקצועי.
- לבצע הערכה קלינית ראשונית.
- לקרוא ולפרש בדיקות מעבדה בסיסיות.
- לבנות תוכנית תזונה אישית.
- לשלב תוספי תזונה באופן מושכל.
- להתאים צמחי מרפא בהתאם למטופל.
- לזהות גורמי סיכון תזונתיים.
- להנחות מטופלים לשינוי אורח חיים.
- לנהל תיק מטופל מקצועי.
- לעבוד כחלק מצוות רב-תחומי.

מיומנויות נרכשות (Acquired Competencies)

הבוגרים ירכשו:

- Clinical Reasoning
- Critical Thinking
- Professional Communication
- Nutritional Assessment
- Lifestyle Counseling
- Evidence-Based Practice
- Ethical Decision Making

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- Patient Education
- Health Promotion
- Integrative Care Planning

תוצרי הלמידה הכלליים של התוכנית (Program Learning Outcomes)

בסיום שלוש שנות הלימוד יהיה הבוגר מסוגל:

ידע (Knowledge)

- להסביר את עקרונות מדעי התזונה המודרנית והטבעית.
- להבין את הקשרים בין תזונה, פיזיולוגיה, פתולוגיה ומטבוליזם.
- לזהות את השפעת המזון על מערכות הגוף השונות.
- להבין מנגנוני מחלה הקשורים לתזונה ולאורח חיים.
- להכיר את הרכבם הביוכימי של רכיבי המזון.
- להבין את תפקידם של ויטמינים, מינרלים, חומצות אמינו, חומצות שומן ופיטוכימיקלים.
- להכיר את עקרונות רפואת אורח החיים (Lifestyle Medicine).
- להבין את עקרונות רפואת המניעה.

מיומנויות מקצועיות (Professional Skills)

הבוגר יהיה מסוגל:

- לבצע תשאול תזונתי מקצועי.
- לבצע הערכה תזונתית מלאה.
- לקרוא ולהבין בדיקות מעבדה בסיסיות.
- לבנות תוכניות תזונה מותאמות אישית.
- לשלב תוספי תזונה בהתאם לצורך.
- לשלב צמחי מרפא כחלק מתוכנית טיפול אינטגרטיבית.
- לזהות גורמי סיכון תזונתיים.
- להדריך מטופלים לשינוי הרגלי חיים.
- לבצע מעקב אחר התקדמות מטופל.
- לתעד תיק מטופל בהתאם לכללים מקצועיים.

מיומנויות מחקר (Research Skills)

הסטודנט ילמד:

- קריאת מאמרים מדעיים.
- הערכת איכות מחקרים.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- חיפוש מידע במאגרי מידע רפואיים.
- שימוש ב-Evidence Based Practice.
- כתיבה אקדמית.
- הצגת Case Studies.
- ניתוח ספרות מקצועית.

מיומנויות בין-אישיות

בוגרי התוכנית יפתחו:

- תקשורת טיפולית.
- הקשבה פעילה.
- אמפתיה.
- עבודה בצוות רב-תחומי.
- ניהול זמן.
- קבלת החלטות קליניות.
- חשיבה ביקורתית.
- למידה עצמית מתמשכת.

אתיקה מקצועית

במהלך הלימודים יודגשו עקרונות האתיקה המקצועית:

- שמירה על סודיות רפואית.
- כבוד המטופל.
- הסכמה מדעת.
- עבודה במסגרת גבולות הסמכות.
- הפניה לגורם רפואי בעת הצורך.
- שמירה על פרטיות.
- מקצועיות.
- אחריות אישית.
- עדכון מקצועי מתמיד.

בטיחות מקצועית

הסטודנטים ילמדו:

- כללי בטיחות בעבודה עם מטופלים.
- היגיינה מקצועית.
- מניעת זיהומים.
- עבודה סטרילית בעת הצורך.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- בטיחות בשימוש בתוספי תזונה.
- בטיחות בשימוש בצמחי מרפא.
- זיהוי התוויות נגד.
- אינטראקציות בין תרופות לתוספים.
- דיווח על תופעות לוואי.

סטאז' קליני

במהלך התוכנית ישתתפו הסטודנטים בהתנסות קלינית מודרכת.
מטרות הסטאז':

- יישום הידע התיאורטי.
- עבודה עם מטופלים אמיתיים.
- בניית תוכניות טיפול.
- הצגת מקרים.
- ביצוע Follow-Up.
- עבודה תחת הדרכה מקצועית.
- כתיבת תיקי מטופלים.
- הערכת התקדמות הטיפול.

דרכי הוראה מתקדמות

התוכנית משלבת מגוון שיטות הוראה עדכניות:

Lecture Based Learning

הרצאות פרונטליות.

Case Based Learning

למידה באמצעות מקרים קליניים.

Problem Based Learning (PBL)

למידה מבוססת פתרון בעיות.

Team Based Learning

למידה שיתופית בקבוצות.

Clinical Simulation

סימולציות קליניות.

Demonstrations

הדגמות מעשיות.

Practical Workshops

סדנאות מקצועיות.

Reflective Learning

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

למידה רפלקטיבית.

Independent Learning

למידה עצמית מודרכת.

דרכי הערכה

הערכת הסטודנטים תתבסס על:

משקל	מרכיב
15%	מבחן אמצע
30%	מבחן מסכם
15%	עבודות
10%	Case Studies
10%	הצגת מקרה
10%	השתתפות פעילה
10%	תרגול מעשי

ביבליוגרפיה כללית לתוכנית

ספרי יסוד

- Guyton & Hall – *Textbook of Medical Physiology*
- Tortora & Derrickson – *Principles of Anatomy and Physiology*
- Krause's *Food & the Nutrition Care Process*
- Mahan – *Krause's Food & Nutrition Care Process*
- Modern Nutrition in Health and Disease
- Functional Medicine Clinical Handbook
- Oxford Handbook of Nutrition and Dietetics

כתבי עת מומלצים

- The American Journal of Clinical Nutrition*
- Nutrients*
- Clinical Nutrition*
- The Lancet*
- BMJ Nutrition, Prevention & Health*
- Journal of Functional Foods*
- Nutrition Reviews*

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

מבנה אקדמי של התוכנית - שנה א'

מקצועות יסוד

- אנטומיה ופיזיולוגיה
- מבוא לפסיכולוגיה
- עזרה ראשונה
- תזונה טבעית
- פרחי באך
- קוסמטיקה טבעית

מטרת השנה:

הקניית בסיס מדעי רחב במדעי הבריאות, הכרת גוף האדם, יסודות התזונה הטבעית והיכרות עם עקרונות הרפואה המשלימה.

מקצועות מתקדמים - שנה ב'

- פתולוגיה
- ביוכימיה
- צמחי מרפא
- תזונה קלינית
- פרמקולוגיה
- בדיקות מעבדה
- תוספי תזונה

מטרת השנה:

פיתוח חשיבה קלינית, הבנת מנגנוני מחלות ויישום עקרונות התזונה הטיפולית.

התמחות מקצועית - שנה ג'

- רפואת אורח חיים
- תזונה אינטגרטיבית
- טיפול במחלות כרוניות
- אונקולוגיה תזונתית
- רפואת ספורט
- בריאות הציבור
- סטאז' קליני
- פרויקט גמר

מטרת השנה:

הכשרת הסטודנט לעבודה עצמאית, קבלת מטופלים, בניית תוכניות טיפול אינטגרטיביות ויישום ידע מבוסס ראיות.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

(Anatomy & Physiology)

סילבוס קורס מדעים שנה א' - אנטומיה ופיזיולוגיה

פרטי הקורס

שם הקורס: אנטומיה ופיזיולוגיה – מדעים שנה א'

היקף הקורס: 28 מפגשים | 4.5 שעות אקדמיות לכל מפגש

אופי הקורס: שיעורים פרונטליים עיוניים

שפת ההוראה: עברית מקצועית רפואית

דרישות קדם: אין / מבוא למדעים בסיסיים (מומלץ)

תיאור הקורס

הקורס עוסק בהיכרות מעמיקה עם מבנה גוף האדם ותפקוד מערכותיו המרכזיות. תחום האנטומיה מתמקד בתיאור מבני הגוף – איברים, רקמות, מערכות ותתי-מערכות, בעוד תחום הפיזיולוגיה עוסק בהבנת תהליכי הפעולה, המנגנונים הביוכימיים, החשמליים והביולוגיים המאפשרים חיים. הקורס משלב ידע מדעי עדכני עם הבנה יישומית, במטרה להעניק לסטודנטים בסיס מקצועי רחב להבנת הקשר בין מבנה הגוף לתפקודו, תוך שימוש במונחים רפואיים בסיסיים והבנת מערכות הגוף כמכלול אינטגרטיבי הפועל לשמירה על הומאוסטזיס.

מטרת הקורס

להקנות לבוגרי תחומי הרפואה המשלימה והבריאות הבנה מעמיקה של גוף האדם, מבנהו ותפקוד מערכותיו, תוך שילוב ידע אנטומי ופיזיולוגי מקיף.

הקורס נועד לפתח יכולת הבנה של:

- מנגנוני הפעולה של מערכות הגוף.
- הקשר בין מבנה (Structure) לתפקוד (Function).
- תהליכים ביוכימיים, חשמליים ופיזיולוגיים בגוף האדם.
- שפת הרפואה והטרמינולוגיה המדעית.
- הבנת מצבי בריאות וחולי דרך מערכות הגוף.

תוצרי למידה

בסיום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

- לזהות ולהסביר את מבנה מערכות הגוף המרכזיות.
- להבין תהליכים פיזיולוגיים בסיסיים במערכות הגוף.
- להשתמש במונחים רפואיים בסיסיים בצורה נכונה.
- לקשר בין תהליכים ביולוגיים למצבי בריאות וחולי.
- להבין את עקרון ההומאוסטזיס בגוף האדם.

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- לתאר את תפקוד התא והרקמות בבסיס להבנת הגוף.

שיטות הוראה

- הרצאות פרונטליות
- שימוש במצגות רפואיות
- איורים אנטומיים
- סרטונים מדעיים
- דיונים בכיתה
- הדגמות סכמטיות
- חזרה מסכמת לפני בחינות

דרישות הקורס

- נוכחות חובה של לפחות 80%
- עמידה במבחנים מסכמים
- השתתפות פעילה בשיעורים
- עמידה בדרישות אקדמיות בסיסיות

הערכת הסטודנט

- מבחנים עיוניים מסכמים
- הערכה פנימית לפי החלטת המוסד

תוכנית הלימודים

סמסטר א' – יסודות מדעי הגוף

שיעור 1 – מבוא לאנטומיה ופיזיולוגיה

- היכרות עם תחום האנטומיה והפיזיולוגיה
- גישות הרפואה המערבית
- מושגים בסיסיים
- הומאוסטזיס
- חלקי גוף והגדרות בסיסיות

שיעור 2 – רמות ארגון בגוף האדם

- רמות ארגון ביולוגיות
- מאפייני החיים
- מנגנוני משוב
- מונחים אנטומיים בסיסיים

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 3 – כימיה בסיסית של גוף האדם

- אטומים ומבנה החומר
- יונים ומולקולות
- רדיקלים חופשיים
- קשרים כימיים
- חומצה-בסיס
- תמיסות ומאזן חומצה-בסיס

שיעור 4 – תרכובות אורגניות

- פחמימות
- שומנים
- חלבונים
- חומצות גרעין (DNA, RNA)
- ATP כמטבע אנרגיה

שיעור 5 – התא וממברנת התא

- מבנה התא
- ממברנת התא
- העברת חומרים (דיפוזיה, אוסמוזה)
- העברה אקטיבית
- אנדוציטוזה ואקסוציטוזה

שיעור 6 – אברוני התא

- ציטופלזמה וציטוזול
- מיטוכונדריה
- רטיקולום אנדופלזמטי
- מערכת גולג'י
- ליזוזומים
- גרעין התא

שיעור 7 – גנטיקה תאית

- ייצור חלבונים
- שעתוק ותרגום
- מחזור התא
- מיטוזה ומיטוזה
- מוות תאי מתוכנן

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 8 – רקמות הגוף

- סוגי רקמות
- רקמת אפיתל
- רקמת חיבור
- ממברנות ביולוגיות

שיעור 9-10 – מערכת העור

- מבנה העור
- אפידרמיס ודרמיס
- שיער וציפורניים
- בלוטות עור
- תפקידי העור

שיעור 11-12 – מערכת השלד והעצם

- מבנה העצם
- עצם קומפקטית וספוגית
- יצירת עצם
- שברים וריפוי
- משק הסיידן

מערכת השרירים

- סוגי שרירים
- מנגנון התכווצות
- מטבוליזם שרירי

שיעור 13 – מערכת הרבייה

- מערכת הרבייה הגברית
- מערכת הרבייה הנשית
- מבנה ותפקוד

שיעור 14 – מערכת השתן

- כליות ונפרונים
- סינון וספיגה
- וויסות נוזלים
- יצירת שתן

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

סמסטר ב' – מערכות גוף מתקדמות

שיעור 15-17 – מערכת השרירים (העמקה)

- שרירי הראש והצוואר
- שרירי הגפיים העליונות
- שרירי הגפיים התחתונות
- שרירי ליבה ויציבה

שיעור 18 – מערכת העצבים

- נוירונים ותאי גליה
- פוטנציאל פעולה
- סינפסות
- נוירטרנסמיטרים

שיעור 19 – מערכת הדם והלימפה

- כלי דם
- מחזור הדם
- מערכת חיסון
- לימפה

שיעור 20 – חוט השדרה

- מבנה
- מסלולים תחושתיים ומוטוריים
- רפלקסים
- דרמטומים

שיעור 21 – המוח

- גזע המוח
- מוח גדול וקטן
- מערכת עצבים מרכזית
- נוזל מוחי שדרתי

שיעור 22 – מערכת תחושתית ומוטורית

- עיבוד תחושות
- שליטה מוטורית
- מסלולים עצביים

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 23 – מערכת עצבים אוטונומית

- סימפטטית ופאראסימפטטית
- ויסות פנימי
- תגובות גוף

שיעור 24 – המערכת האנדוקרינית

- הורמונים
- בלוטות הורמונליות
- היפותלמוס והיפופיזה
- ויסות הורמונלי

שיעור 25 – מערכת הנשימה

- מבנה מערכת הנשימה
- חילוף גזים
- נפחי ריאה
- פיזיולוגיה נשימתית

שיעור 26 – מערכת העיכול והחושים

- מערכת העיכול
- עיניים ואוזניים
- עיבוד מידע חושי

שיעור 27 – מערכת הדם המתקדמת

- מרכיבי הדם
- קרישת דם
- סוגי דם
- תפקידי הדם

שיעור 28 – הלב ומחזור הדם

- מבנה הלב
- מערכת הולכה חשמלית
- אק"ג
- תפוקת הלב
- סיכום וחזרה למבחן

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי 1605404 Nazareth | ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

ביבליוגרפיה מומלצת 📖

- Tortora & Derrickson – Principles of Anatomy and Physiology
- Guyton & Hall – Textbook of Medical Physiology
- Netter – Atlas of Human Anatomy
- ספרי לימוד פנימיים של המכללה

סיכום מקצועי ★

זהו סילבוס ברמה אקדמית מלאה למדעי הרפואה הבסיסיים, הכולל:

- שילוב אנטומיה + פיזיולוגיה אינטגרטיבית
- התקדמות הדרגתית ממולקולה ועד מערכות גוף
- התאמה למסלול רפואה משלימה / הכשרות פרא-רפואיות
- מבנה לימוד אוניברסיטאי תקני

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

Introduction to Psychology

סילבוס קורס: מבוא לפסיכולוגיה

פרטי הקורס

היקף הקורס:

14 מפגשים | 4.5 שעות אקדמיות לכל מפגש

אופי הקורס:

הרצאות פרונטליות המשלבות דיונים אקדמיים, ניתוח מקרים, צפייה בסרטונים מקצועיים, למידה חווייתית ועבודה בקבוצות.

דרישות קדם:

אין.

תיאור הקורס

הפסיכולוגיה היא מדע העוסק בחקר התנהגות האדם, תהליכי החשיבה, הרגש והאישיות. במהלך הקורס יכירו הסטודנטים את התפתחות מדע הפסיכולוגיה, הגישות המרכזיות בפסיכולוגיה הקלאסית והמודרנית, וכן את הקשרים בין גוף, מוח, רגש והתנהגות. הקורס משלב בין ידע תיאורטי לבין דוגמאות מחיי היומיום ומעולם הטיפול, במטרה לאפשר לסטודנטים להבין את מורכבות ההתנהגות האנושית ואת השפעת הסביבה, האישיות והביולוגיה על האדם.

מטרות הקורס

בסיום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

- להכיר את התפתחות מדע הפסיכולוגיה.
- להבין את הגישות המרכזיות בפסיכולוגיה.
- להסביר את הקשר בין מוח, גוף והתנהגות.
- להבין תהליכי למידה, זיכרון, חשיבה ורגש.
- להכיר הפרעות פסיכולוגיות מרכזיות.
- לפתח הסתכלות ביקורתית על תיאוריות פסיכולוגיות שונות.
- ליישם מושגים פסיכולוגיים בסיסיים במצבים טיפוליים ובחיי היומיום.

שיטות הוראה

הקורס ישלב:

- הרצאות פרונטליות.
- מצגות מקצועיות.
- ניתוח מקרים.
- דיונים כיתתיים.
- למידה שיתופית.
- צפייה בקטעי וידאו.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- תרגילים מסכמים.
- שאלות רפלקטיביות.

חובות הסטודנט

- נכחות של לפחות 80%.
- השתתפות פעילה בדיונים.
- קריאת חומרי העשרה.
- הגשת מטלות במידת הצורך.
- מעבר מבחן מסכם.

דרכי הערכה

- השתתפות בכיתה.
- מעורבות מקצועית.
- מבחן מסכם.

מיומנויות נרכשות

בתום הקורס הסטודנט יוכל:

- להבין תהליכים פסיכולוגיים בסיסיים.
- לזהות גורמים המשפיעים על התנהגות האדם.
- לנתח מצבים בין-אישיים.
- להבין מנגנוני התמודדות.
- להשתמש בשפה פסיכולוגית מקצועית.

תוכנית הלימודים

שיעור 1 – מבוא לפסיכולוגיה

- מהי פסיכולוגיה
- תחומי הפסיכולוגיה
- התפתחות הפסיכולוגיה
- מטרות המחקר הפסיכולוגי
- פסיכולוגיה בחיי היומיום
- פסיכולוגיה טיפולית לעומת מחקרית

שיעור 2 – הגישה הביולוגית

- מערכת העצבים
- תא העצב
- סינפסות
- מוליכים עצביים
- הורמונים והשפעתם

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- גנטיקה והתנהגות
- המוח ותפקודיו

שיעור 3 – הגישה ההתנהגותית

- ביהיורזים
- ווטסון
- סקינר
- התנהגות נלמדת
- חיזוקים
- ענישה
- עיצוב התנהגות

שיעור 4 – הגישה הקוגניטיבית

- התפתחות החשיבה
- תאוריית פיאז'ה
- עיבוד מידע
- קבלת החלטות
- התפתחות אישיות
- למידה קוגניטיבית

תוכנית הלימודים המפורטת

שיעור 5 – הגישה ההומניסטית

נושאי הלימוד

- התפתחות הגישה ההומניסטית
- אברהם מאסלו ו"פירמידת הצרכים"
- קרל רוג'רס והתיאוריה הממוקדת באדם
- מושג המימוש העצמי (Self-Actualization)
- חופש הבחירה ואחריות אישית
- אמפתיה, קבלה ללא תנאי והקשבה פעילה
- יישומים טיפוליים בגישה ההומניסטית

מטרות השיעור

- להבין את תפיסת האדם על פי הפסיכולוגיה ההומניסטית.
- להכיר את עקרונות הקשר הטיפולי לפי רוג'רס.
- להבין את חשיבות הצמיחה האישית בתהליך הטיפול.

שיעור 6 – התיאוריה הפסיכואנליטית

נושאי הלימוד

- זיגמונד פרויד

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- מבנה האישיות: איד, אגו וסופר-אגו
- הלא מודע
- שלבי ההתפתחות הפסיכו-סקסואלית
- מנגנוני הגנה
- חלומות ופרשנותם
- עקרונות הטיפול הפסיכואנליטי

מטרות השיעור

- להכיר את יסודות הפסיכואנליזה.
- להבין את השפעת הלא מודע על ההתנהגות.
- לזהות מנגנוני הגנה בחיי היום-יום.

שיעור 7 – התיאוריה הפסיכואנליטית (המשך)

נושאי הלימוד

- פרויד לעומת יונג
- אדלר והפסיכולוגיה האינדיבידואלית
- אריקסון ושלבי ההתפתחות הפסיכו-חברתית
- ביקורת על הגישה הפסיכואנליטית
- השפעת הגישה על הפסיכולוגיה המודרנית

מטרות השיעור

- להשוות בין התאוריות הפסיכואנליטיות השונות.
- להבין את תרומתן לעולם הטיפול.

שיעור 8 – תפיסה ותהליכי עיבוד מידע

נושאי הלימוד

- מהי תפיסה
- קליטת מידע באמצעות החושים
- חלוקת העבודה במוח
- קשב וריכוז
- תפיסת עומק ומרחק
- אשליות אופטיות
- השפעת ניסיון קודם על התפיסה

מטרות השיעור

- להבין כיצד האדם מפרש את המציאות.
- להכיר את מנגנוני התפיסה האנושית.



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 9 – לחץ, סטרס והתמודדות

נושאי הלימוד

- הגדרת סטרס
- גורמי לחץ
- תגובות הגוף למצבי לחץ
- תגובות פסיכולוגיות
- תגובות פיזיולוגיות
- מנגנוני התמודדות
- חוסן נפשי (Resilience)
- דרכי הפחתת לחץ

מטרות השיעור

- להבין את השפעת הסטרס על גוף ונפש.
- להכיר דרכי התמודדות יעילות.

שיעור 10 – למידה והתניה

נושאי הלימוד

- מהי למידה
- התניה קלאסית (פבלוב)
- התניה אופרנטית (סקינר)
- למידה באמצעות חיקוי (בנדורה)
- חיזוקים ועונשים
- מוטיבציה ללמידה
- יישומים חינוכיים וטיפוליים

מטרות השיעור

- להבין את תהליכי הלמידה.
- להכיר דרכים לשינוי התנהגות.

שיעור 11 – זיכרון

נושאי הלימוד

- שלבי הזיכרון
- זיכרון חושי
- זיכרון לטווח קצר
- זיכרון לטווח ארוך
- זיכרון משתמע
- שכחה
- שיפור הזיכרון
- זיכרונות שגויים

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

מטרות השיעור

- להבין כיצד נוצר הזיכרון.
- להכיר טכניקות לשיפור הזיכרון.

שיעור 12 – רגשות

נושאי הלימוד

- מהו רגש
- תאוריות של רגשות
- רגשות חיוביים ושליליים
- ויסות רגשי
- אינטליגנציה רגשית
- כעס ותוקפנות
- פחד וחרדה
- הקשר בין רגש לבריאות

מטרות השיעור

- להבין את השפעת הרגש על ההתנהגות.
- להכיר מנגנוני ויסות רגשי.

שיעור 13 – שפה, חשיבה והשפעת החברה

חלק א' – שפה וחשיבה

- התפתחות השפה
- מושגים וקטגוריות
- פתרון בעיות
- קבלת החלטות
- יצירתיות
- דמיון

חלק ב' – פסיכולוגיה חברתית

- השפעת החברה
- קונפורמיות
- צייתנות
- נוכחות אחרים
- דינמיקה קבוצתית
- מנהיגות
- לחץ חברתי

מטרות השיעור

- להבין את הקשר בין חשיבה להתנהגות.
- להכיר את השפעת החברה על הפרט.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 14 – הפרעות פסיכולוגיות

נושאי הלימוד

- מהי התנהגות נורמלית וחריגה
- קריטריונים לאבחון
- הפרעת חרדה
- דיכאון והפרעות מצב רוח
- הפרעה דו-קוטבית
- סכיזופרניה
- הפרעות אישיות
- טיפול פסיכולוגי
- טיפול תרופתי
- שילוב בין טיפול פסיכולוגי לטיפול רב-תחומי

סיכום הקורס

- חזרה על המושגים המרכזיים
- דיון מסכם
- הכנה למבחן הסופי
- פתרון שאלות לדוגמה

ביבליוגרפיה מומלצת

- Atkinson & Hilgard – *Introduction to Psychology*
- Myers – *Psychology*
- Baron – *Psychology*
- Feldman – *Understanding Psychology*
- American Psychological Association (APA)
- חומרי לימוד, מאמרים ומצגות שיחולקו במהלך הסמסטר.

תוצרי למידה (Learning Outcomes)

עם סיום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

- להסביר את הגישות המרכזיות בפסיכולוגיה.
- להבין את הקשר בין גוף, מוח והתנהגות.
- לזהות תהליכים קוגניטיביים ורגשיים.
- להכיר הפרעות פסיכולוגיות שכיחות.
- לנתח מקרים בסיסיים מנקודת מבט פסיכולוגית.
- להשתמש במונחים מקצועיים בתחום הפסיכולוגיה.
- לפתח חשיבה ביקורתית ביחס לתיאוריות פסיכולוגיות.
- ליישם עקרונות פסיכולוגיים בתחומי הטיפול, הבריאות והחינוך.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 | ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 | פקס 04-6474466
www.cimcollege.com | www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

First Aid & Emergency Response Course

סילבוס קורס: עזרה ראשונה

פרטי הקורס

שם הקורס: עזרה ראשונה

היקף הקורס: 14 מפגשים | 4.5 שעות אקדמיות לכל מפגש

אופי הקורס: שילוב של לימוד עיוני, הדגמות מעשיות ותרגול קליני

שיטת הוראה: הרצאות פרונטליות + תרגול מעשי עם בובות החייאה ותרמישי חירום

חובת נוכחות

- נוכחות חובה של לפחות 80% מהשיעורים
- השתתפות פעילה בתרגולים מעשיים

תיאור הקורס

קורס עזרה ראשונה נועד להקנות ידע, מיומנויות וכלים בסיסיים ומתקדמים בהתמודדות עם מצבי חירום רפואיים. הקורס משלב הבנה תיאורטית של מערכות הגוף יחד עם פרקטיקה של טיפול ראשוני בנפגעים במצבים מסכני חיים. הסטודנטים ילמדו כיצד לזהות מצבי חירום, להעניק טיפול ראשוני, לבצע פעולות החייאה, להתמודד עם חסימות נתיב אוויר, ולהגיב למצבים רפואיים דחופים עד להגעת צוות רפואי מתקדם.

מטרות הקורס

- הקניית ידע בסיסי ומתקדם בעזרה ראשונה.
- פיתוח מודעות למצבי חירום רפואיים.
- רכישת מיומנויות החייאה וטיפול בנפגעים.
- פיתוח יכולת תגובה מהירה ויעילה בשטח.
- הבנת עקרונות העבודה עם חולה או נפגע.
- הכשרה לפעולה עצמאית במצבי חירום עד הגעת צוות רפואי.

תוצרי למידה

בסיום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

- לזהות מצבי חירום רפואיים בסיסיים ומורכבים.
- לבצע החייאה בסיסית (CPR) במבוגרים, ילדים ותינוקות.
- לטפל בחנק מגוף זר בכל הגילאים.
- להתמודד עם מצבי חירום רפואיים שכיחים.
- לבצע הערכת מצב ראשונית לנפגע.
- לפעול לפי סדר פעולות מקצועי במצבי חירום.
- להבין את גבולות הפעולה של מטפל בעזרה ראשונה.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיטות הוראה

- הרצאות פרונטליות
- הדגמות קליניות
- תרגול מעשי
- סימולציות חירום
- עבודה עם בובות החיאה
- ניתוח מקרים
- תרגול קבוצתי

דרישות הקורס

- נוכחות של לפחות 80%
- מבחן עיוני מסכם
- עבודת גמר
- מעבר מבחן מעשי

תוכנית הלימודים

שיעור 1 – מבוא לעזרה ראשונה ואנטומיה בסיסית

- מהי עזרה ראשונה
- קריאה לעזרה והפעלת מערכות חירום
- יסודות מבנה גוף האדם
- הכרת עקרונות בסיסיים בטיפול בנפגע

שיעור 2 – גישת הטיפול בחולה

- משולש החיים
- חוסר הכרה וסכנותיו
- עקרונות טיפול ראשוני
- סדר פעולות בסיסי בנפגע

שיעור 3 – מבוא להחייאה

- מטרת ההחייאה
- בדיקת הכרה
- שלבי ההחייאה בסיסיים
- זיהוי מצב דום לב

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 4 – סכמת החייאה

- אלגוריתם החייאה
- מתי מפסיקים החייאה
- סיבוכים אפשריים
- פתרון בעיות בזמן החייאה

שיעור 5 – ציוד החייאה בסיסי

- מסיכת כיס
- Airway (AW)
- החייאה במטפלי יחיד
- החייאה בשני מטפלים
- החייאה בילדים (דגשים)

שיעור 6 – החייאה בתינוקות ופגיעות עמוד שדרה

- החייאת תינוקות
- דגשים ייחודיים
- חשד לפגיעת צוואר
- תרגול מעשי כיתתי עם בובת החייאה

שיעור 7 – חנק מגוף זר (מבוגרים)

- סוגי חסימת נתיב אוויר
- טיפול באדם בהכרה
- תמרון היימליך

שיעור 8 – חנק מגוף זר (ילדים ותינוקות)

- טיפול באדם מחוסר הכרה
- טיפול בילדים
- טיפול בתינוקות
- פרוטוקולים מותאמים גיל

שיעור 9 – מצבי חוסר הכרה

- עילפון
- טביעה
- התחשמלות
- זיהוי מצבים מסכני חיים

שיעור 10 – מצבי חירום רפואיים

- פרכוסים ואפילפסיה

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- הרעלות (כולל סמים)
- שאיפת עשן
- מצבי תלייה (מבוא טיפול חירום)

שיעור 11 – גישה לחולה

- עקרון גישה מסודרת לנפגע
- תשאול רפואי בסיסי
- מדדים חיוניים
- סוכרת: היפוגליקמיה והיפרגליקמיה

שיעור 12 – מצוקה נשימתית ושבץ

- אסטמה COPD-
- היפרונטילציה
- שבץ מוחי (CVA)
- תגובות אלרגיות חריפות

שיעור 13 – מחלות לב וכלי דם (חלק א')

- אנטומיה בסיסית של מערכת הדם
- גורמי סיכון
- זיהוי מצוקה לבבית

שיעור 14 – מחלות לב וכלי דם (חלק ב')

- תעוקת חזה (אנגינה פקטוריס)
- התקף לב (MI)
- טיפול במצבי חירום לבביים
- סיכום קורס והכנה למבחן

ביבליוגרפיה מומלצת

- American Heart Association (AHA) – Guidelines for CPR
- ספרי עזרה ראשונה בסיסיים) מד"א(EMS /
- חומרי הדרכה פנימיים של המכללה
- מדריכי החייאה מעשיים

סיכום מקצועי

קורס זה בנוי להכשרת מטפלים ואנשי מקצוע בעלי יכולת תגובה מהירה במצבי חירום רפואיים, תוך שילוב ידע תאורטי, הבנה פיזיולוגית ותרגול מעשי אינטנסיבי. הקורס מקנה מיומנויות קריטיות להצלת חיים ומהווה בסיס הכרחי לכל מסלול פרא-רפואי או טיפולי.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 | ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 | פקס 04-6474466
www.cimcollege.com | www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

(Natural Nutrition – Year 1)

סילבוס – תזונה טבעית שנה א'

מסלול רפואה משלימה / תזונה הוליסטית

שעות לימוד

14 הרצאות

(סה"כ שעות לימוד יוגדרו על פי מערכת המכללה)

אופי הקורס

שיעורים פרונטאליים (Lecture-Based Learning)

שילוב בין ידע מדעי מערבי, מחקרים עדכניים, ותפיסות תזונה טבעית והוליסטית.

חובת הקורס

- נוכחות חובה של לפחות 80% מהקורס
- עמידה במבחן מסכם בציון עובר

מטרת הקורס

קורס זה נועד להקנות לסטודנטים היכרות מעמיקה עם יסודות התזונה האנושית, סוגי המזון השונים והשפעתם על הגוף והבריאות.

הקורס משלב בין ידע תזונתי מערבי מבוסס מחקר לבין גישות טבעיות והוליסטיות, תוך התייחסות לרגישויות מזון, מצבי בריאות שונים וצרכים תזונתיים משתנים לאורך שלבי החיים.

בנוסף, הקורס מדגיש את הקשר בין תהליכים פיזיולוגיים, מצב רגשי ואורח חיים, במטרה לבנות רחבה של האדם כמכלול.

נושאי הלימוד המרכזיים

- עקרונות התזונה הטבעית
- אבות המזון ותפקודם בגוף האדם
- מזונות מן החי: בשרים, דגים, ביצים, מוצרי חלב
- קטניות, דגנים, פירות וירקות
- אגוזים, זרעים ושקדים
- שומנים ושמן תזונתיים
- סיבים תזונתיים
- ויטמינים, מינרלים ותוספי תזונה
- מחלות הקשורות לתזונה (בדגש על צליאק)
- התאמת תזונה למצבי בריאות ואורח חיים

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 | ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 | פקס 04-6474466
www.cimcollege.com | www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

חובות התלמיד

- נוכחות של לפחות 80% מהשיעורים
- השתתפות פעילה בשיעורים
- עמידה במבחן מסכם

תוכנית הלימודים לפי שיעורים

שיעור 1

- עקרונות בתזונה טבעית
- היכרות עם קבוצות המזון
- מזונות מן החי: בשרים, דגים, ביצים, מוצרי חלב
- יתרונות וחסרונות תזונתיים

שיעור 2

- ערכים תזונתיים ואנרגטיים של סוגי בשר
- הרכב הבשר: חלבונים ושומנים
- שיטות שימור בשר
- יסודות ביוכימיה של המזון

שיעור 3

- קטניות
- השרייה והנבטה
- סוגי קטניות
- ערכים תזונתיים ותרפויטיים
- השפעה בריאותית על הגוף

שיעור 4

- דגנים
- סוגי דגנים נפוצים
- ערכים תזונתיים
- השפעה תרפויטית של דגנים

שיעור 5

- פירות
- סוגי פירות ויתרונות בריאותיים

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- השפעת סוכרים טבעיים
- טיפול תזונתי באמצעות מיצים טבעיים

שיעור 6

- ירקות
- יתרונות בריאותיים
- שיטות בישול ושימור ערכים תזונתיים
- תפקידי הירקות בתזונה

שיעור 7

- משפחות ירקות:
 - מצליבים
 - סולניים
- צום מיצים
- ירקות המכילים חומצה אוקסלית
- השפעות פיזיולוגיות

שיעור 8

- אגוזים, זרעים ושקדים
- ערך תזונתי מרכזי
- יתרונות בריאותיים
- תרומה למערכת הגוף

שיעור 9

- שומשום, זרעי דלעת, בוטנים
- ערכים תזונתיים
- השפעות בריאותיות
- שימושים תזונתיים

שיעור 10

- אגוזי ברזיל, צנוברים, זרעי פשתן, אגוזי מלך
- ערכים תזונתיים
- יתרונות בריאותיים
- השפעה על מערכות הגוף

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 11

- שומנים ושמינים
- כבישה קרה לעומת כבישה חמה
- הידרוגנציה
- דגים: סוגים, יתרונות והרכב תזונתי

שיעור 12

- חלב ומוצריו
- שיטות עיבוד חלב
- הרכב ביולוגי
- סוגי חלב (עזים, סויה ועוד)
- יתרונות וחסרונות בריאותיים

שיעור 13

- סיבים תזונתיים
- סוגים ומקורות
- תפקידים פיזיולוגיים
- אבות המזון ורכיבי תזונה מרכזיים
- חשיבות מערכת העיכול

שיעור 14

- מחלת הצליאק
 - היסטוריה רפואית
 - תסמינים ואבחון
 - גורמים וסימפטומים
 - אסטרטגיות תזונתיות
- ויטמינים, מינרלים ותוספי תזונה
- סיכום הקורס והכנה למבחן

סיכום הקורס

עם סיום הקורס הסטודנט ירכוש הבנה רחבה של עולם התזונה הטבעית, יכולת ניתוח מזונות והשפעתם על הגוף, והבנה בסיסית של התאמת תזונה למצבים בריאותיים שונים ואורח חיים מאוזן.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

Bach Flower Remedies – Certified Practitioner

סילבוס קורס פרחי באך מוסמך

היקף הקורס

משך הקורס:

14 מפגשים

היקף לימודים:

4.5 שעות אקדמיות בכל מפגש

סה"כ שעות לימוד:

63 שעות אקדמיות

אופי הקורס

הקורס משלב בין ידע עיוני מעמיק לבין התנסות מעשית ומיומנויות קליניות, וכולל:

- הרצאות פרונטליות
- מצגות מקצועיות
- תרגול מעשי
- סימולציות אבחון
- ניתוח מקרי מבחן (Case Studies)
- מדיטציות מודרכות
- תרגול הכנת תרכובות אישיות
- ראיונות טיפוליים
- סטאז' מודרך בביתה

הקורס מבוסס על משנתו של ד"ר אדוארד באך, בשילוב ידע עדכני בתחום גוף-נפש, פסיכולוגיה הוליסטית ותקשורת טיפולית.

מטרת הקורס

להכשיר מטפלים מקצועיים בשיטת פרחי באך, תוך הקניית ידע תיאורטי ומעשי באבחון רגשי, התאמת תמציות, בניית תוכנית טיפול וליווי תהליכים רגשיים.
הקורס מקנה הבנה עמוקה של הקשר בין מצבו הרגשי של האדם לבין בריאותו הפיזית והנפשית, בהתאם לפילוסופיה של ד"ר אדוארד באך.

מטרות הלימוד (Learning Outcomes)

בסיום הקורס יהיה הסטודנט מסוגל:

- להכיר את חייו ומשנתו של ד"ר אדוארד באך.
- להבין את הפילוסופיה העומדת בבסיס שיטת פרחי באך.
- להכיר את כל 38 תמציות פרחי באך.
- להבחין בין תמציות טיפוס לבין תמציות מצב.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- לבצע תשאול ואבחון רגשי.
- להתאים תרבות אישית לכל מטופל.
- להכין בקבוק טיפולי בהתאם לצורכי המטופל.
- להבין תגובות טיפוליות (Healing Response).
- לשלב פרחי באך כחלק מטיפול הוליסטי.
- לנהל מעקב טיפולי והערכת התקדמות.
- לשלב כלים משלימים כגון מדיטציה, צבעים, ציורי ילדים וצ'אקרות.

תקציר הקורס

ד"ר אדוארד באך פיתח שיטת טיפול טבעית המבוססת על 38 תמציות פרחים, שמטרתן לאזן מצבים רגשיים ולסייע בהשבת ההרמוניה בין הגוף, הנפש והרוח. לאחר שנים של עבודה רפואית וקלינית הגיע ד"ר באך למסקנה כי מצבים רגשיים בלתי פתורים עלולים להוות גורם משמעותי בהתפתחות מחלות. לפי תפיסתו: "המחלה היא קונפליקט בין הנשמה לבין האישיות". במהלך הקורס ילמדו הסטודנטים לזהות מצבים רגשיים, להבין את משמעותם, ולהתאים את תמציות פרחי באך באופן אישי לכל מטופל.

נושאי הקורס

הקורס כולל:

- היכרות עם ד"ר אדוארד באך
- הפילוסופיה של פרחי באך
- הקשר בין גוף לנפש
- 38 תמציות פרחי באך
- אבחון רגשי
- בניית פורמולות טיפוליות
- תמציות טיפוס ותמציות מצב
- הכנת בקבוקי טיפול
- ראיון טיפולי
- טיפול בילדים
- צבעים ככלי אבחוני
- מדיטציה
- צ'אקרות
- ציורי ילדים
- Rescue Remedy
- מעקב טיפולי

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

אופן ההוראה

- הרצאות פרונטליות
- מצגות
- דיונים קבוצתיים
- ניתוח סיפורי מקרה
- תרגול אבחון
- סימולציות
- עבודה בזוגות
- הכנת תמציות
- מדיטציות
- סטאז' בכיתה

חובות הסטודנט

- נוכחות של לפחות 80% מהשיעורים.
- השתתפות פעילה בדיונים ובתרגולים.
- הכנת תרכובות טיפוליות.
- ביצוע תרגולי אבחון.
- הגשת עבודת גמר.
- השתתפות בסטאז' ובהדגמות.

הערכת הסטודנט

- השתתפות פעילה.
- הערכת תרגולים.
- עבודת גמר.
- אבחון מקרה.
- הצגת תוכנית טיפול.
- הערכת המרצה במהלך הסטאז'.

ציוד נדרש

- מחברת קורס.
- ערכת 38 תמציות פרחי באך (בהמשך הקורס).
- בקבוקי טיפול.
- טפסי אבחון.
- חומרי קריאה שיחולקו במהלך הלימודים.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

דרכי הוראה

- למידה עיונית.
- למידה חווייתית.
- תרגול קליני.
- סימולציות.
- Case Studies.
- עבודה בזוגות.
- דיונים מקצועיים.
- מדיטציות מודרכות.

ביבליוגרפיה מומלצת

- Dr. Edward Bach – *Heal Thyself*
- Dr. Edward Bach – *The Twelve Healers and Other Remedies*
- Judy Howard – *The Bach Flower Remedies*
- Mechthild Scheffer – *Bach Flower Therapy*
- חומרי לימוד שיחולקו במהלך הקורס.

תוכנית הלימודים

שיעור 1 – מבוא לעולם פרחי באך

עיוני

- היכרות עם המרצה והסטודנטים
- שבירת קרח
- מי היה ד"ר אדוארד באך
- תחנות מרכזיות בחייו
- התפתחות השיטה
- מושגי יסוד
- הקשר בין גוף, נפש ורוח
- עקרונות הטיפול בפרחי באך

מעשי

- היכרות קבוצתית
- תרגילי מודעות
- הכנה ללמידה טיפולית

שיעור 2 – הפילוסופיה של ד"ר באך

עיוני

- מחלה כקונפליקט בין הנשמה לשכל
- משמעות הבריאות ההוליסטית
- אחריות אישית בתהליך הריפוי

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

• תמציות טיפוס ותמציות מצב מעשי

- דיון קבוצתי
- ניתוח סיפורי מקרה

שיעור 3 – רגשות בסיסיים

עיוני

תחום ההשפעה של פרחי באך.
משולש התמציות:

- Willow
- Pine
- Holly

נושאים:

- כעס
- אשמה
- קנאה
- רחמים עצמיים
- סליחה וקבלה עצמית

מעשי

- תרגול אבחון רגשי

שיעור 4 – קבוצת הפחדים

עיוני

לימוד התמציות:

- Mimulus
- Rock Rose
- Aspen
- Red Chestnut
- Cherry Plum
- Heather

בנוסף:

- צ'אקרות – חלק א'
- הקשר בין פחד לבין חסימות אנרגטיות.

מעשי

- סימולציות אבחון.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 5 – אנשים חזקים ונושאי שליטה

עיוני

התמציות:

- Oak
- Impatiens
- Rock Water
- צ'אקרות – חלק ב'.

מעשי

- זיהוי דפוסי אישיות.

שיעור 6 – מנהיגות ואנרגיה

עיוני

התמציות:

- Vine
- Vervain

תורת הצבע.

השפעת הצבעים על המצב הרגשי.

אנרגיית הפרח.

מעשי

- אבחון בצבעים.
- תרגול אינטואיטיבי.

שיעור 7 – חוסר ביטחון

עיוני

התמציות:

- Centaury
- Cerato
- Larch
- Gentian

תחילת לימוד ריאיון טיפולי.

מעשי

- ראיונות בין הסטודנטים.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 8 – קבלת החלטות ועייפות

עיוני

התמציות:

- Scleranthus
- Wild Oat
- Elm
- Olive
- Hornbeam
- Clematis

מעשי

- בניית פורמולות טיפול.

שיעור 9 – עצב ודיכאון

עיוני

התמציות:

- Mustard
- Wild Rose
- Gorse
- Sweet Chestnut

מעשי

- הכנת בקבוק תמציות.
- מדיטציה מודרכת.
- תגובות טיפוליות. (Healing Crisis)

שיעור 10 – שינוי והתחדשות

עיוני

התמציות:

- Walnut
- Star of Bethlehem
- Chestnut Bud
- Honeysuckle

נושאים:

- טראומה
- שינויים בחיים
- הסתגלות למצבים חדשים.

מעשי

- ניתוח סיפורי מטופלים.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי 1605404 Nazareth | Main Branch ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 11 – ניקוי מחשבתי

עיוני

התמציות:

- Crab Apple
- White Chestnut
- דיוק באבחון.

טעויות נפוצות בהתאמת תמציות.

מעשי

- בניית תוכנית טיפול.

שיעור 12 – מערכות יחסים ואנרגיה

עיוני

התמציות:

- Chicory
- Beech
- Heather

מבוא למדיטציה.

השפעת מדיטציה על מערכת העצבים.

סוגי מדיטציות בכלי טיפולי.

מעשי

- מדיטציה מודרכת.
- תרגול הקשבה פנימית.

שיעור 13 Rescue Remedy – וטיפול בילדים

עיוני

- Rescue Remedy
- שימושים קליניים
- טיפול בילדים
- ציורי ילדים כאמצעי אבחון
- אבחון באמצעות ציור עץ
- התאמת תמציות לילדים

מעשי

- ניתוח ציורי ילדים.
- תרגול אבחון.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 | ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 | פקס 04-6474466
www.cimcollege.com | www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 14 – סיכום הקורס

עיוני

- טבלאות סיכום של 38 התמציות
- מרשמים מומלצים
- שילובי תמציות
- הכנת תרכובות
- שיטות נטילה
- מעקב אחר מטופלים
- תהליך הפקת התמציות
- שילוב פרחי באך עם שיטות טיפול נוספות

מעשי

- הכנת פורמולה מלאה.
- הצגת מקרה טיפולי.
- סימולציית טיפול מלאה.
- סיכום הקורס ומשוב.
- הכנה להגשת עבודת הגמר.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 | ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 | פקס 04-6474466
www.cimcollege.com | www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

סילבוס – קוסמטיקה טבעית

היקף הקורס

14 מפגשים

4.5 שעות אקדמיות לכל מפגש

אופי הקורס

הקורס משלב:

- הרצאות פרונטליות
- מצגות והמחשות
- הדגמות מעשיות
- סדנאות הכנת תכשירים
- תרגול מעשי בכיתה
- אבחון עור והתאמת טיפול
- למידה מבוססת מקרה (Case Study)

מטרת הקורס

הקורס מקנה ידע עיוני ומעשי בתחום הקוסמטיקה הטבעית תוך הבנת מבנה העור, תפקודו וצרכיו. הסטודנטים ילמדו להכין מגוון רחב של מוצרי קוסמטיקה טבעיים תוך שימוש בחומרי גלם איכותיים, שמנים צמחיים, שמנים אתריים, הידרוסולים ותמציות צמחים. הקורס מדגיש התאמה אישית של מוצרים בהתאם לסוג העור, גיל המטופל ומצבי עור שונים, תוך שילוב עקרונות מהרפואה הטבעית וההוליסטית.

מטרות הלמידה

בסיום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

- להבין את מבנה מערכת העור ותפקידה.
- לזהות סוגי עור שונים.
- לאבחן מצבי עור נפוצים.
- לבחור חומרי גלם מתאימים.
- להשתמש נכון בשמנים צמחיים ובשמנים אתריים.
- להכין קרמים טבעיים.
- להכין סרומים טיפוליים.
- להכין פילינגים טבעיים.
- להכין מסכות פנים.
- להכין מוצרי שיער טבעיים.
- להכין סבונים טבעיים.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- להתאים תכשירים לסוגי עור שונים.
- לבצע אבחון ראשוני באמצעות מפת הפנים.
- להכיר את כללי הבטיחות בהכנת מוצרי קוסמטיקה טבעיים.

תוצרי למידה

בסיום הקורס הסטודנט ידע:

- לבצע אבחון בסיסי של עור הפנים.
- להתאים טיפול קוסמטי טבעי.
- לבחור חומרי גלם מתאימים.
- להכין פורמולות קוסמטיות.
- להשתמש נכון בשמנים אתריים.
- לזהות התוויות נגד.
- להכין מוצרי טיפוח טבעיים לשימוש אישי וקליני.

דרכי הוראה

- הרצאות
- מצגות
- הדגמות
- עבודה מעשית
- למידה בקבוצות
- הכנת מוצרים בכיתה
- תרגול מעשי
- דיונים מקצועיים
- ניתוח מקרים

חובות הקורס

- נוכחות חובה של לפחות 80%.
- השתתפות פעילה.
- הכנת מוצרים במהלך הקורס.
- הגשת עבודה מסכמת (במידת הצורך).
- מעבר מבחן עיוני ומעשי.

דרכי הערכה

- השתתפות בכיתה
- עבודה מעשית
- הכנת תכשירים

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- מבחן עיוני
- מבחן מעשי

תוכן הקורס

במהלך הקורס ילמדו הנושאים הבאים:

- יסודות הקוסמטיקה הטבעית
- אנטומיה ופיזיולוגיה של מערכת העור
- סוגי עור ואבחונם
- מחלות עור נפוצות
- חומרי גלם טבעיים
- שמנים צמחיים
- שמנים אתריים
- חמאות צמחיות
- הידרוסולים
- תמציות צמחי מרפא
- ויטמינים בקוסמטיקה טבעית
- הכנת קרמים
- הכנת סרומים
- הכנת פילינגים
- הכנת מסכות
- הכנת מוצרי שיער
- הכנת סבונים טבעיים
- התאמת תכשירים לפי סוג עור
- אבחון באמצעות מפת הפנים

תוכנית הלימודים

שיעור 1 – מבוא לקוסמטיקה טבעית

נושאים עיוניים

- מהי קוסמטיקה טבעית
- ההבדל בין קוסמטיקה טבעית לקונבנציונלית
- מרכיבים מזיקים בתעשיית הקוסמטיקה
- קריאת תוויות מוצרים
- השפעת הקוסמטיקה על בריאות העור
- מבוא לשמנים אתריים
- השפעת שמנים אתריים על גוף ונפש

תרגול

- היכרות עם חומרי גלם

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- הדגמת הכנת תכשיר בסיסי

שיעור 2 – אנטומיה של מערכת העור

נושאים

- מבנה העור
- שכבות העור
- אפידרמיס
- דרמיס
- היפודרמיס
- תפקידי העור
- סוגי עור:
 - עור שומני
 - עור יבש
 - עור רגיל
 - עור מעורב
 - עור רגיש

תרגול

- זיהוי סוגי עור
- אבחון ראשוני

שיעור 3 – מחלות עור

נושאים

- אקנה
- סבוריאה
- פסוריאזיס
- גורמים
- מנגנוני היווצרות
- התאמת טיפול טבעי

מעשי

- התאמת שמנים אתריים למצבי עור

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 4 – מחלות עור נוספות

נושאים

- אטופיק דרמטיטיס
- אקזמה
- אלרגיות עור
- קשקשים
- רגישויות עור
- דלקות עור

תרגול

- בניית פורמולות טיפוליות

שיעור 5 – חומרי גלם

לימוד מעמיק

- שמן קוקוס
- שעוות דבורים
- בורקס
- גליצרין
- חמאת קקאו
- מים מזוקקים
- חומרים משמרים טבעיים

שמנים אתריים

- לבנדר
- עץ התה
- לבונה
- קמומיל
- גרניום

מעשי

- הכנת קרם בסיס

שיעור 6 – שמני בסיס

נושאים

- שמן שקדים
- שמן זרעי ענבים
- שמן חוחובה
- שמן אבוקדו

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- שמן רוז היפ
- שמן קלנדולה
- שמן ארגן

התאמת שמנים

- עור יבש
- עור שומני
- עור רגיש
- עור בוגר

שיעור 7 – שמנים אתריים טיפוליים

לימוד

- לבנדר
- עץ התה
- לימון
- אשכולית
- רוזמרין
- סרפד
- אלון
- ויטמיני E

מעשי

- בניית פורמולות טיפוליות

שיעור 8 – חמאות צמחיות והידרוסולים

נושאים

- חמאת שיאה
- חמאת קקאו
- חמאת מנגו
- הידרוסולים
- מיצויי צמחי מרפא

עבודה מעשית

הכנת שפתון טבעי על בסיס:

- חמאת שיאה
- שעוות דבורים
- שמנים אתריים

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 9 – הכנת קרמים

מעשי

הכנת:

- קרם בסיס
- קרם פנים
- קרם עיניים
- קרם הזנה
- קרם לעור רגיש

התאמת שמנים אתריים לכל סוג עור.

שיעור 10 – טיפוח השיער

נושאים

- מבנה השערה
- קשקשים
- נשירת שיער
- סבוריאה

מעשי

הכנת:

- שמפו טבעי
- מסכת שיער
- מרכך טבעי
- שמן לשיער

שיעור 11 – חימרים קוסמטיים

לימוד

- חימר ירוק
- חימר לבן
- חימר אדום
- חימר ורוד

התאמת החימר

- לעור שומני
- לעור רגיש
- לעור יבש
- לעור בוגר

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 12 – סרומים ופילינגים

מעשי

הכנת:

- סרום אנטי אייג'ינג
- סרום להזנת העור
- פילינג סוכר
- פילינג מלח
- פילינג קפה
- פילינג אנזימטי

שיעור 13 – מסכות פנים וסבונים

מעשי

הכנת:

- מסכת לחות
- מסכת ניקוי
- מסכת הבהרה
- מסכת לאקנה
- סבון טבעי
- סבון טיפולי

שיעור 14 – אבחון וסיכום הקורס

נושאים

- אבחון באמצעות מפת הפנים
- התאמת טיפול אישי
- התאמת קרמים
- התאמת שמנים אתריים
- בניית תוכנית טיפול טבעית

סיכום

- חזרה על כל חומר הקורס
- שאלות ודיון מקצועי
- הכנה למבחן המסכם
- סיכום והערכת תהליכי הלמידה

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

ציוד וחומרי גלם במהלך הקורס

במהלך ההתנסות המעשית יעשה שימוש בין היתר ב:

- שמנים אתריים
- שמני בסיס
- חמאות טבעיות
- שעוות דבורים
- הידרוסולים
- ויטמינים E
- חימרים קוסמטיים
- תמציות צמחי מרפא
- כלי שקילה ומדידה
- ציוד סטרילי
- מכלי אחסון לתכשירים

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

(Natural Nutrition – Year 1)

סילבוס – תזונה טבעית שנה א'

מסלול רפואה משלימה / תזונה הוליסטית

שעות לימוד

14 הרצאות

(סה"כ שעות לימוד יוגדרו על פי מערכת המכללה)

אופי הקורס

שיעורים פרונטאליים (Lecture-Based Learning)

שילוב בין ידע מדעי מערבי, מחקרים עדכניים, ותפיסות תזונה טבעית והוליסטית.

חובת הקורס

- נוכחות חובה של לפחות 80% מהקורס
- עמידה במבחן מסכם בציון עובר

מטרת הקורס

קורס זה נועד להקנות לסטודנטים היכרות מעמיקה עם יסודות התזונה האנושית, סוגי המזון השונים והשפעתם על הגוף והבריאות.

הקורס משלב בין ידע תזונתי מערבי מבוסס מחקר לבין גישות טבעיות והוליסטיות, תוך התייחסות לרגישויות מזון, מצבי בריאות שונים וצרכים תזונתיים משתנים לאורך שלבי החיים.

בנוסף, הקורס מדגיש את הקשר בין תהליכים פיזיולוגיים, מצב רגשי ואורח חיים, במטרה לבנות הבנה רחבה של האדם כמכלול.

נושאי הלימוד המרכזיים

- עקרונות התזונה הטבעית
- אבות המזון ותפקודם בגוף האדם
- מזונות מן החי: בשרים, דגים, ביצים, מוצרי חלב
- קטניות, דגנים, פירות וירקות
- אגוזים, זרעים ושקדים
- שומנים ושמן תזונתיים
- סיבים תזונתיים
- ויטמינים, מינרלים ותוספי תזונה
- מחלות הקשורות לתזונה (בדגש על צליאק)
- התאמת תזונה למצבי בריאות ואורח חיים

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

חובות התלמיד

- נוכחות של לפחות 80% מהשיעורים
- השתתפות פעילה בשיעורים
- עמידה במבחן מסכם

תוכנית הלימודים לפי שיעורים

שיעור 1

- עקרונות בתזונה טבעית
- היכרות עם קבוצות המזון
- מזונות מן החי: בשרים, דגים, ביצים, מוצרי חלב
- יתרונות וחסרונות תזונתיים

שיעור 2

- ערכים תזונתיים ואנרגטיים של סוגי בשר
- הרכב הבשר: חלבונים ושומנים
- שיטות שימור בשר
- יסודות ביוכימיה של המזון

שיעור 3

- קטניות
- השרייה והנבטה
- סוגי קטניות
- ערכים תזונתיים ותרפויטיים
- השפעה בריאותית על הגוף

שיעור 4

- דגנים
- סוגי דגנים נפוצים
- ערכים תזונתיים
- השפעה תרפויטית של דגנים

שיעור 5

- פירות
- סוגי פירות ויתרונות בריאותיים
- השפעת סוכרים טבעיים
- טיפול תזונתי באמצעות מיצים טבעיים

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 6

- ירקות
- יתרונות בריאותיים
- שיטות בישול ושימור ערכים תזונתיים
- תפקידי הירקות בתזונה

שיעור 7

- משפחות ירקות:
 - מצליבים
 - סולניים
- צום מיצים
- ירקות המכילים חומצה אוקסלית
- השפעות פיזיולוגיות

שיעור 8

- אגוזים, זרעים ושקדים
- ערך תזונתי מרכזי
- יתרונות בריאותיים
- תרומה למערכת הגוף

שיעור 9

- שומשום, זרעי דלעת, בוטנים
- ערכים תזונתיים
- השפעות בריאותיות
- שימושים תזונתיים

שיעור 10

- אגוזי ברזיל, צנוברים, זרעי פשתן, אגוזי מלך
- ערכים תזונתיים
- יתרונות בריאותיים
- השפעה על מערכות הגוף

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 11

- שומנים ושמינים
- כבישה קרה לעומת כבישה חמה
- הידרוגנציה
- דגים: סוגים, יתרונות והרכב תזונתי

שיעור 12

- חלב ומוצריו
- שיטות עיבוד חלב
- הרכב ביולוגי
- סוגי חלב (עזים, סויה ועוד)
- יתרונות וחסרונות בריאותיים

שיעור 13

- סיבים תזונתיים
- סוגים ומקורות
- תפקידים פיזיולוגיים
- אבות המזון ורכיבי תזונה מרכזיים
- חשיבות מערכת העיכול

שיעור 14

- מחלת הצליאק
 - היסטוריה רפואית
 - תסמינים ואבחון
 - גורמים וסימפטומים
 - אסטרטגיות תזונתיות
- ויטמינים, מינרלים ותוספי תזונה
- סיכום הקורס והכנה למבחן

סיכום הקורס

עם סיום הקורס הסטודנט ירכוש הבנה רחבה של עולם התזונה הטבעית, יכולת ניתוח מזונות והשפעתם על הגוף, והבנה בסיסית של התאמת תזונה למצבים בריאותיים שונים ואורח חיים מאוזן.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

(Natural Pharmacy)

סילבוס – רוקחות טבעיות

מסלול רפואה משלימה – קורס מעשי

שעות לימוד

6 מפגשים | 4.5 ש"ש לכל מפגש
סה"כ: 27 שעות לימוד מעשיות

אופי הקורס

קורס מעשי (Hands-on Training)

שילוב הדגמה, עבודה מעשית בביתה ותרגול יישומי של הכנת תכשירים טבעיים.

חובת נוכחות

- נוכחות חובה של 80% לפחות מכלל השיעורים
- השתתפות פעילה בשיעורים מעשיים
- עמידה בדרישות הקורס

תיאור כללי של הקורס

קורס זה עוסק בהכרת עולם הרוקחות הטבעיות והקוסמטיקה הטיפולית המבוססת על רכיבים טבעיים בלבד. הקורס מקנה לסטודנטים ידע יישומי בהכנת תכשירים טיפוליים ואסתטיים לשימוש חיצוני, תוך התמקדות בהתאמת פורמולות למצבי עור, שריר ואורח חיים בריא. במהלך הקורס ילמדו הסטודנטים עקרונות בסיסיים של שילוב חומרים טבעיים, שמנים אתריים, צמחי מרפא, מינרלים וחומרים פעילים טבעיים ליצירת תכשירים יעילים ובטוחים לשימוש.

מטרות הקורס

- הכרת עקרונות הרוקחות הטבעיות והקוסמטיקה הטיפולית
- פיתוח יכולת הכנת תכשירים טבעיים ברמה מקצועית
- התאמת פורמולות למצבי עור שונים ובעיות שריר
- שימוש נכון בשמנים אתריים וחומרים פעילים טבעיים
- פיתוח חשיבה טיפולית-יישומית בתחום הרפואה המשלימה
- הכנת מוצרים טבעיים לשימוש אישי וטיפול

תוכן הקורס (נושאים כלליים)

- הכנת משחות רפואיות טבעיות
 - בעיות עור
 - בעיות שרירים
 - תגובות אלרגיות בעור

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- הכנת שפתונים טבעיים טיפוליים וקוסמטיים
- הכנת סבונים טבעיים לסוגי עור שונים
- יצירת כדורי מלח לאמבטיה (Bath Bombs) טיפוליים
- הכנת תכשירי קוסמטיקה טבעית לגוף ולפנים
- הכנת משחת שיניים טבעית טיפולית

חובות התלמיד

- נכחות של לפחות 80% מהמפגשים
- השתתפות פעילה בעבודה מעשית
- ביצוע משימות מעבדה בכיתה
- עמידה בדרישות הקורס המעשי

מהלך השיעורים

שיעור 1

- היכרות עם עולם הרוקחות הטבעית
- הכנת קרמים טבעיים לבעיות עור שונות
- הכנת משחות טיפוליות לבעיות שרירים
- היכרות עם בסיסי עבודה: חומרים, מינונים, בטיחות

שיעור 2

- עבודה מעשית בהכנת פורמולות בסיס
- שילוב רכיבים טבעיים פעילים
- התאמת תכשירים למצבי עור שונים
- תרגול יצירת קרמים טיפוליים

שיעור 3

- הכנת סבונים טיפוליים למחלות עור:
 - סבון לאקנה
 - סבון אינטימי לנשים
- הכנת שפתונים טבעיים:
 - ליובש בשפתיים
 - לטיפול בהרפס
- הכנת כדורי מלח לאמבטיה
- תרגול מעשי בכיתה: פילינג וריכוך עור כפות הרגליים

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 4

- הכנת מסכות פנים טבעיות טיפוליות
- התאמה לפי סוגי עור (יבש / שמן / מעורב)
- שימוש בשמנים אתריים טיפוליים
- מסכות להרגעת עור ולשיקום העור

שיעור 5

- הכנת תכשירים טיפוליים לגוף:
 - קרם גוף טבעי
 - פילינג גוף
 - שמן גוף טיפולי
- שילוב ארומתרפיה בסיסית
- התאמת תכשירים לשימוש יומיומי

שיעור 6

- הכנת משחת שיניים טבעית
- תכשירים לטיפול בעששת
- חיזוק והלבנת שיניים באמצעים טבעיים
- סיכום הקורס, חזרה מעשית והדגמות סופיות

סיכום הקורס

בסיום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל להכין באופן עצמאי מגוון תכשירים טבעיים טיפוליים וקוסמטיים, תוך הבנה בסיסית של רכיבים פעילים והתאמתם למצבים שונים של עור ובריאות כללית.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

סילבוס – תזונה קלינית (שנה א')

היקף הקורס

14 מפגשים

4.5 שעות אקדמיות לכל מפגש

אופי הקורס

הקורס משלב:

- הרצאות פרונטליות
- מצגות והמחשות
- ניתוח מאמרים ומחקרים עדכניים
- פתרון תרגילים וניתוח תפריטים
- דיונים מקצועיים
- ניתוח מקרי בוחן (Case Studies)
- עבודה מעשית בבניית תפריטים

תיאור הקורס

קורס "תזונה קלינית" מהווה את אחד מקורסי היסוד במדעי התזונה והרפואה המשלימה. הקורס מקנה לסטודנטים ידע תיאורטי ומעשי בנושאי תזונת האדם, רכיבי המזון, המטבוליזם של אבות המזון ותפקידם בשמירה על בריאות הגוף ובמניעת מחלות. במהלך הקורס ילמדו הסטודנטים את עקרונות התזונה המדעית המודרנית, מאזן האנרגיה בגוף, מערכת העיכול, צרכים תזונתיים בשלבי החיים השונים, ויסודות ההערכה התזונתית. הקורס משלב ידע עדכני מתחומי הביוכימיה, הפיזיולוגיה, התזונה הקלינית והרפואה המונעת, ומהווה בסיס להמשך לימודי הרפואה המשלימה והנטורופתיה.

מטרות הקורס

בסיום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

- להבין את עקרונות מדע התזונה הקלינית.
- להכיר את רכיבי המזון ותפקידיהם בגוף.
- להבין את תהליכי המטבוליזם של פחמימות, חלבונים ושומנים.
- להכיר את מערכת האנרגיה של גוף האדם.
- לחשב ולהעריך צרכים אנרגטיים בסיסיים.
- להבין את חשיבות המים ומאזן הנוזלים.
- להכיר ויטמינים, מינרלים ויסודות קורט.
- להבין את הקשר בין תזונה לבריאות ולמחלות.
- לבצע הערכה תזונתית בסיסית.
- לבנות תפריט מאוזן בהתאם לצורכי המטופל.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- להכיר את עקרונות התזונה בשלבי החיים השונים.
- להבין את חשיבות התזונה בהריון ובהנקה.

תוצרי למידה

בסיום הקורס הסטודנט ידע:

- לזהות חסרים תזונתיים אפשריים.
- לחשב מאזן אנרגיה.
- לחשב BMR ו-RMR.
- להעריך מצב תזונתי.
- לנתח תפריטים.
- להתאים תפריט בסיסי בהתאם לגיל, משקל ומצב בריאותי.
- להסביר את השפעת התזונה על מערכות הגוף.
- להשתמש במושגים מקצועיים מתחום התזונה הקלינית.

דרכי הוראה

- הרצאות פרונטליות
- מצגות
- דיונים מקצועיים
- ניתוח מחקרים
- פתרון תרגילים
- ניתוח תפריטים
- עבודה בקבוצות
- Case Studies
- תרגול חישובים תזונתיים

חובות הקורס

- נוכחות חובה של לפחות 80% מהמפגשים.
- השתתפות פעילה בדיונים ובתרגולים.
- הגשת תרגיל ניתוח תפריט אישי.
- מעבר מבחן מסכם בציון עובר.

דרכי הערכה

- השתתפות פעילה – 10%
- תרגיל ניתוח תפריט – 20%
- מבחן מסכם – 70%

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

נושאי הקורס

במהלך הקורס ילמדו הנושאים הבאים:

- מבוא למדעי התזונה
- מאזן האנרגיה בגוף
- TEFIBMR, RMR
- משק המים בגוף
- אבות המזון
- פחמימות
- חלבונים
- שומנים
- ויטמינים
- מינרלים
- אנטיאוקסידנטים
- מערכת העיכול
- מטבוליזם
- הערכה תזונתית
- תזונת ילדים
- תזונת מבוגרים
- תזונה בהריון
- תזונה בהנקה
- עקרונות בניית תפריט
- תזונה מונעת

תוכנית הלימודים

שיעור 1 – מבוא לתזונה קלינית

נושאים עיוניים

- מהי תזונה קלינית
- התפתחות מדע התזונה
- תזונה מההיבט החברתי והבריאותי
- סקירת הרגלי האכילה בישראל ובעולם
- מושגי יסוד בתזונה
- מערך האנרגיה בגוף
- מאזן אנרגיה חיובי ושלילי
- גלגולי האנרגיה בגוף
- גורמים המשפיעים על צריכת האנרגיה
- BMR
- RMR

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- הוצאה אנרגטית יומית (TEE)

תרגול

- חישוב BMR לפי נוסחאות מקובלות
- ניתוח הרגלי אכילה בסיסיים

שיעור 2 – משק המים בגוף האדם

נושאים

- חשיבות המים בגוף
- מאזן מזלים
- חלוקת הנוזלים בגוף
- אחוזי מים לפי גיל ומין
- התייבשות
- עודף נוזלים
- ויסות הנוזלים בגוף
- הקשר בין הכליות, הלב והמים

תרגול

- הערכת צריכת מים יומית

שיעור 3 – פחמימות

נושאים

- אבות המזון
- חד-סוכרים
- דו-סוכרים
- רב-סוכרים
- עמילן
- גליקוגן
- סיבים תזונתיים
- אינדקס גליקמי
- עומס גליקמי
- מקורות תזונתיים

- * זיהוי פחמימות במזונות שונים

תרגול

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 4 – מטבוליזם של פחמימות

נושאים

- עיכול וספיגת פחמימות
- ויסות רמות הסוכר בדם
- אינסולין וגלוקגון
- אי-סבילות ללקטוז
- אי-סבילות לפרוקטוז
- עמידות לאינסולין
- טרום סוכרת
- הקשר בין תזונה לסוכרת

Case Study

- ניתוח תפריט של מטופל עם עמידות לאינסולין

שיעור 5 – חלבונים

נושאים

- חומצות אמינו
- קשרים פפטידיים
- מבנה החלבון
- ערך ביולוגי
- חלבונים מלאים וחסרים
- מטבוליזם של חלבונים
- מאזן חנקן
- צריכת חלבון מומלצת
- מקורות מן החי ומן הצומח

תרגול

- חישוב צריכת חלבון יומית

שיעור 6 – שומנים

נושאים

- חומצות שומן רוויות
- חד בלתי רוויות
- רב בלתי רוויות
- אומגה 3
- אומגה 6
- שומן טראנס
- כולסטרול

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- טריגליצרידים
- ליפופרוטאינים
- HDL
- LDL
- תפקידי השומן בגוף
- **תרגול**
- ניתוח מקורות שומן בתפריט

שיעור 7 – ויטמינים ומינרלים

נושאים

- ויטמינים מסיסי שומן
- ויטמינים מסיסי מים
- מינרלים
- יסודות קורט
- אנטיאוקסידנטים
- פירמידת המזון
- המלצות צריכה

תרגול

- זיהוי חסרים תזונתיים

שיעור 8 – הערכה תזונתית

נושאים

- משקל
- BMI
- אחוזי שומן
- מסת שריר
- היקפים
- עקומות גדילה
- ילדים ומתבגרים
- תזונה בשלבי החיים
- קשישים

מעשי

- ביצוע הערכה תזונתית בסיסית

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 9 – מערכת העיכול

נושאים

- מבנה מערכת העיכול
- שלבי העיכול
- אנזימי עיכול
- ספיגת רכיבי מזון
- ויסות אכילה
- הורמוני מערכת העיכול
- התנהגות אכילה

תרגול

- זיהוי תהליכי עיכול

שיעור 10 – מטבוליזם ומחלות מערכת העיכול

נושאים

- צום ורעב
- מטבוליזם במצבי חולי
- הכבד
- כיס המרה
- תפקידי הכבד
- מחלות מטבוליות בסיסיות
- כבד שומני

Case Study

- ניתוח מטופל עם כבד שומני

שיעור 11 – הצרכים האנרגטיים של הגוף

נושאים

- BMR
- TEF
- הוצאה אנרגטית בפעילות גופנית
- קלורימטריה
- מאזן אנרגיה
- חישוב צרכים תזונתיים

תרגול

- בניית תפריט בהתאם להוצאה האנרגטית

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 12 – התנהגות אכילה

נושאים

- מרכז הרעב והשובע
- לפטין
- גרלין
- ניוטרנסמיטרים
- ניורופפטידים
- אכילה רגשית
- הרגלי אכילה
- מנגנוני ויסות

דיון

- גורמים פסיכולוגיים המשפיעים על האכילה

שיעור 13 – תזונה בהריון

נושאים

- צרכים תזונתיים בהריון
- עלייה מומלצת במשקל
- ויטמינים בהריון
- חומצה פולית
- ברזל
- סידן
- אומגה 3
- תוספי תזונה
- בטיחות מזון
- הרעלות מזון בהריון

תרגול

- בניית תפריט לאישה בהריון

שיעור 14 – תזונה בתקופת ההנקה וסיכום הקורס

נושאים

- תזונה בתקופת ההנקה
- צרכים תזונתיים של האם המניקה
- מזונות מומלצים
- מזונות שיש להגביל
- שתייה והנקה
- תוספי תזונה בהנקה



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

סיכום הקורס

- חזרה על כל חומר הלימוד
- פתרון שאלות לדוגמה
- הכנה למבחן המסכם
- דיון מסכם והערכת תהליכי הלמידה

ביבליוגרפיה מומלצת

1. Krause's Food & the Nutrition Care Process.
2. Williams' Essentials of Nutrition and Diet Therapy.
3. Mahan & Raymond – Krause's Food & Nutrition Care Process.
4. משרד הבריאות – ההמלצות התזונתיות לאוכלוסייה בישראל.
5. ארגון הבריאות העולמי – (WHO) הנחיות לתזונה בריאה.
6. Academy of Nutrition and Dietetics – Position Papers.
7. מאמרים עדכניים מתוך PubMed וכתבי עת בתחום התזונה הקלינית.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

סילבוס ארומתרפיה

שעות לימוד:

28 מפגשים של 4.5 ש"ש

אופי הקורס:

פרונטלי

שעות מעשי

חובת נוכחות:

80% מהשיעורים

תקציר:

ההיסטוריה של הארומתרפיה, דרכי הפקה ושימוש בתמציות. לימוד עקרונות העיסוי הארומתרפי והכנת אלפון תמציות

נושאים:

- דרכי הפקה ושימוש בתמציות
- הכרות עם תמציות אתריות ושמני בסיס
- הכנת תערובות
- התייחסות לפתולוגיות לפי מערכות בגוף
- איסורים ובטיחות בשימוש בשמנים
- סדנה להכנת קרמים

חובת התלמיד:

80% נוכחות בשיעורים

הכנת עבודות בית

הערכת התלמיד:

מבחן

עבודה

ביבליוגרפיה:

- המדריך לטיפול בשמנים ארומטיים/ רחל ברודי
- Essential Oils Encyclopedia/Julia Lawless
- Aromatherapy an A-Z/Patricia Davis
- ניחוחות מרפא / ואלרי אן וורוד

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

תוכנית הלימודים

שיעור	נושא
1	מהי ארומתרפיה; היסטוריה ופולקלור; על הריח ודרכיו בתגובותינו; הכרה בסיסית – מהו ריח; השימוש בארומתרפיה ברפואה משלימה; פסיכו ארומתרפיה
2	הכרות ראשונית של חומרי בסיס בארומתרפיה; דרכי הכנת שמני בסיס בבית; מבוא לשמני בסיס;
3	שמני בסיס; שיטות מקובלות להפקת שמנים אתריים; ריח ותרגומו פיזי/מנטלי; הדרכה בכתיבת מילון שמנים אישי; מושגי יסוד לועזיים בארומתרפיה; רעילות ואיסורים בטיפול ארומתרפי
4	הכרת שמנים אתריים; המשך הדרכה בכתיבת מילון; יחסי מטפל מטופל והעדפות ריח אישיות; חדר הטיפול; דילולים, תרכובות ויחסי מהילה
5	הכרת שמנים אתריים; מרכיבים כימיים וחומרים פעילים; בטיחות בשמנים אתריים – הגנת המטפל; השפעת השמנים על מצבים נפשיים; שמנים אבסולוטים
6	הכרת שמנים אתריים; טיפול בסינרגטיקה – תאוריה ומעשי; טיפול בסינוסיטיס כרוני/אקוטי; פטריות למיניהן והטיפול הארומתרפי; קנדידה ופטריות עור
7	הכרת שמנים אתריים; הדגשת הכובביות בשמני בסיס; טיפול קליני, תאורי מקרה ופתרונם
8	הכרת שמנים אתריים; תרגול קליני; העור – אנטומיה, חלוקה לסוגיו, קוסמטיקה; מחלות עור; מחלות עור קוסמטיות
9	הכרת שמנים אתריים; הרפס – חלוקה לסוגיו, טיפול ארומתרפי; תרגול קליני
10	סדנת קוסמטיקה; הכנת קרמים לסוגי עור שונים; הכנת שמני גוף
11	הכרת שמנים אתריים; תרגול קליני; חזרה על שמני בסיס וכובביות בשמנים אתריים
12	הכרת שמנים אתריים; תרגול קליני; ארומתרפיה לגבר
13	הכרת שמנים אתריים; מושגים ופתולוגיות במחלות פרקים וטיפול ארומתרפי; , תרגול קליני
14	הכרת שמנים אתריים; תרגול קליני; הגנה אנרגטית; הדרכה לעבודת גמר

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 | ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 | פקס 04-6474466
www.cimcollege.com | www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

סמסטר ב'

שיעור	נושא
1	ניהול מעקב מטופל; הכרת שמנים אתריים; תרגול קליני
2	הכרת שמנים אתריים; תרגול, מערכת החיסון – אנטומיה פיזיולוגיה תפקוד ותפעול באמצעות שמנים אתריים
3	מערכת החיסון – סרטן, איידס; הכרת שמנים אתריים; תרגול
4	הכרת שמנים אתריים; תרגול; מחלות נשים – היבט פיזי ונפשי וארומתרפיה
5	הכרת שמנים אתריים – תרגול; נשים ופריז, הריון, סטריאות
6	משכב לידה; טיפול בגוף האשה לאחר הריון – תרגול קליני
7	טיפול ארומתרפי בתינוקות, מחלות ילדים, עיסוי תינוקות
8	בדיקת אלפונים; חזרה על כוכביות בשמני בסיס ושמנים אתריים; תרגול קליני
9	משחקי ריח; זיהוי ריחות של שמנים אתריים; תרגול קליני; הכנת בשמים
10	עיסוי ארומתרפי – מעשי
11	עיסוי ארומתרפי – מעשי
12	עיסוי ארומתרפי – מעשי
13	עיסוי ארומתרפי – מעשי
14	עיסוי ארומתרפי – מעשי, סיכום

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שנה ב

סילבוס הקורס – פתולוגיה כללית וספציפית

תיאור הקורס

קורס פתולוגיה כללית וספציפית מקנה לסטודנטים ידע רחב ומעמיק במנגנוני התפתחות מחלות, השינויים המתרחשים ברמת התא, הרקמה והאיבר, והבנת הקשר בין הפתולוגיה לבין הביטויים הקליניים של מחלות במערכות הגוף השונות. הקורס משלב בין יסודות הפתולוגיה הכללית לבין לימוד מחלות ספציפיות של מערכות הגוף, תוך שילוב ידע באנטומיה, פיזיולוגיה ורפואה קלינית. במהלך הלימודים יושם דגש על הבנת מנגנוני המחלה, גורמי הסיכון, דרכי האבחון, הסיבוכים, אפשרויות המניעה והטיפול, תוך שימוש במינוח רפואי מקצועי בעברית ובלועזית. הקורס מהווה בסיס חיוני לכל מטפל ברפואה משלימה, מאחר שהוא מאפשר להבין את מצבו הרפואי של המטופל, לזהות מצבים המחייבים הפניה לרופא ולהתאים טיפול בטוח ואחראי.

מטרות הקורס

בסיום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

- להגדיר ולהסביר מושגי יסוד בפתולוגיה כללית וספציפית.
- להבין את מנגנוני התפתחות המחלות בגוף האדם.
- להכיר את השינויים התאיים והרקמתיים המתרחשים במחלות שונות.
- לזהות גורמי סיכון למחלות במערכות הגוף השונות.
- להבין את הקשר בין אנטומיה, פיזיולוגיה ופתולוגיה.
- להכיר את דרכי האבחון המקובלות ברפואה המודרנית.
- לזהות סימנים ותסמינים של מחלות עיקריות.
- להבין את מנגנוני הסיבוכים של מחלות שכיחות.
- להכיר עקרונות מניעה וקידום בריאות.
- להשתמש במינוח רפואי מקצועי בעברית ובלועזית.

דרישות קדם

- סיום בהצלחה של קורס אנטומיה ופיזיולוגיה.
- ידע בסיסי במבנה ותפקוד גוף האדם.
- לימוד עצמי מתוך הספרות המקצועית המומלצת.

היקף הקורס

- שני סמסטרים.
- 28 מפגשים.
- שיעורים עיוניים.
- דיונים מקצועיים וניתוח מקרים קליניים.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

אופי הקורס

- הרצאות פרונטליות.
- מצגות והמחשות קליניות.
- לימוד מונחים רפואיים.
- ניתוח מקרים רפואיים.
- דיונים קבוצתיים.

חובות הקורס

- נוכחות חובה בהתאם לתקנון מכללת סים (80% לפחות).
- השתתפות פעילה בשיעורים.
- קריאת חומר מקצועי במהלך הסמסטר.
- הכנה לקראת השיעורים בהתאם להנחיות המרצה.

דרכי הוראה

- הרצאות פרונטליות.
- מצגות רפואיות.
- סרטונים והמחשות.
- ניתוח מקרים קליניים.
- קריאת מאמרים וספרות מקצועית.
- דיונים מסכמים.

דרכי הערכה

משקל מרכיב

10%	נוכחות והשתתפות
20%	מטלות ותרגילים במהלך הקורס
70%	בחינה מסכמת

ציון עובר: 60

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

הערה מקדימה

טרם תחילת לימודי הפתולוגיה ילמדו הסטודנטים מבנה ותפקוד מערכת העצבים והחושים המיוחדים, כהשלמה חיונית להבנת מנגנוני מחלות מערכת העצבים.

השלמה זו תימשך כ-4-5 מפגשים ותכלול:

- אנטומיה של מערכת העצבים.
- פיזיולוגיה של מערכת העצבים.
- מערכת העצבים המרכזית וההיקפית.
- חושים מיוחדים.
- הולכה עצבית ובקרה עצבית.

מהלך הקורס

סמסטר א'

שיעור 1 – מבוא לפתולוגיה

נושאים עיוניים

- הגדרת תחום הפתולוגיה.
- מהי מחלה?
- גורמים להתפתחות מחלות.
- שלבי התפתחות המחלה.
- הסתגלות הגוף למצבי מחלה.

שיעור 2 – מושגי יסוד ברפואה

נושאים

- מחלקות רפואיות והתמחויות.
- שיטות אבחון רפואיות.
- סיבות למחלות.
- מינוח רפואי בסיסי.

שיעור 3 – התפתחות מחלות

נושאים

- שלבי התפתחות המחלה.
- סימנים ותסמינים.
- סיבוכים.
- מונחים רפואיים בעברית ובלועזית.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 4 – פתולוגיה תאית

נושאים

- מבנה התא.
- פגיעה תאית.
- הסתגלות התא.
- נזק הפיך ובלתי הפיך.
- מונחי יסוד בפתולוגיה.

שיעור 5 – שינויים ברמת התא

נושאים

- פגיעה באברוני התא.
- אפופטוזיס.
- נמק.
- הזדקנות התא.
- מנגנוני תיקון.

שיעור 6 – מחלות אגירה ושיגדון (Gout)

נושאים

- הגדרת המחלה.
- מנגנון היווצרות.
- גורמי סיכון.
- ביטויים קליניים.
- דרכי טיפול ומניעה.

שיעורים 7-8 – דלקת וטרשת עורקים

נושאים

- תהליך הדלקת.
- סוגי דלקות.
- טרשת עורקים.
- גורמי סיכון.
- סיבוכי המחלה.
- מניעה וקידום בריאות.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעורים 9-10 – הפרעות בזרימת נוזלי הגוף

נושאים

- בצקת.
- דימום.
- קרישיות יתר.
- תסחיף.
- הלם.
- מנגנוני המחלה.
- סימנים וסיבוכים.

שיעורים 11-13 – מחלות המטולוגיות

נושאים

- מבוא להמטולוגיה.
- סקירת מערכת הדם.
- תפקידי מרכיבי הדם.
- אנמיות – סוגים שונים.
- מנגנוני התפתחות.
- אבחנה מبدלת.
- סיבוכים.
- עקרונות טיפול.

שיעור 14 – מבוא לאונקולוגיה

נושאים

- מהו גידול?
- גידול שפיר לעומת ממאיר.
- מנגנוני יצירת סרטן.
- שלבי ההתמרה הסרטנית.
- הכנה לסמסטר ב'.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

סמסטר ב'

שיעור 1 – אונקולוגיה כללית

נושאים

- מושגי יסוד באונקולוגיה.
- גורמי סיכון לסרטן.
- התפתחות הגידול.
- גרורות.
- מניעה.
- גילוי מוקדם.
- סיבוכים.

שיעורים 2-3 – מחלות מערכת הנשימה

נושאים

- מחלות דרכי הנשימה העליונות.
- מחלות דרכי הנשימה התחתונות.
- דלקת ריאות.
- COPD.
- אסתמה.
- גידולי ריאה.
- גורמי סיכון.
- אבחון ומניעה.

שיעורים 4-5 – מחלות מערכת העיכול

נושאים

- מחלות מערכת העיכול.
- חלוקת המחלות.
- מחלות דלקתיות.
- כיב קיבה.
- מחלות כבד.
- מחלות לבלב.
- גורמים.
- סיבוכים.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 6 – מחלות מערכת הלימפה

נושאים

- מבנה מערכת הלימפה.
- מחלות לימפיות.
- לימפאדנופטיה.
- לימפומה.
- גורמי סיכון.
- אבחון.

שיעור 7 – מחלות מערכת העצבים

נושאים

- אירוע מוחי (CVA).
- גורמי סיכון.
- סימנים מוקדמים.
- מניעה.
- סיבוכים.
- שיקום.

שיעורים 8-10 – סוכרת ומחלות מטבוליות

נושאים

- מבוא למחלות מטבוליות.
- שכיחות ונתונים אפידמיולוגיים.
- סוכרת סוג 1.
- סוכרת סוג 2.
- סיבוכי סוכרת.
- אבחון.
- מניעה.
- איזון אורח חיים.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעורים 11-12 – מחלות מערכת השתן

נושאים

- אנטומיה של הכליה.
- מחלות זיהומיות.
- מחלות לא זיהומיות.
- אי-ספיקת כליות חריפה.
- אי-ספיקת כליות כרונית.
- סיבוכים.
- אבחון.

שיעור 13 – מחלות קרדיו-וסקולריות

נושאים

- מחלת לב איסכמית.
- תעוקת חזה.
- אוטם שריר הלב.
- יתר לחץ דם.
- גורמי סיכון.
- מניעה.
- סיבוכים.

שיעור 14 – מחלות מערכת החיסון

נושאים

- מערכת החיסון.
- מחלות אוטואימוניות.
- מחלות ראומטיות.
- דלקת מפרקים שגרונית.
- זאבת (SLE).
- סימנים קליניים.
- סיבוכים.
- סיכום הקורס והכנה לבחינה המסכמת.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

תוצרי למידה

בסיום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

- להבין את מנגנוני היווצרות המחלה.
- לזהות תהליכים פתולוגיים ברמת התא, הרקמה והאיבר.
- להסביר את הפתופיזיולוגיה של מחלות שכיחות.
- להשתמש במינוח רפואי מקצועי בעברית ובלועזית.
- להבחין בין מחלות במערכות הגוף השונות.
- לזהות גורמי סיכון וסימני אזהרה המחייבים הפניה רפואית.
- להבין את הקשר בין פתולוגיה, אבחון וטיפול.
- ליישם את הידע הפתולוגי בעבודתו כמטפל ברפואה משלימה תוך שמירה על גבולות המקצוע.

ספרות מומלצת

- **Robbins Basic Pathology** – Kumar, Abbas & Aster.
- **Robbins and Cotran Pathologic Basis of Disease.**
- **Pathophysiology: The Biologic Basis for Disease in Adults and Children.**
- **Dorland's Illustrated Medical Dictionary.**
- חומרי הלימוד, המצגות והמאמרים שיימסרו במהלך הקורס על ידי המרצה.
- ספרים ומקורות מקצועיים נוספים יעודכנו במהלך שנת הלימודים בהתאם להתקדמות הקורס.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

סילבוס הקורס – צמחי מרפא א' (הרבליזם קליני) – שנה ב'

תיאור הקורס

קורס צמחי מרפא א' מהווה קורס יסוד מתקדם בתחום ההרבליזם הקליני (Clinical Herbal Medicine) ומשלב ידע מסורתי ועדכני ברפואת הצמחים המערבית והאינטגרטיבית. הקורס מקנה לסטודנטים הבנה מעמיקה של ההיסטוריה והפילוסופיה של רפואת הצמחים, החומרים הפעילים המצויים בצמחי המרפא, מנגנוני פעולתם, תכונותיהם הפיזיולוגיות והפרמקולוגיות, ושילובם בטיפול במחלות שונות. במהלך הקורס ילמדו הסטודנטים את עקרונות הכנת הצמחים, שיטות המיצוי והרקחה, דרכי השימוש הבטוחות, מינונים, התוויות והתוויות נגד, וכן יכירו קבוצות עיקריות של צמחי מרפא והשימושים הקליניים שלהם במערכות הגוף השונות. הקורס משלב ידע מדעי עדכני עם מסורת רפואת הצמחים, תוך דגש על עבודה מקצועית, בטיחות המטופל, אינטראקציות בין צמחי מרפא לתרופות קונבנציונליות ויישום קליני המבוסס על ראיות.

מטרות הקורס

בסיום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

- להכיר את התפתחות רפואת הצמחים בארץ ובעולם.
- להבין את עקרונות ההרבליזם הקליני המודרני.
- לזהות קבוצות עיקריות של צמחי מרפא.
- להכיר את החומרים הפעילים המצויים בצמחי המרפא.
- להבין את הפעילות הפיזיולוגית והפרמקולוגית של צמחי המרפא.
- להכיר שיטות הכנה, מיצוי ורקחה של צמחי מרפא.
- להתאים צמחי מרפא למצבים קליניים בהתאם להתוויות המקובלות.
- להכיר את מגבלות הטיפול ואת כללי הבטיחות בשימוש בצמחי מרפא.
- להבין אינטראקציות אפשריות בין צמחי מרפא, תוספי תזונה ותרופות.
- לפתח יכולת מקצועית ליעץ ולתמוך במטופלים במסגרת תחום העיסוק של המטפל ברפואה משלימה.

היקף הקורס

- 14 הרצאות.
- קורס עיוני.
- שנה ב'.

אופי הקורס

- שיעורים פרונטליים.
- מצגות והמחשות.
- דיונים מקצועיים.
- ניתוח מקרים קליניים.
- שילוב ספרות מקצועית עדכנית.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 | ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 | פקס 04-6474466
www.cimcollege.com | www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

חובות הקורס

- נוכחות חובה של 80% לפחות.
- השתתפות פעילה במהלך השיעורים.
- קריאת חומר מקצועי בהתאם להנחיות המרצה.
- עמידה במבחן המסכם בציון עובר.

דרכי הוראה

- הרצאות פרונטליות.
- לימוד עיוני.
- מצגות מקצועיות.
- שילוב ספרי יסוד בהרבלזם.
- סקירת מחקרים עדכניים.
- דיון במקרים קליניים.
- הצגת דוגמאות לפורמולות טיפוליות.

דרכי הערכה

משקל מרכיב

נוכחות והשתתפות	10%
מטלות ותרגילים	20%
בחינה מסכמת	70%

ציון עובר: 60

מטרות הלימוד

הקורס נועד להעניק לסטודנט ידע מקצועי שיאפשר:

- להכיר את השימוש הקליני בצמחי מרפא.
- להבין כיצד לבחור צמחי מרפא בהתאם למצבו של המטופל.
- להכיר את מנגנוני הפעולה של החומרים הפעילים.
- להבין את השילוב בין רפואת הצמחים, תזונה ותוספי תזונה.
- להכיר את מגבלות הטיפול ואת המצבים המחייבים הפניה לרופא.
- להבחין בין שימוש מסורתי לבין גישות המבוססות על מחקר מדעי.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

מהלך הקורס

שיעור 1 – מבוא להרבליזם קליני

נושאים עיוניים

- היסטוריה של רפואת הצמחים.
- התפתחות ההרבליזם בארץ ובעולם.
- רפואת צמחים מסורתית לעומת רפואת צמחים מודרנית.
- מקורות הידע בהרבליזם.
- עקרונות הרפואה המערבית בצמחי מרפא.
- גולציה ושימוש בטוח.

שיעור 2 – שיטות הכנה של צמחי מרפא

נושאים

- חליטות.
- מרתחים.
- טינקטורות.
- תמציות יבשות.
- כמסות.
- אבקות.
- שמנים רפואיים.
- משחות.
- מינונים.
- כללי אחסון.

שיעור 3 – דרכי השימוש בצמחי מרפא

נושאים

- שימוש פנימי.
- שימוש חיצוני.
- יתרונות וחסרונות של כל שיטת טיפול.
- בטיחות.
- התוויות נגד.
- אינטראקציות עם תרופות.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 4 – טיפול טבעי במחלות החורף

נושאים

- חום.
- הצטננות.
- שפעת.
- שיעול.
- תרופות סבתא.
- תזונה מחזקת.
- צמחים תרמוגניים.
- צמחי חיזוק מערכת החיסון.
- צמחי מכיחים.

שיעור 5 – ארון העזרה הראשונה הטבעי

נושאים

- צמחי חובה בכל בית.
- שמנים רפואיים.
- משחות טבעיות.
- תוספי תזונה בסיסיים.
- כללי בטיחות.
- רשימת איסורים והגבלות.
- שימוש נכון במצבי חירום קלים.

שיעור 6 – חומרים פעילים בצמחי מרפא (חלק א')

נושאים

- פנולים.
- קומרינים.
- טאנינים.
- מנגנוני פעולה.
- השפעות פיזיולוגיות.
- שימושים קליניים.



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 7 – חומרים פעילים בצמחי מרפא (חלק ב')

נושאים

- אנתרקינונים.
- נפתוקינונים.
- פלבנואידים.
- גליקוזידים.
- פעילות אנטי-דלקתית.
- פעילות נוגדת חמצון.

שיעור 8 – חומרים פעילים בצמחי מרפא (חלק ג')

נושאים

- ספונינים.
- אלקלואידים.
- סטרואידים צמחיים.
- לקטינים.
- שרפים.
- שמנים נדיפים.
- מנגנוני פעולה והשפעות טיפוליות.

שיעור 9 – תכונות פיזיולוגיות של צמחי מרפא

נושאים

- אדפטוגנים.
- אלטרטיבים.
- אנלגטיים.
- אנטיהלמינטיים.
- מחזקי מערכת החיסון.
- נוגדי חמצון.

שיעור 10 – תכונות פיזיולוגיות מתקדמות

נושאים

- אנטי-אמטיים.
- אנטי-קטרליים.
- אנטי-ספזמודיים.
- קרמינטיביים.
- דיאפורטיים.
- מוקוליטיים.



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

• משתנים.

שיעור 11 – קבוצות טיפוליות של צמחי מרפא

נושאים

- מחזקי כבד.
- צמחים מרגיעים.
- צמחי עיכול.
- צמחי לב וכלי דם.
- צמחי מערכת הנשימה.
- צמחי מערכת השתן.
- התאמת פורמולות.

שיעור 12 – מערכת העיכול (חלק א')

נושאים

- קבוצות צמחי מרפא למערכת העיכול.
- טיפול תזונתי משלים.
- תוספי תזונה.
- עצירות.
- תולעי מעיים.
- בחילות.
- טחורים.
- היפוכלורידריה (Hypochlorhydria).
- התאמת פורמולות טיפול.

שיעור 13 – מערכת העיכול (חלק ב')

נושאים

- שלשולים.
- תסמונת המעי הרגיז (IBS).
- צרבת.
- מחלות מעי דלקתיות (IBD).
- גזים.
- דיספפסיה.
- טיפול משולב בצמחי מרפא ותזונה.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי 1605404 Nazareth | Main Branch ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 14 – יישום קליני וסיכום הקורס

נושאים

- הצגת מקרים קליניים.
- התאמת פורמולות צמחי מרפא.
- שילוב תוספי תזונה.
- בניית תוכנית טיפול.
- טעויות נפוצות בהרבליזם.
- סיכום הקורס והכנה לבחינה.

תוצרי למידה

בסיום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

- להסביר את עקרונות רפואת הצמחים המודרנית.
- לזהות את קבוצות החומרים הפעילים בצמחי מרפא.
- להבין את מנגנוני הפעולה של צמחי המרפא בגוף האדם.
- לבחור צמחי מרפא בהתאם למערכת הגוף ולמצב הקליני.
- להכיר שיטות הכנה ורכיחה שונות.
- להמליץ על שימוש בטוח בצמחי מרפא במסגרת תחום עיסוקו.
- לזהות התוויות נגד ואינטראקציות אפשריות עם תרופות.
- לשלב צמחי מרפא, תזונה ותוספי תזונה בגישה טיפולית אינטגרטיבית.
- לנתח מקרים קליניים ולהציע פורמולות בסיסיות בהתאם לעקרונות ההרבליזם הקליני.

ספרות מומלצת

- **Medical Herbalism** – David Hoffmann.
- **The Complete German Commission E Monographs.**
- **Principles and Practice of Phytotherapy** – Kerry Bone & Simon Mills.
- **Herbal Medicine: Biomolecular and Clinical Aspects.**
- **PDR for Herbal Medicines.**
- חומרי הלימוד, המצגות והמאמרים שיימסרו על ידי המרצה במהלך הקורס.
- ספרות מקצועית ומאמרים עדכניים יתווספו בהתאם להתקדמות הקורס.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

סילבוס הקורס – תזונה אורתומולקולרית שנה ב'

תיאור הקורס

קורס תזונה אורתומולקולרית שנה ב' עוסק בהעמקת הידע בתחום התזונה המדויקת וההתאמה האישית של רכיבי תזונה חיוניים לצורך תמיכה בתפקודו התקין של גוף האדם. הגישה האורתומולקולרית מבוססת על ההבנה כי איזון נכון של רכיבי תזונה כגון ויטמינים, מינרלים, חומצות אמינו, פיטוכימיקלים ונוטריינטים נוספים מהווה בסיס חיוני לשמירה על בריאות אופטימלית ולתמיכה במערכות הגוף השונות. במהלך הקורס ילמדו הסטודנטים את תפקידי הוויטמינים והמינרלים, מקורותיהם התזונתיים, מנגנוני ספיגה, מצבי חסר ועודף, רעילות אפשרית, התאמת מינונים לפי גיל ומצב בריאותי, וכן שימוש מושכל בתוספי תזונה כחלק מגישה טיפולית אינטגרטיבית. הקורס משלב ידע מתחומי הביוכימיה, הפיזיולוגיה, התזונה הקלינית והרפואה המשלימה, ומעניק כלים להבנת הקשר בין תזונה, מניעה ותמיכה במצבים בריאותיים שונים.

מטרות הקורס

בסיום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

- להבין את עקרונות התזונה האורתומולקולרית.
- להכיר את רכיבי התזונה החיוניים לגוף האדם.
- להבין את תפקידי הוויטמינים, המינרלים וחומצות האמינו.
- לזהות סימני חסר ועודף של רכיבי תזונה.
- להבין מנגנוני ספיגה וניצול ביולוגי של נוטריינטים.
- להכיר מצבים בהם נדרשת השלמה באמצעות תוספי תזונה.
- להתאים המלצות תזונתיות בסיסיות בהתאם לגיל ולצרכים פיזיולוגיים.
- להכיר מקורות מזון מן החי ומן הצומח המכילים רכיבי תזונה חיוניים.
- להבין את תפקיד הפיטוכימיקלים והשפעתם על הבריאות.
- לשלב ידע תזונתי בעבודה הטיפולית במסגרת הרפואה המשלימה.

היקף הקורס

- 14 הרצאות.
- קורס עיוני.
- שנה ב'.

אופי הקורס

- שיעורים פרונטליים.
- מצגות מקצועיות.
- לימוד ביוכימי ותזונתי.
- דיונים קליניים.
- ניתוח מקרים.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 | ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 | פקס 04-6474466
www.cimcollege.com | www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

דרישות קדם

- ידע בסיסי באנטומיה ופיזיולוגיה.
- היכרות עם יסודות התזונה.
- לימוד עצמי מתוך ספרות מקצועית מומלצת.

חובות הקורס

- נוכחות חובה של 80% מהקורס.
- השתתפות פעילה בשיעורים.
- מעבר מבחנים בציון עובר.

דרכי הוראה

- הרצאות פרונטליות.
- מצגות רפואיות ותזונתיות.
- טבלאות השוואה של רכיבי תזונה.
- סקירת מחקרים מקצועיים.
- ניתוח מצבי חסר ועודף.
- דיון בהתאמת תוספי תזונה.

דרכי הערכה

מרכיב	משקל
נוכחות והשתתפות	10%
מטלות במהלך הקורס	20%
מבחן מסכם	70%

ציון עובר: 60

נושאים מרכזיים בקורס

- מבוא לתזונה אורתומולקולרית.
- ויטמינים מסיסי מים ומסיסי שומן.
- מינרלים ויסודות קורט.
- חומצות אמינו חיוניות ולא חיוניות.
- פיטוכימיקלים.
- תוספי תזונה.
- מנגנוני ספיגה.
- התאמת תזונה לפי גיל ומצב בריאותי.
- מזונות מן החי ומן הצומח כמקורות תזונתיים.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

תוכנית הלימודים

שיעור 1 – מבוא לתזונה אורתומולקולרית

נושאים עיוניים

- הגדרת תחום התזונה האורתומולקולרית.
- הקשר בין תזונה לבריאות.
- חשיבות הוויטמינים והמינרלים.
- גורמים המשפיעים על איכות התזונה.
- הבדלים בויכמיים בין אנשים.
- התאמה אישית של תזונה.

שיעור 2 – מבוא לוויטמינים

נושאים

- קבוצות הוויטמינים:
 - מסיסים במים.
 - מסיסים בשומן.
- אזורי ספיגה בגוף.
- גורמים המשפיעים על ספיגה.
- מצבים המחייבים תוספת ויטמינים ומינרלים.
- שלבי התפתחות חסר תזונתי.

שיעור 3 – ויטמינים מסיסי שומן

ויטמינים:

ויטמין A

ויטמין D

ויטמין E

נושאים:

- תפקידים פיזיולוגיים.
- מקורות תזונתיים.
- סימני חסר.
- סימני עודף.
- רעילות.
- התוויות והתוויות נגד.
- גורמי הרס.
- התאמת מינונים לפי גיל.

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 4 – ויטמין K, ויטמין C ו-CoQ10-

נושאים:

- תפקידים בגוף.
- פעילות נוגדת חמצון.
- השפעה על מערכת החיסון.
- מצבי חסר.
- עודף ורעילות.
- מקורות טבעיים.
- מינונים והתאמה אישית.

שיעור 5 – קומפלקס ויטמיני B חלק א')

ויטמינים:

- B1
- B2
- B3

נושאים:

- תפקידים מטבוליים.
- הפקת אנרגיה.
- מערכת העצבים.
- סימני חסר.
- עודף ורעילות.
- מקורות תזונתיים.

שיעור 6 – קומפלקס ויטמיני B חלק ב')

ויטמינים:

- B5
- B6
- חומצה פולית

נושאים:

- תפקידים ביולוגיים.
- מערכת הדם.
- מערכת העצבים.
- הריון והתפתחות.
- חסרים ועודפים.
- מינונים.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 7 – ויטמינים נוספים מקבוצת B

נושאים:

- B12.
- B13.
- B15.
- B17.

התייחסות ל:

- תפקידים.
- מקורות.
- סימני חסר.
- שימושים אפשריים.
- בטיחות.

שיעור 8 – רכיבי תזונה דמויי ויטמינים

נושאים:

- אינוזיטול.
- כולין.
- לציטין.
- ביוטין.
- PABA.
- רכיבים תזונתיים נוספים.

התייחסות:

- תפקידים בגוף.
- מקורות.
- חסרים.
- שימושים קליניים.

שיעור 9 – מבוא למינרלים

נושאים:

- מקרומינרלים.
- מיקרומינרלים.
- יסודות קורט.
- חשיבות האיזון המינרלי.

מינרלים:

- סידן.
- מגנזיום.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי 1605404 Nazareth | Main Branch ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- בורן.
- נחושת.
- פלואור.

התייחסות:

- מקורות.
- תפקידים.
- סימני חסר.
- ספיגה.
- פעילות הורמונלית.
- רעילות.
- מינונים לפי גיל.

שיעור 10 – מינרלים ויסודות קורט

נושאים:

- כרום.
- סלניום.
- יוד.
- ברזל.
- ניקל.
- מנגן.

התייחסות:

- תפקידים מטבוליים.
- מקורות תזונתיים.
- חסרים.
- ספיגה.
- רעילות.
- התאמת מינון.

שיעור 11 – מינרלים נוספים

נושאים:

- גופרית.
- אבץ.
- ונדיום.
- זרחן.
- מוליבדן.
- כלור.
- כספית.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- סיליקון.

התייחסות:

- תפקידים בגוף.
- השפעות פיזיולוגיות.
- מצבי חסר.
- עודף ורעילות.

שיעור 12 – יסודות נוספים בגוף האדם

נושאים:

- אלומיניום.
- אשלגן.
- נתרן.
- קדמיום.
- סטרונציום.
- קובלט.

התייחסות:

- חשיבות ביולוגית.
- מקורות חשיפה.
- השפעות בריאותיות.
- איזון בגוף.

שיעור 13 – מבוא לחומצות אמינו

נושאים:

- תפקיד החלבונים בגוף.
- חומצות אמינו חיוניות.
- מנגנוני ספיגה.
- מצבי חסר.

חומצות אמינו חיוניות:

- איזולאוצין.
- לאוצין.
- לידין.
- מתיונין.
- פנילאלנין.
- תראונין.
- טריפטופן.
- ואלין.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

• הומוציסטאין.

חומצות אמינו חיוניות למחצה:

• ארגינין.

• היסטידין.

התייחסות:

• מקורות.

• תפקידים.

• חסרים.

• מינונים.

שיעור 14 – חומצות אמינו מתקדמות וסיכום

חומצות אמינו:

חיוניות למחצה:

• ארגינין.

• היסטידין.

לא חיוניות:

• אורניטין.

• אספרגין.

• חומצה אספרטית.

• GABA.

• גלוטמין.

• חומצה גלוטמית.

• גליצין.

• טאורין.

• טירוזין.

• סרין.

• פרולין.

• אלנין.

• גלוטמין.

• ציטרולין.

• קרניטין.

נושאים:

• תפקידים בגוף.

• מקורות תזונתיים.

• מצבי חסר.

• התאמת מינונים.

• סיכום הקורס.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

תוצרי למידה

בסיום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

- להסביר את עקרונות התזונה האורתומולקולרית.
- לזהות תפקידי ויטמינים, מינרלים וחומצות אמינו.
- להבין מצבי חסר ועודף.
- להכיר מקורות מזון טבעיים.
- להבין מתי יש מקום לשימוש בתוספי תזונה.
- להתאים המלצות תזונתיות בסיסיות לפי צרכים אישיים.
- לשלב ידע תזונתי בעבודה טיפולית אינטגרטיבית.
- לזהות מצבים הדורשים הפניה לאיש מקצוע רפואי.

ספרות מומלצת

- Textbook of Natural Medicine.
- The New Encyclopedia of Vitamins, Minerals, Supplements and Herbs.
- Nutritional Medicine.
- Biochemistry – Harper's Illustrated Biochemistry.
- Advanced Nutrition and Human Metabolism.
- חומרי לימוד, מצגות ומאמרים מקצועיים שיועברו במהלך הקורס על ידי המרצה.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

סילבוס הקורס – תזונה קלינית שנה ב'

תיאור הקורס

קורס תזונה קלינית שנה ב' עוסק בהעמקת ההבנה של עקרונות מדע התזונה המערבית, תוך שילוב בין ידע תיאורטי, כלים להערכה תזונתית ויישום קליני בהתאמת תוכניות תזונה אישיות. במהלך הקורס ילמדו הסטודנטים להכיר את רכיבי המזון השונים, תפקידיהם במטבוליזם ובתהליכים פיזיולוגיים בגוף האדם, והשפעתם על מצבי בריאות וחולי לאורך מעגל החיים. הקורס מקנה כלים מקצועיים לביצוע הערכה תזונתית, ניתוח הרגלי אכילה, פענוח מידע רפואי בסיסי, הבנת בדיקות מעבדה, בניית המלצות תזונתיות והתאמת תפריטים בהתאם לצרכים האישיים, למצב הבריאותי ולמטרות המטופל. הלימודים משלבים ידע מתחומי התזונה הקלינית, הפיזיולוגיה, הביוכימיה, הרפואה המונעת והגישה האינטגרטיבית לבריאות.

היקף הקורס

- 14 הרצאות
- 4.5 שעות לימוד שבועיות לכל מפגש

אופי הקורס

- שיעורים פרונטליים.
- הרצאות מקצועיות.
- ניתוח מקרים קליניים.
- תרגול מעשי בביתה.
- עבודה קבוצתית.
- תרגול בניית תפריטים.

מטרות הקורס

בסיום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

- להכיר את יסודות מדע התזונה המערבית.
- להבין את תפקידם של רכיבי המזון השונים בגוף האדם.
- להבין את הקשר בין תזונה, מטבוליזם ומצבי בריאות וחולי.
- לבצע הערכה תזונתית בסיסית למטופל.
- לנתח הרגלי אכילה ותפריטים אישיים.
- להבין בדיקות מעבדה בסיסיות בהקשר תזונתי.
- להתאים המלצות תזונתיות בהתאם למצב רפואי ולצרכים אישיים.
- להכיר עקרונות טיפול תזונתי במחלות כרוניות נפוצות.
- לפתח חשיבה קלינית והתאמת טיפול תזונתי אישי.
- לשפר את איכות החיים ובריאות המטופל באמצעות תזונה מותאמת.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

חובות הקורס

- נוכחות חובה של 80% מהקורס.
- מעבר מבחן מסכם בציון עובר.
- הגשת תרגיל ניתוח תפריט אישי.

דרכי הוראה

- הרצאות פרונטליות.
- מצגות מקצועיות.
- דיונים קליניים.
- תרגול ניתוח תפריטים.
- ניתוח בדיקות מעבדה.
- עבודה על תיאורי מקרה.
- למידה קבוצתית.

דרכי הערכה

משקל	מרכיב הערכה
10%	נוכחות והשתתפות
20%	תרגיל ניתוח תפריט
70%	מבחן מסכם

ציון עובר: 60

נושאי הלימוד המרכזיים

- מבוא לתזונה קלינית.
- הערכה תזונתית.
- הרכב גוף ומדדים אנתרופומטריים.
- ניתוח אנמנזה תזונתית.
- קריאת תוויות מזון.
- תזונה במחלות כרוניות.
- טיפול תזונתי בסוכרת.
- טיפול תזונתי במחלות כליה.
- תזונה לאחר ניתוחים בריאטריים.
- תזונת ילדים.
- השמנת ילדים.
- ניתוח מקרים קליניים.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

תוכנית הלימודים

שיעור 1 – מבוא לתזונה קלינית והערכה רפואית

נושאים עיוניים:

- היכרות עם תחום התזונה הקלינית.
- יסודות מדע התזונה המערבית.
- תפקיד התזונה בשמירה על הבריאות ובמניעת מחלות.
- פענוח בסיסי של בדיקות מעבדה.
- איתור מידע חיוני לצורך התאמת טיפול תזונתי למטופל.
- איסוף נתונים רפואיים ותזונתיים.

שיעור 2 – הרכב גוף ומדדים אנתרופומטריים

נושאים עיוניים:

- משמעות הרכב הגוף.
- מדדים אנתרופומטריים.
- שיטות מדידה מקובלות.
- שיטות שקילה.
- מדידת היקפים.
- הערכת מצב תזונתי.

תרגול מעשי:

- ביצוע בדיקות הרכב גוף.
- ניתוח נתונים והסקת מסקנות.

שיעור 3 – הערכה תזונתית

נושאים:

- מטרות ההערכה התזונתית.
- שיטות לביצוע הערכה מלאה.
- הערכת צרכים תזונתיים אישיים.
- התאמת תזונה למצב פיזיולוגי ובריאותי.
- גורמים המשפיעים על בחירת תוכנית תזונתית.

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 4 – ניתוח אנמנזה תזונתית

נושאים:

- איסוף מידע מהמטופל.
- הרגלי אכילה.
- היסטוריה רפואית.
- אורח חיים.
- גורמים המשפיעים על הצלחת טיפול תזונתי.

תרגול:

- ביצוע אנמנזה בכיתה.
- ניתוח מקרה.

שיעור 5 – תוויות מזון וסימון תזונתי

נושאים:

- קריאה ביקורתית של תוויות מזון.
- רשימת רכיבים.
- ערכים תזונתיים.
- השוואה בין מוצרים.
- חישוב ערכים תזונתיים.

סימוני מזון:

- דיאט.
- דל.
- ללא.
- טבעי.
- סימונים שיווקיים.

רגולציה:

- רפורמת סימון המזון של משרד הבריאות.

שיעור 6 – ניתוחים בריאטריים והשמנה

נושאים:

- מבוא להשמנה.
- סוגי ניתוחים בריאטריים.
- התאמת סוג הניתוח למטופל.
- טיפול תזונתי לפני ניתוח.
- שלבי התזונה לאחר הניתוח.
- תוספי תזונה לאחר ניתוח.
- תופעות נפוצות ודרכי התמודדות.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 7 – טיפול תזונתי במחלת הסוכרת

נושאים:

- תסמונת מטבולית.
- טרום סוכרת.
- סוכרת סוג 1.
- סוכרת סוג 2.
- עקרונות טיפול תזונתי.
- איזון רמות סוכר.
- התאמת תפריט אישי.

שיעור 8 – טיפול תזונתי במחלות כליה

נושאים:

- מבנה ותפקוד הכליות.
- מחלות כליה נפוצות.
- הפרעות בתפקוד הכלייתי.
- טיפול תזונתי בהתאם לשלבי המחלה.
- תזונה לאחר השתלת כליה.

שיעור 9 – תזונה במחלות מערכת העיכול

נושאים:

- מחלות גסטרואינטסטינליות.
- סיבוכים לאחר ניתוחי מערכת העיכול.
- כיבים.
- תסמונת ההצפה.
- מזונות יוצרי בזאר.
- תת ספיגה.
- גסטריטיס.

שיעור 10 – תזונת ילדים והשמנת ילדים

נושאים:

- שלבי גדילה והתפתחות.
- צרכים תזונתיים בילדות.
- קשיי אכילה והאכלה.
- רגישויות ואלרגיות למזון.
- חשיבות חלב אם והנקה.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 | ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 | פקס 04-6474466
www.cimcollege.com | www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- מניעת השמנה בילדים.

שיעור 11 – המשך תזונת ילדים

נושאים:

- תרכובות מזון לתינוקות.
- תזונת פגים.
- טיפול בחוסר שגשוג.
- הפרעות אכילה בילדים.
- טיפול בהשמנה.
- מחלות כרוניות בילדים.

שיעור 12 – תיאורי מקרה קליניים

נושאים:

- ניתוח מקרים תזונתיים.
- שילוב מידע רפואי ותזונתי.
- פענוח בדיקות דם.
- עבודה קבוצתית בכיתה.
- בניית המלצות טיפול.

שיעור 13 – תיאורי מקרה ויישום קליני

נושאים:

- המשך עבודה על מקרים קליניים.
- הערכה תזונתית מלאה.
- ניתוח תפריטים.
- דיון מקצועי.
- פתרון בעיות טיפוליות.

שיעור 14 – סיכום הקורס והכנה למבחן

נושאים:

- חזרה כללית על חומר הקורס.
- שאלות פתוחות.
- הבהרת נושאים מרכזיים.
- סיכום עקרונות הטיפול התזונתי.
- הכנה למבחן המסכם.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

תוצרי למידה

בסיום הקורס הסטודנט יוכל:

- לבצע הערכה תזונתית בסיסית.
- להבין את השפעת המזון על מערכות הגוף.
- לנתח תפריטים והרגלי אכילה.
- להשתמש בכלים בסיסיים להתאמת טיפול תזונתי.
- להבין עקרונות טיפול תזונתי במחלות נפוצות.
- לקרוא ולהבין מידע תזונתי על גבי מוצרי מזון.
- לשלב ידע תזונתי בעבודה טיפולית הוליסטית.
- לזהות מצבים הדורשים הפניה לגורם רפואי מוסמך.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שנה ג

סילבוס קורס פרמקולוגיה ובדיקות מעבדה

פרטי הקורס

שם הקורס: פרמקולוגיה ובדיקות מעבדה

היקף הקורס:

14 מפגשים, 4.5 שעות אקדמיות לכל מפגש (63 שעות אקדמיות)

אופי הקורס

- הרצאות פרונטליות
- דיונים קליניים
- ניתוח מקרי מבחן
- תרגול קריאת בדיקות מעבדה
- למידה מבוססת מקרים (Case Study)

תיאור הקורס

קורס פרמקולוגיה ובדיקות מעבדה מקנה לסטודנט ידע מעמיק בתחום התרופות, מנגנוני פעולתן והשפעתן על גוף האדם, לצד הכרת בדיקות המעבדה המרכזיות המשמשות לאבחון, למעקב ולהערכת יעילות הטיפול התרופתי. הקורס עוסק בפרמקוקינטיקה, פרמקודינמיקה, משפחות התרופות השונות, התוויות רפואיות, מנגנוני פעולה, תופעות לוואי, אינטראקציות בין תרופות והתאמת טיפול תרופתי למחלות השונות. בנוסף ילמד הסטודנט כיצד לפרש בדיקות מעבדה בסיסיות ולשלב את משמעותן הקלינית עם הבנת הטיפול התרופתי.

מטרות הקורס

בסיום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

- להכיר את יסודות מדע הפרמקולוגיה.
- להבין את מבנה התרופה והרכבה הכימי.
- להסביר את מנגנון פעולת התרופות בגוף.
- להבחין בין שם גנרי לשם מסחרי.
- להכיר את דרכי מתן התרופות השונות.
- להבין עקרונות פרמקוקינטיקה ופרמקודינמיקה.
- לזהות תופעות לוואי ואינטראקציות בין תרופות.
- להתאים קבוצות תרופות למחלות במערכות הגוף השונות.
- להבין משמעות קלינית של בדיקות מעבדה שכיחות.
- לשלב ידע פרמקולוגי עם תהליך קבלת החלטות טיפוליות.
- לפתח חשיבה ביקורתית בעת קריאת מידע תרופתי.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

תוצרי למידה

בסיום הקורס הסטודנט ידע:

- להסביר מנגנוני פעולה של תרופות.
- לזהות קבוצות תרופתיות שונות.
- לפרש תוצאות בדיקות מעבדה בסיסיות.
- להבין השפעת גיל, מחלות רקע ומחלות כרוניות על טיפול תרופתי.
- לזהות תופעות לוואי מסוכנות.
- להסביר אינטראקציות בין תרופות, מזון ותוספי תזונה.
- להשתמש במידע תרופתי באופן מושכל במסגרת עבודתו כמטפל.

דרישות הקורס

- נוכחות של לפחות **80%** מהמפגשים.
- השתתפות פעילה במהלך השיעורים.
- עמידה במטלות הקורס, ככל שייכתנו.
- מעבר מבחן מסכם בציון עובר בהתאם לתקנון המכללה.

שיטות הוראה

- הרצאות פרונטליות
- מצגות מקצועיות
- למידה מבוססת מקרים
- דיונים קבוצתיים
- ניתוח תוצאות מעבדה
- תרגול התאמת טיפול תרופתי
- הכנה למבחן באמצעות שאלות מסכמות

דרכי הערכה

מרכיב	משקל
נוכחות והשתתפות	בהתאם לתקנון
מבחן מסכם	100%

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 | ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 | פקס 04-6474466
www.cimcollege.com | www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

ספרות מומלצת

ספרות בסיסית

- Katzung – Basic & Clinical Pharmacology
- Rang & Dale's Pharmacology
- Goodman & Gilman's The Pharmacological Basis of Therapeutics

ספרות משלימה

- חומרי הקורס ומצגות המרצה.
- הנחיות משרד הבריאות.
- מאמרים מקצועיים עדכניים שיימסרו במהלך הקורס.

מהלכי השיעורים

סמסטר א'

שיעור	נושא	תכני הלימוד
1	מבוא לפרמקולוגיה	הגדרת המקצוע, מושגים בסיסיים, התפתחות מדע התרופות, מבנה כימי של תרופות, שם גנרי ושם מסחרי, דרכי מתן התרופות, בטיחות בטיפול תרופתי.
2	פרמקוקינטיקה	ספיגה, פיזור, מטבוליזם, הפרשה (ADME), זמני מתן התרופה, מחצית חיים, גורמים המשפיעים על פעילות התרופה.
3	פרמקוקינטיקה מתקדמת	המשך ADME, אינטראקציות בין תרופות, השפעת גיל ומחלות רקע, תופעות לוואי ומשמעות קלינית.
4	פרמקודינמיקה	מנגנוני פעולה, קולטנים, אגוניסט, אנטגוניסט, אינדקס טיפולי, תגובת הגוף לתרופות.
5	פרמקודינמיקה מתקדמת	רצפטורים, עקומת מינון-תגובה, בטיחות טיפולית, סבילות ועמידות לתרופות.
6	תרופות ליתר לחץ דם	פתופיזיולוגיה, קבוצות התרופות, ACEI, ARB, חוסמי בטא, משתנים, תופעות לוואי.
7	המשך יתר לחץ דם	שילובי תרופות, טיפול במטופלים מורכבים, ניתוח מקרים קליניים.
8	תרופות למערכת הקרדיווסקולרית	הפרעות קצב, אי-ספיקת לב, מנגנוני פעולה, ניטור טיפול, תופעות לוואי.
9	תרופות משתנות	מערכת השתן, בצקות, סוגי משתנים, מנגנוני פעולה, הפרעות אלקטרוליטים.
10	המשך תרופות משתנות	התאמת טיפול, ניטור מעבדתי, תופעות לוואי ומקרי מבחן.
11	תרופות למערכת הנשימה	אסתמה, COPD, מרחיבי סימפונות, סטרואידים, משאפים, מנגנוני פעולה.
12	המשך מערכת הנשימה	התאמת טיפול, שימוש נכון במשאפים, תופעות לוואי, תרגול קליני.
13	בדיקות מעבדה – מבוא וסיכום הסמסטר	CBC, כימיה בדם, אלקטרוליטים, תפקודי כבד וכליה, משמעות קלינית והכנה למבחן.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 | ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 | פקס 04-6474466
www.cimcollege.com | www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

סמסטר ב'

שיעור	נושא	תכני הלימוד
1	תרופות נוגדות דלקת	NSAIDs, סטרואידים, שיגדון, מחלות ראומטיות, מנגנוני פעולה ותופעות לוואי.
2	המשך נוגדי דלקת	התאמת טיפול, סיבוכים, אינטראקציות ומקרי מבחן.
3	מערכת העיכול	משלשלים, נוגדי הקאה, תרופות לשלשולים, מאזן נוזלים ואלקטרוליטים.
4	המשך מערכת העיכול	טיפול תרופתי במחלות מערכת העיכול ותרגול קליני.
5	תרופות למערכת העצבים	אפילפסיה, פרקינסון, מנגנוני פעולה, קבוצות תרופות ותופעות לוואי.
6	המשך מערכת העצבים	התאמת טיפול, אינטראקציות, מעקב אחר מטופלים.
7	בדיקות מעבדה קליניות	ספירת דם, CRP, ESR, CBC, גלוקוז, HbA1c, תפקודי כליה וכבד, אלקטרוליטים, פרופיל שומנים, משמעות קלינית והתאמת טיפול תרופתי.
8	פסיכופרמקולוגיה	תרופות נוגדות חרדה, נוגדי דיכאון, אנטי-פסיכוטיות, תופעות לוואי והתוויות.
9	תרופות למערכת הדם, הלימפה והחיסון	נוגדי קרישה, נוגדי טסיות, תרופות למחלות המטולוגיות ואימונולוגיות.
10	המשך מערכת הדם והחיסון	התאמת טיפול, נטרור INR ובדיקות מעבדה רלוונטיות, מקרי מבחן.
11	אנטיביוטיקה	קבוצות אנטיביוטיקה, עמידות חיידקים, מנגנוני פעולה, התוויות.
12	המשך אנטיביוטיקה	מחלות זיהומיות, בחירת טיפול, תופעות לוואי, התאמת אנטיביוטיקה.
13	אנטיביוטיקה מתקדמת	זיהומים מורכבים, אנטיביוטיקה רחבת טווח, עקרונות שימוש מושכל.
14	סיכום הקורס	חזרה מקיפה, שאלות פתוחות, תרגול מסכם, הכנה למבחן הסיום.

דגשים מקצועיים לאורך הקורס

- בטיחות בטיפול תרופתי.
- קריאה ביקורתית של עלוני תרופות.
- אינטראקציות בין תרופות, מזון וצמחי מרפא.
- התאמת טיפול לאוכלוסיות מיוחדות (ילדים, קשישים, נשים בהריון).
- פרשנות בדיקות מעבדה כחלק מהערכה קלינית.
- הצגת מקרים קליניים ודיון מקצועי.
- שילוב ידע פרמקולוגי בעבודת המטפל ברפואה משלימה.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 | ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 | פקס 04-6474466
www.cimcollege.com | www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

סילבוס קורס צמחי מרפא ב' – שנה ג'

פרטי הקורס

שם הקורס: צמחי מרפא ב' (Herbal Medicine II)

שנת לימוד: שנה ג'

היקף הקורס:

28 מפגשים (14 מפגשים בכל סמסטר)

אופי הקורס

- הרצאות פרונטליות
- שיעורים מעשיים
- הכנת תכשירים צמחיים
- סיורי שטח להכרת צמחי מרפא
- לימוד מבוסס תיאורי מקרה (Case Studies)
- דיונים קליניים

תיאור הקורס

קורס זה מהווה המשך ישיר ללימודי **צמחי מרפא א'**, ומעמיק את הידע בהרבולוגיה קלינית, בפרמקולוגיה של צמחי המרפא ובשילובם בטיפול במחלות כרוניות ואקוטיות. במהלך הקורס ילמדו הסטודנטים את משפחות צמחי המרפא, החומרים הפעילים, מנגנוני הפעולה, הפרמקוקינטיקה והפרמקודינמיקה של הצמחים, התוויות, התוויות נגד, מינונים קליניים, אינטראקציות בין צמחי מרפא לתרופות קונבנציונליות ותופעות לוואי. בנוסף, הקורס כולל הכשרה מעשית בהכנת תכשירים צמחיים, סיורי שטח לזיהוי צמחי בר וצמחי מרפא, ניתוח תיאורי מקרה ויישום הידע בטיפול במצבים קליניים.

מטרות הקורס

בסיום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

- לזהות ולהכיר עשרות צמחי מרפא ברמה מקצועית.
- להבין את הבוטניקה והמורפולוגיה של צמחי המרפא.
- להכיר את החומרים הפעילים בכל צמח.
- להסביר את מנגנון הפעולה של הצמחים בגוף האדם.
- להבין עקרונות פרמקוקינטיקה ופרמקודינמיקה של צמחי מרפא.
- להכיר אינדיקציות, התוויות נגד ותופעות לוואי.
- לזהות אינטראקציות בין צמחי מרפא לתרופות.
- לבנות פורמולות צמחיות בהתאם למצבו הקליני של המטופל.
- להכין תכשירים צמחיים ברמה מקצועית.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404
ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- להעניק ייעוץ מקצועי במחלות כרוניות באמצעות צמחי מרפא.
- לזהות צמחי מרפא בסביבתם הטבעית.

תוצרי למידה

בתום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

- לבצע התאמה קלינית של צמחי מרפא למצבי מחלה.
- לבנות פורמולה צמחית משולבת.
- להבין את איכות חומרי הגלם והשפעתם על יעילות הטיפול.
- להכין טינקטורות, חליטות, כמוסות, משחות, קרמים וסירופים.
- לשלב ידע פרמקולוגי עם טיפול טבעי בטוח.
- לבצע הערכה קלינית של מטופל במסגרת רפואת צמחים.
- לנתח תיאורי מקרה ולהציע תוכנית טיפול מבוססת ראיות.

דרישות הקורס

- נוכחות חובה של 80% לפחות.
- השתתפות בשני סיורי שטח (חובה).
- השתתפות פעילה בשיעורים המעשיים.
- הכנת תכשירים במהלך המעבדות.
- מעבר מבחן מסכם בהתאם לתקנון המכללה.

שיטות הוראה

- הרצאות פרונטליות
- סדנאות מעשיות
- סיורי שטח
- הדגמות מעבדה
- תיאורי מקרה
- עבודה בקבוצות
- הצגת מאמרים מקצועיים
- למידה מבוססת בעיות (PBL)

דרכי הערכה

משקל	מרכיב
בהתאם לתקנון	נוכחות והשתתפות
בהתאם להנחיות המרצה	עבודות והתנסות מעשית
100%	מבחן מסכם

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

ספרות מומלצת

ספרות בסיסית

- David Hoffmann – *Medical Herbalism*
- Principles and Practice of Phytotherapy
- Commission E Monographs
- ESCOP Monographs
- PDR for Herbal Medicines

ספרות משלימה

- מאמרים מדעיים עדכניים.
- חומרי המרצה.
- הנחיות משרד הבריאות.
- פרסומי ארגון WHO | ESCOP בנושא רפואת צמחים.

סמסטר א'

שיעור	נושא	מהלך השיעור
1	קבוצות צמחי מרפא	טוניקים, מוגדי גרד, אנטי-תרומבוציטיים, אנטי-ספזמוטיים, גליקוזידים, הכרת גת, דבקה ודבקון, חומרים פעילים ושימושים קליניים.
2	אנטיספטיים וצמחי שיער	קבוצות אנטיספטיות, צמחי מרפא לטיפול בקרקפת ובשיער, הכרת דדר, הממליס והרפגו, מנגנוני פעולה והתוויות.
3	סיור שטח ראשון	זיהוי צמחי מרפא בטבע, סביבת הגידול, תנאי אקלים, עונתיות, איסוף נכון ושמירה על קיימות.
4	אנלגטיים והיפוטנסיביים	ולריאנה, זוטה וזית, מנגנוני פעולה, טיפול באוסטאופורוזיס וביתר לחץ דם.
5	תכשירים מסחריים	סקירת פורמולות מסחריות, טיפול באסתמה ובאוסטאופורוזיס, התאמת תכשירים למצבי מחלה.
6	קבוצות פרוטאולטיות וקרבווקסילטיות	זנגביל, זקן תירס וחומעה, פעילות אנטי-דלקתית, מחלות נשימה ואסתמה.
7	בוטניקה ומוצרי כוורת	אנטומיית הצמח, מוצרי כוורת ברפואה טבעית, טיפול בהפרעות שינה.
8	סיור בבתי טבע	היכרות עם תכשירים צמחיים, קריאת תוויות, איכות חומרי גלם ובקרת איכות.
9	סדטיבים וסטימולנטים	חותם זהב, חסה וחלמית, טיפול בדלקות הסינוסים, מנגנוני פעולה.
10	מוצילים ואפריטיפים	טייון, טיליה, ילקוט הרועים, טיפול באקזמה ובמחלות עור.
11	אפרודיזיאקים	כובע הנזיר, כורכום וכשות, השפעות הרמוניות וטיפול בגלאוקומה.
12	אלקלואידים	לואיזה, לחך ולימונית, טיפול בדיכאון, בטיחות ואינטראקציות.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור	נושא	מהלך השיעור
13	צמחי מרפא נוספים	לענה, לפה ומוך, טיפול בדלקות עיניים, סקירת מחקרים עדכניים.
14	איזופרנאידים	קבוצת האיזופרנאידים, מנגנוני פעולה, חזרה על חומרי הסמסטר.

סמסטר ב'

שיעור	נושא	מהלך השיעור
1	מליסה, מנטה ומרווה	פעילות אנטי-דלקתית, דלקות בדרכי השתן, חומרים פעילים ומינונים.
2	נטופית, נענע ונפית	נוגדי חמצון, טיפול בהגדלה שפירה של הערמונית (BPH), התאמת פרמולות.
3	סכיזנדרה, סמבוק וסנה	אינטראקציות בין תרופות לצמחי מרפא, טיפול בתת-פעילות בלוטת התריס.
4	סקוטלריה, סרפד ועוזרר	מחלות כבד (הפטיטיס), אינטראקציות, בטיחות טיפולית.
5	ענבי הדוב, ערבה ופטל	טיפול באנמיה ובמחלות דם, התאמת מינונים ותיאורי מקרה.
6	פטרזיליה, פיגם ופיליפנדולה	טיפול בטחורים, פעילות אנטי-דלקתית ושימושים קליניים.
7	פרג, פרע וציפורן	טיפול בהפרעות שומנים וטריגליצרידים, אינטראקציות עם תרופות.
8	ציפורני החתול, צתרה וקאווא קאווא	טיפול בטרשת נפוצה, ניתוח תיאורי מקרה ובניית תוכנית טיפול.
9	קוהוש שחור, קומפרי וקורנית	טיפול בטרשת עורקים, מערכת הלב וכלי הדם, מחקרים קליניים.
10	קינמון, קיסוס וארטישוק (קנרס)	טיפול ביתר לחץ דם, בניית פרמולות, דיון במקרי מבחן.
11	ראישי, רוזמרין וריחן	טיפול בכאבי ראש, השפעות נוירולוגיות, תיאורי מקרה.
12	שבטבט, שום ושומר	טיפול בכיבים במערכת העיכול, פעילות אנטי-מיקרוביאלית, תרגול קליני.
13	חומרים פעילים בצמחי מרפא	לוטאין, קפאין, תהילים (פוליפנולים), חומרים נוקלייטיים, השפעות פיזיולוגיות וקליניות.
14	סיכום הקורס	חזרה מקיפה, בניית פרמולות מורכבות, פתרון שאלות פתוחות, הכנה למבחן המסכם.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

סילבוס קורס ארומתרפיה מתקדמת – שנה ג'

פרטי הקורס

שם הקורס: ארומתרפיה מתקדמת

שנת לימוד: שנה ג'

היקף הקורס:

14 מפגשים, 4.5 שעות אקדמיות לכל מפגש (63 שעות אקדמיות)

אופי הקורס

- הרצאות פרונטליות
- התנסות מעשית בביתה
- סדנאות הכנת תכשירים טבעיים
- למידה מבוססת תיאורי מקרה (Case Studies)
- עבודה בקבוצות
- עבודת גמר מסכמת
- תרגול אישי בהכנת פורמולות טיפוליות

תיאור הקורס

קורס ארומתרפיה מתקדמת מהווה את שלב ההתמחות בלימודי הארומתרפיה ומעמיק את הידע הקליני בשימוש בשמנים אתריים לטיפול במגוון רחב של מצבים רפואיים, אסתטיים ותפקודיים.

במהלך הקורס ירחיבו הסטודנטים את היכרותם עם הכימיה של השמנים האתריים, התאמת פורמולות טיפוליות, דילול נכון, בטיחות בשימוש, אינטראקציות אפשריות והתוויות נגד. הקורס משלב הכנה מעשית של תכשירים טבעיים, ניתוח מקרים קליניים ופיתוח יכולת מקצועית להתאמת טיפול אישי.

דגש מיוחד יושם על טיפול בפתולוגיות שכיחות, בניית "ארון עזרה ראשונה" ביתי המבוסס על שמנים אתריים, ושימוש מושכל בארומתרפיה כחלק מטיפול אינטגרטיבי.

מטרות הקורס

בסיום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

- להעמיק את הידע בכימיה ובפעילות הביולוגית של שמנים אתריים.
- להתאים פורמולות טיפוליות למצבים קליניים שונים.
- להכין תכשירים טבעיים ברמה מקצועית.
- לבצע דילול נכון בהתאם לגיל, מצב רפואי ואוכלוסיית היעד.
- להכיר התוויות, התוויות נגד ואמצעי בטיחות בשימוש בשמנים אתריים.
- לשלב ארומתרפיה בטיפול במחלות כרוניות ואקוטיות.
- לבנות ערכת "עזרה ראשונה ארומתרפית" לשימוש ביתי ומקצועי.
- להעניק ייעוץ מקצועי בתחום הארומתרפיה על בסיס ידע מדעי וקליני.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

תוצרי למידה

בתום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

- להכין פורמולות טיפוליות מותאמות אישית.
- לנתח מקרים קליניים ולהציע תוכנית טיפול ארומתרפית.
- להכין שמני עיסוי, קרמים, משחות, שמפו ותכשירי טיפוח טבעיים.
- להתאים שמנים אתריים לפי פתולוגיה, גיל ומצב רפואי.
- להסביר את מנגנון הפעולה של שמנים אתריים והשפעתם על מערכות הגוף.
- ליישם עקרונות בטיחות ומינון נכון בשימוש בשמנים אתריים.

דרישות הקורס

- נוכחות חובה של לפחות 80% מהמפגשים.
- השתתפות פעילה בהתנסות המעשית בכיתה.
- הכנת תכשירים במהלך הסדנאות.
- הגשת עבודת גמר.
- מעבר הערכה מסכמת בהתאם לנהלי המכללה.

שיטות הוראה

- הרצאות פרונטליות
- הדגמות מעשיות
- סדנאות הכנת תכשירים
- עבודה בקבוצות
- למידה מבוססת בעיות (PBL)
- ניתוח תיאורי מקרה
- דיונים מקצועיים
- הצגת מאמרים עדכניים בתחום הארומתרפיה

דרכי הערכה

מרכיב	משקל
נוכחות והשתתפות	בהתאם לתקנון
התנסות מעשית	בהתאם להנחיות המרצה
עבודת גמר	בהתאם להנחיות המרצה
הערכה מסכמת	100%

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

ספרות מומלצת

ספרות בסיסית

- Robert Tisserand – *Essential Oil Safety*
- Shirley Price – *Aromatherapy for Health Professionals*
- Gabriel Mojay – *Aromatherapy for Healing the Spirit*
- Valerie Ann Worwood – *The Complete Book of Essential Oils and Aromatherapy*

ספרות משלימה

- חומרי המרצה.
- מאמרים מדעיים עדכניים.
- פרסומי IFPA ו-NAHA.
- הנחיות בטיחות לשימוש בשמנים אתריים.

מהלכי השיעורים

שיעור	נושא	מהלך השיעור
1	יסודות הארומתרפיה המתקדמת	חזרה על יסודות שנה ב', כללי בטיחות, סקירת שמנים אתריים, שימוש באלפון השמנים, בניית ארון עזרה ראשונה ארומתרפיה.
2	ניתוח מקרים קליניים	פענוח תיאורי מקרה, התאמת שמנים אתריים, עבודה קבוצתית ותרגול קבלת החלטות טיפוליות.
3	הכנת תכשירים לשיעור	עקרונות דילול ומהילה, הכנת שמפו טיפולי, טיפול בקשקשים, נשירת שיער, גירויי קרקפת וסבוריאה.
4	הכנת תכשירים לעור	הכנת קרמים ומשחות טבעיות לטיפול בפסוריאזיס, אקזמה, סבוריאה, עור יבש ומחלות עור נוספות.
5	ארומתרפיה לבריאות האישה	פוריות, הריון, הכנה ללידה, התאוששות לאחר לידה, בטיחות השימוש בשמנים בתקופות אלו.
6	טיפול במחלות גינקולוגיות ומטבוליות	כאבי מחזור, תסמונת קדם-וסתית, פטרת וגינלית, עצירות, נפיחות בטנית, גזים וצלוליטיס.
7	מחלות חורף וחיזוק מערכת החיסון	טיפול בארומתרפיה באסתמה, ברונכיטיס, דלקת ריאות, הצטננות, שפעת ושיעול.
8	מערכת כלי הדם	אי-ספיקה ורידית, דליות, יתר לחץ דם, טחורים, התאמת פורמולות טיפוליות.
9	מערכת העיכול ומערכת העצבים	טיפול בבחילות, הפרעות עיכול, כאבי ראש, מתח נפשי ועצבנות באמצעות שמנים אתריים.
10	שינה, אנרגיה ואיזון רגשי	נדודי שינה, שיפור ריכוז, עייפות כרונית, תשישות, ירידה בחשק המיני, הפרעות אכילה ואכילה רגשית.
11	טיפול אורתופדי ואסתטי	קמטים, עור בוגר, נקעים, שרירים תפוסים, פטרת ציפורניים, כוויות וטיפול משלים בשיקום רקמות.
12	עור ופציעות	טיפול באקנה, עור שמן ובעייתי, חבורות, פצעים, חתכים וחבלות באמצעות פורמולות ארומתרפיות.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור	נושא	מהלך השיעור
13	מערכת הנשימה העליונה	סינסיטיס, דלקות אוזניים, כאבי גרון, נזלת, פורמולות לאינהלציה, עיסוי ומשאפים טבעיים.
14	סיכום הקורס	חזרה מקיפה, הצגת עבודות גמר, פתרון שאלות פתוחות, דיון במקרים קליניים והכנה להערכה המסכמת.

סדנאות והתנסות מעשית לאורך הקורס

במהלך הקורס יתנסו הסטודנטים בהכנת מגוון תכשירים מקצועיים, ובהם:

- שמני עיסוי טיפוליים.
- שמני גוף.
- קרמים טיפוליים.
- משחות טבעיות.
- שמפו טיפולי.
- מסכות לשיער.
- סרומים לפני.
- תערובות לאינהלציה.
- תכשירים לטיפול בכוויות.
- תכשירים לטיפול באקנה.
- פורמולות לחיזוק מערכת החיסון.
- שמני אמבט.
- תרסיסים ארומתרפיים.
- סבונים טבעיים.
- שמני נשימה ומקלוני הרחה. (Inhalers).

דגשים מקצועיים לאורך הקורס

- התאמת טיפול בהתאם לגיל, מין ומצב רפואי.
- אינטראקציות בין שמנים אתריים, תרופות וצמחי מרפא.
- עקרונות בטיחות בארומתרפיה קלינית.
- שימוש מושכל בשמנים אתריים באוכלוסיות מיוחדות (ילדים, נשים בהריון, קשישים).
- שילוב ארומתרפיה בטיפול אינטגרטיבי עם תחומי רפואה משלימה נוספים.
- פיתוח חשיבה קלינית ובניית תוכניות טיפול אישיות.
- הכרת התקנים המקצועיים ואיכות חומרי הגלם.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 | ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 | פקס 04-6474466
www.cimcollege.com | www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

סילבוס קורס שיטות הרזיה ותזונה טיפולית – שנה ג'

פרטי הקורס

פרטי הקורס	מידע
שם הקורס	שיטות הרזיה ותזונה טיפולית
שנת לימוד	שנה ג'
היקף הקורס	14 הרצאות
שעות לימוד	4.5 שעות לימוד לכל מפגש
סה"כ שעות לימוד	63 שעות אקדמיות
אופי הקורס	שיעורים פרונטליים + סטאז' מודרך
דרישות קדם	ידע בסיסי בתזונה, אנטומיה ופיזיולוגיה
הערכה	מבחן מסכם + עבודה מעשית
ציון עובר	בהתאם לדרישות המכללה

תיאור הקורס

קורס **שיטות הרזיה ותזונה טיפולית** עוסק בגישות המרכזיות לטיפול בעודף משקל ובהשמנה, תוך שילוב בין ידע מדעי עדכני לבין גישות טיפוליות הוליסטיות מתחום התזונה הטבעית והרפואה המשלימה. במהלך הקורס ייחשפו הסטודנטים למגוון שיטות תזונה והרזיה שהתפתחו ברחבי העולם, ילמדו את העקרונות העומדים מאחוריהן, יבחנו יתרונות וחסרונות של כל גישה וירכשו כלים מעשיים להתאמת תוכנית תזונתית לאדם הסובל מעודף משקל. הקורס משלב לימוד תיאורטי, ניתוח מקרים קליניים, בניית תפריטים, עבודה מעשית במסגרת סטאז' מודרך ותרגול מיומנויות טיפול מול מטופלים.

מטרות הקורס

בסיום הקורס הסטודנט יוכל:

- להכיר את הגורמים המרכזיים להשמנה ואת השלכותיה הבריאותיות.
- להבין את המנגנונים הפיזיולוגיים והרגשיים הקשורים לעלייה במשקל.
- להכיר שיטות תזונה והרזיה מובילות בעולם.
- להעריך התאמה של גישות תזונתיות שונות למטופלים שונים.
- לרכוש מיומנויות טיפול מתקדמות באדם המתמודד עם עודף משקל.
- ללמוד לבנות תוכניות תזונה מותאמות אישית.
- להבין את הקשר בין תזונה, פעילות גופנית, אורח חיים ומצב רגשי.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

• לפתח יכולת ליווי והכוונה של מטופלים בתהליך שינוי הרגלים.

תוצרי למידה

בסיום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

- ✓ לזהות סוגים שונים של השמנה והגורמים המשפיעים עליה.
- ✓ לבצע הערכה ראשונית של מצב תזונתי והרכב גוף.
- ✓ להכיר שיטות הרזיה שונות ולנתח אותן באופן ביקורתי.
- ✓ להכין תפריטים בסיסיים לאנשים בעלי עודף משקל.
- ✓ לשלב עקרונות של שינוי אורח חיים בתהליך הטיפול.
- ✓ לבצע טיפול מודרך במסגרת סטאז'.
- ✓ ליישם כלים מעשיים בעבודה עם מטופלים.

אופי הקורס

הקורס כולל:

- שיעורים פרונטליים.
- הרצאות מקצועיות.
- דיונים קבוצתיים.
- ניתוח מקרים מהשטח.
- סטאז' מודרך.
- תרגול בניית תפריטים.
- עבודה טיפולית בכיתה.
- הצגת עבודות סטודנטים.

חובות הקורס

- נוכחות חובה של לפחות 80% מהקורס.
- השתתפות פעילה בשיעורים.
- ביצוע סטאז' מודרך.
- הגשת עבודות בהתאם להנחיות המרצה.
- מעבר מבחן מסכם בציון עובר.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

דרכי הערכה

משקל	רכיב הערכה
10%	נוכחות והשתתפות
20%	עבודות ותרגילים
30%	סטאז' והתנסות מעשית
40%	מבחן מסכם

תוכנית לימודים ומהלך שיעורים

שיעור 1

השמנה – מבוא, גורמים והשלכות

- רקע כללי בנושא השמנה.
- אפידמיולוגיה של תופעת ההשמנה בעולם.
- הפיזיולוגיה של עלייה במשקל.
- השלכות בריאותיות של השמנה.

נושאים נוספים:

- סוגי השמנה.
- גורמים להשמנה:
 - גורמים גנטיים.
 - גורמים נפשיים.
 - גורמים סביבתיים.
 - גורמים סוציו-אקונומיים.
 - גורמים התפתחותיים.
- מדידה והערכת הרכב גוף.
- בעיות רפואיות הקשורות להשמנה.
- השמנה ותורשה.
- עקרונות להפחתת משקל.
- שינוי אורח חיים.
- בניית תפריטים לאנשים בעלי עודף משקל.
- אינדקס גליקמי.
- הקשר בין פעילות גופנית לבין עודף משקל.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 2

גישות טיפוליות ושיטות תזונה להרזיה

- שיטות תזונה והרזיה מיוחדות.
- גישה טיפולית הוליסטית לאדם המתמודד עם עודף משקל.
- שינוי הרגלי אכילה.
- הקשר בין רגש לאוכל.
- אכילה רגשית.
- הפרעות אכילה:
 - אנורקסיה.
 - בולימיה.

שיעור 3

דיאטת אורז ודיאטת אולגה רז

דיאטת אורז:

- רקע היסטורי.
- עקרונות השיטה.
- הסבר כללי על הגישה.
- יתרונות השיטה.
- מחקרים הקשורים לשיטה.

דיאטת אולגה רז:

- עקרונות הדיאטה.
- שלבי הדיאטה.
- מבנה תפריט לדוגמה.
- יתרונות השיטה.
- חסרונות השיטה.
- מסקנות מקצועיות.

שיעור 4

שיטת אן ויגמור

- רקע על אן ויגמור.
- ההיסטוריה של הגישה.
- תפיסת מקור המחלות לפי השיטה.
- עקרונות התזונה הטבעית.
- שלבי השיטה.
- יתרונות וחסרונות.
- מיץ נבט חיטה.
- מסקנות.



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 5

גישת פרופ' דין אורניש

טיפול תזונתי במחלות:

- לב.
- עורקים.
- מחלות כרוניות.
- סרטן.

נושאים:

- שכיחות הבעיה.
- תפיסה הוליסטית.
- עקרונות תזונת אורניש.
- סדנת אורניש לפתיחת עורקים סתומים.
- אורח חיים ותזונה.
- מסקנות.

שיעור 6

המשך גישת פרופ' דין אורניש

- העמקת הגישה הטיפולית.
- תזונה דלת שומן.
- שינוי הרגלי חיים.
- פעילות גופנית.
- הקשר בין גוף ונפש.
- יישום עקרונות השיטה בטיפול.

שיעור 7

תזונה בריאה לאדם הבוגר

בחינת שלושה מודלים מובילים:

תיאוריית האדם הקדמון:

- מה אכל האדם הקדמון?
- מאפייני התזונה הקדומה.
- מחלות האדם הקדמון.

תזונה ים תיכונית:

- עקרונות התזונה.
- יתרונות בריאותיים.
- מחקרים.

תזונה אסייתית ואוקיאנואה:

- מאפייני השיטה.
- אריכות ימים ובריאות.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 8

דיאטת אטקינס

- רקע והיסטוריה.
- עקרונות השיטה.
- שלבי הדיאטה.
- תפריט לדוגמה.
- מחקרים.
- תופעות לוואי.
- יתרונות.
- חסרונות.
- מסקנות.

שיעור 9

גישות טבעיות להרזיה

- היגיינה טבעית.
- שיטת שלטון.
- שיטת "רזה לתמיד".
- היסטוריה של השיטות.
- יתרונות וחסרונות.
- זמני אכילה לפי השעון הביולוגי.
- תפריטים לדוגמה.

שיעור 10

שיטות נוספות להרזיה

- אכול נכון לפי סוג הדם.
- שיטת קינגסטון.
- צום רפואי.
- אינדקס גליקמי.
- חישוב קלוריות.
- איזון אנרגטי.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 11

יישום מעשי בתזונה להרזיה

- בישול בריא.
- מתכוני בריאות.
- צום רפואי.
- תוספי תזונה.
- תרופות ותוספים לטיפול בעודף משקל.
- התאמת המלצות למטופל.

שיעור 12

סטאז' והצגת עבודות

- הצגת עבודות סטודנטים.
- טיפול מודרך בכיתה.
- ניתוח מקרים.
- בניית תפריטים מותאמים אישית.

שיעור 13

המשך סטאז' ועבודה מעשית

- המשך הצגת עבודות.
- תרגול טיפולי.
- בניית תוכניות תזונה.
- משוב מקצועי.

שיעור 14

סיכום הקורס והכנה למבחן

- חזרה על נושאי הקורס.
- סיכום שיטות ההרזיה המרכזיות.
- דיון מקצועי.
- הכנה למבחן המסכם.

מקורות מומלצים

- ספרי תזונה קלינית.
- מאמרים מדעיים בתחום השמנה ותזונה.
- הנחיות ארגוני בריאות בינלאומיים.
- ספרות מקצועית בתחום התזונה הטבעית.



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

סילבוס קורס תוספי תזונה ואורח חיים בריא - Nutritional Supplements & Healthy Lifestyle

פרטי הקורס

שם הקורס: תוספי תזונה ואורח חיים בריא

תחום לימוד: תזונה טבעית / תזונה קלינית / רפואה משלימה

היקף הקורס: 14 הרצאות

אופי הקורס: שיעורים פרונטאליים בשילוב פעילות מעשית וסדורים מקצועיים

שיטת הוראה:

- הרצאות פרונטאליות.
- דיונים מקצועיים וניתוח מקרים קליניים.
- הכרת מוצרים ותוספים הקיימים בשוק.
- ביקור מקצועי בחברות תוספי תזונה.
- תרגול התאמת תוספים בהתאם לצרכים אישיים ומצב בריאותי.

מבוא לקורס

תחום תוספי התזונה מהווה חלק משמעותי בעולם הבריאות המונעת והרפואה המשלימה. הקורס עוסק בהבנת עולם הוויטמינים, המינרלים, חומצות האמינו, חומצות השומן, הרכיבים הצמחיים ורכיבי תזונה נוספים המשמשים לתמיכה במערכות הגוף השונות. במהלך הקורס ילמדו הסטודנטים כיצד להעריך צורך בתוסף תזונה, להבין מנגנוני ספיגה, זמינות ביולוגית, אינטראקציות בין רכיבים והתאמת תוספים בהתאם למצב בריאותי, גיל ואורח חיים.

מטרת הקורס

תוסף תזונה הוא מוצר המכיל רכיבים תזונתיים כגון:

- ויטמינים.
- מינרלים.
- חומצות אמינו.
- חומצות שומן חיוניות.
- רכיבים צמחיים.
- רכיבי תזונה נוספים.

מטרת התוסף היא לספק לגוף חומרים חיוניים אשר אינם מתקבלים בכמות מספקת באמצעות התזונה בלבד.

במסגרת הקורס הסטודנט ירכוש:

- הכרת מושגי יסוד בעולם תוספי התזונה.
- הבנת מנגנוני ספיגה ומטבוליזם של רכיבי תזונה.
- יכולת הערכת איכות ובטיחות של תוספים.
- הכרת סוגי תוספים ומאפייניהם.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 | ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 | פקס 04-6474466
www.cimcollege.com | www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- יכולת השוואת מוצרים שונים הקיימים בשוק.
- הבנת התאמת תוספים בהתאם לתוצאות בדיקות ותשאול מטופל.
- הכרת מדיניות ותקנים בתחום תוספי התזונה בארץ ובעולם.
- שילוב נכון בין תזונה, אורח חיים ותוספי תזונה.

מטרות לימודיות

- בסיום הקורס הסטודנט יוכל:
- לבצע תשאול בסיסי לצורך התאמת תוספים.
- להבין מינונים והתוויות שימוש.
- לזהות מצבי חוסר ועודף.
- להכיר גורמים המשפיעים על ספיגה וזמינות ביולוגית.
- לבנות המלצות תזונתיות בשילוב תוספים.
- לזהות אינטראקציות אפשריות בין תוספים לתרופות.
- לנתח מקרי טיפול ולהציע גישה תזונתית מתאימה.

חובות הקורס

- נוכחות חובה – 80% מהקורס.
- מעבר מבחן מסכם בציון עובר.
- השתתפות פעילה בדיונים ובתרגולים.

נושאים מרכזיים בקורס

- תוצאות בדיקות מעבדה והתאמת תוספים.
- תשאול מטופל לצורך בניית תוכנית תוספים.
- השוואת מוצרים שונים בשוק.
- גורמים המחלישים או מגבירים ספיגת ויטמינים.
- מטבוליזם של רכיבי תזונה.
- אתרי ספיגה בגוף.
- זמינות ביולוגית וסינרגיה בין רכיבים.
- מנגנון נטילה ואכילה 50/50.
- מקורות תזונתיים טבעיים.
- סוגי קשירה של רכיבי המזון והתאמתם למצב הבריאותי.
- בניית תפריטים בשילוב תוספי תזונה.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

תוכנית לימודים

שיעור 1 – מבוא לעולם תוספי התזונה

נושאים:

• מהו תוסף תזונה?

• צורות מתן:

• כמוסות.

• טבליות.

• אבקות.

• משקאות.

• סוגי תוספי תזונה.

• אתרי ספיגה במערכת העיכול.

• גורמים המשבשים ספיגה במערכת העיכול.

• ארבעת שלבי מחלות חסר:

• ירידה במאגרים.

• הופעת סימני חסר.

• פגיעה בתפקוד הגוף.

• מחלה קלינית.

שיעור 2 – ויטמינים מסיסי שומן

נושאים:

• ויטמינים:

A

D

E

K

• חשיבות נטילה יחד עם מזון המכיל שומן.

• מנגנוני ספיגה במעי.

• השפעת חומציות הקיבה על ספיגה.

• מינונים מומלצים.

• סימני עודף וחוסר.

• חברות מובילות בשוק.

• אינטראקציות עם תרופות והתוויות נגד.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 3 – חומצות שומן אומגה וCoQ10-

נושאים:

• אומגה:

3

6

5

7

• הקשר בין חומצות אומגה ותהליכים דלקתיים בגוף.

• חשיבות הנטילה עם סוגי מזון שונים.

• CoQ10:

• תפקידו בגוף.

• הקשר לאנרגיה תאית.

• מנגנוני ספיגה במערכת העיכול.

• מינונים.

• סימני חוסר ועודף.

• חברות מובילות.

• אינטראקציות עם תרופות.

שיעור 4 – אומגה ופוספוליפידים

נושאים:

• הקשר בין אומגה ופוספוליפידים.

• השפעתם על:

• מערכת העצבים.

• תפקוד המוח.

• אזורי ספיגה בגוף.

• השפעת התזונה על הספיגה.

• מינונים והתאמות טיפוליות.

שיעור 5 – ויטמינים מסיסי מים

נושאים:

• קבוצת הוויטמינים המסיסים במים.

• חשיבות הנטילה עם מזון.

• ספיגה במעי.

• השפעת חומציות הקיבה.

• מינונים.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

• סימני חוסר ועודף.

• אינטראקציות עם תרופות.

שיעור 6 – קומפלקס ויטמיני B

נושאים:

• חשיבות שילוב ויטמיני B יחד.

• תפקידי קבוצת B בגוף.

• ספיגת ויטמין B12:

• גורמי ספיגה.

• בעיות ספיגה.

• ויטמין B17 והדיון סביב שימושים שונים.

• מינונים.

• סימני עודף וחוסר.

שיעור 7 – מינרלים

נושאים:

• חשיבות המינרלים בגוף.

• תחרות ספיגה במעי בין מינרלים.

• אינטראקציות בין סוגי מינרלים.

• סימני חוסר ועודף.

• מינונים והתאמות.

שיעור 8 – מינרלים מרכזיים

נושאים:

• סידן.

• מגנזיום.

• מנגן.

• אבץ.

• ברזל.

כולל:

• תפקידים בגוף.

• ספיגה.

• מינונים.

• מצבי חוסר ועודף.

• התאמה לתרופות.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 | ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 | פקס 04-6474466
www.cimcollege.com | www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 9 – מינרלים נוספים וטיהור הגוף

נושאים:

- יוד.
- נתרן.
- אשלגן.
- מתכות כבדות וסילוקן מהגוף.
- תפקיד הכבד בתהליכי ניקוי רעלים.

שיעור 10 – חומצות אמינו

נושאים:

- מבנה ותפקיד חומצות אמינו.
- מקום הספיגה בגוף.
- תחרות בין חומצות אמינו שונות.
- הקשר בין חומצות אמינו לנוירטרנסמיטורים.
- תמיכה במערכת העצבים באמצעות חומצות אמינו.

שיעור 11 – פרוביוטיקה ואנזימי עיכול

נושאים:

- סוגי פרוביוטיקה.
- מינונים ושימושים.
- מיקום שחרור הכמוסה במעי.
- אנזימי עיכול.
- אנזימים מטבוליים.
- התאמת תוספים למצבים שונים.

כולל:

- תיאורי מקרים קליניים.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 12 – אנטי אוקסידנטים

נושאים:

- עולם נוגדי החמצון.
 - סוגים ומשפחות:
 - ויטמינים.
 - מינרלים.
 - רכיבים צמחיים.
 - תפקידים במצבים בריאותיים מורכבים.
 - מינונים.
 - סימני חוסר ועודף.
 - אינטראקציות עם תרופות.
- כולל:
- תיאורי מקרים.

שיעור 13 – שילוב תזונה ותוספי תזונה

נושאים:

- בניית תוכנית תזונתית בשילוב תוספים.
 - אורח חיים בריא.
 - התאמת תוספים לפי גיל:
 - ילדים.
 - מבוגרים.
 - גיל הזהב.
 - משולש החיים:
 - תזונה.
 - פעילות גופנית.
 - איזון נפשי.
- כולל:
- תיאורי מקרים.

שיעור 14 – סיכום והכנה למבחן

נושאים:

- שילוב תפריטים ותוספי תזונה.
- חזרה על חומר הקורס.
- פתרון שאלות מקצועיות.
- ההכנה למבחן מסכם.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 | ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 | פקס 04-6474466
www.cimcollege.com | www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

הערכה מסכמת

הערכת הסטודנט תתבצע באמצעות:

- מבחן מסכם.
- השתתפות פעילה.
- יכולת ניתוח מקרים והתאמת המלצות תזונתיות.

הערה מקצועית:

הקורס מעניק לסטודנטים בסיס רחב להבנת עולם תוספי התזונה, תוך שילוב בין ידע מדעי, עקרונות תזונה טבעית וכלים מעשיים להתאמת תוספים כחלק מאורח חיים בריא.

התכנית שמורות למכללת CIM

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

סילבוס קורס תזונה אורטומולקולרית שנה ג' – Orthomolecular Nutrition

פרטי הקורס

שם הקורס: תזונה אורטומולקולרית שנה ג'

תחום לימוד: תזונה טבעית / תזונה טיפולית / רפואה משלימה

היקף הקורס: 28 הרצאות

אופי הקורס: שיעורים פרונטאליים בשילוב ניתוח מקרים קליניים והתנסות מקצועית

חובות הקורס

- נוכחות חובה – 80% לפחות מהקורס.
- מעבר מבחנים בציון עובר.
- השתתפות פעילה בדיונים מקצועיים.
- ניתוח מקרים והתאמת תוכניות תזונתיות.

מבוא לקורס

תזונה אורטומולקולרית היא תחום מדעי בתחום התזונה הטבעית, המתמקד בהתאמת רכיבי תזונה חיוניים לגוף האדם במטרה לתמוך בתהליכי איזון, מניעה ושיפור מצב הבריאות. הגישה האורטומולקולרית מבוססת על ההבנה כי לגוף קיימת יכולת ריפוי טבעית, וכי איכות המזון, זמינות רכיבי התזונה, מצב מערכת העיכול, אורח החיים והמצב הנפשי משפיעים באופן משמעותי על הבריאות. חוסר איזון תזונתי, מחסור בוויטמינים ומינרלים, צריכה עודפת של רכיבים מסוימים או תזונה שאינה מותאמת לצורכי האדם עלולים לתרום להתפתחות מצבי חולי שונים. לדוגמה:

- עודף משקל ודיאטות קיצוניות עלולים לגרום לחוסרים תזונתיים.
 - צריכה עודפת של שומנים מהחי עלולה להשפיע על רמות השומנים בדם.
 - ירקות ממשפחת השום והבצל מכילים רכיבים פעילים ונוגדי חמצון התומכים במערכות הגוף.
- במסגרת הקורס ילמדו הסטודנטים את יסודות התזונה בראייה מערבית והוליסטית, תוך התמקדות בהתאמת תזונה למצבים בריאותיים שונים, שילוב מזונות בעלי פעילות טיפולית והכנת תוכניות תזונתיות בקליניקה.

מטרת הקורס

מטרת הקורס היא להקנות לסטודנטים ידע מקצועי בתחום התזונה האורטומולקולרית, תוך שילוב בין מדעי התזונה, הרפואה המערבית והגישה הטבעית. במהלך הקורס ילמדו:

- הקשרים בין תזונה, אורח חיים ומצב בריאותי.
- השפעת מזונות שונים על מערכות הגוף.
- שימוש נכון בתוספי מזון.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- התאמת תזונה למצבים רפואיים שונים.
- מנגנוני מחלה ותהליכי החלמה.
- קשר בין מצב רגשי, סטרס והרגלי אכילה.
- ניתוח מקרים קליניים ובניית תוכניות טיפול.

יעדי למידה

- בסיום הקורס הסטודנט יוכל:
- להבין את עקרונות התזונה האורטומולקולרית.
 - להכיר את מערכות הגוף והשפעת התזונה עליהן.
 - לבצע הערכה תזונתית בסיסית.
 - להתאים המלצות תזונתיות למצבים שונים.
 - לשלב תוספי מזון בהתאם לצורך.
 - לנתח מקרי טיפול ולהציע גישה תזונתית מתאימה.
 - להבין את הקשר בין גוף, נפש ותזונה.

נושאים מרכזיים בקורס

- תוספי מזון, ויטמינים ומינרלים.
- מניעה וטיפול תזונתי במחלות שונות.
- ידע כללי באנטומיה ופיזיולוגיה של גוף האדם.
- מערכת העיכול ואבות המזון.
- תזונה במעגל החיים:
 - הריון.
 - תינוקות.
 - ילדים.
 - נוער.
 - מבוגרים.
 - גיל המעבר.
 - גיל הזהב.
- טיפול תזונתי במחלות:
 - לב וכלי דם.
 - סוכרת.
 - יתר לחץ דם.
 - מערכת החיסון.
- תהליכי השמנה והרזיה.
- תזונה טיפולית.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

• צמחונות וטבעונות.

• מזון אורגני.

• מזונות בעלי פעילות רפואית וצמחי מרפא.

תוכנית לימודים

סמסטר א'

שיעור 1 – מבוא ועקרונות הגישה הטבעית

נושאים:

• מה מייחד את התזונה הטבעית.

• שיטות טיפול בתזונה.

• בניית תפריט בריא.

• כללי אכילה נכונים.

• אורח חיים בריא.

שיעור 2 – התרפיה בתזונה אורטומולקולרית

נושאים:

• עקרונות הטיפול האורטומולקולרי.

• משולש הבריאות:

• תזונה.

• גוף.

• נפש.

• תיקון רקמות.

• סטרס ומנגנוני פעולה בגוף.

שיעור 3 – חומצה ובסיס

נושאים:

• חלוקת מזונות לחומציים ובסיסיים.

• טבלת מזונות והשפעתם על הגוף.

• ההבדל בין תזונה קלינית לתזונה טבעית.

• מחלה ושלבי תהליך הריפוי.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 4 – עקרונות לריפוי טבעי

נושאים:

- תמיכה ביכולת הריפוי הטבעית של הגוף.
- מערכת האדרנל וסטרס.
- תשישות ועייפות.
- מושגי הסתגלות הגוף.

שיעור 5 – סטרס ותזונה

נושאים:

- מה להפחית ומה להוסיף בתפריט.
- מזונות המשפיעים על סטרס.
- ויטמינים ותוספים לתמיכה במצבי עומס.

שיעור 6 – מחלות אוטואימוניות ומערכת העיכול העליונה

נושאים:

- בדיקות דם לאבחון מחלות.
- דלקת חניכיים.
- אפטות.
- הליטוזיס.
- אולקוס.
- בקע.
- צליאק.

כולל:

- התאמת תזונה.
- תוספי מזון ומינרלים.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 7 – מערכת העיכול

נושאים:

- מבנה ותפקידי מערכת העיכול.
- מחלות נפוצות בעולם המערבי:
 - דיברטיקוליטיס.
 - מעי רגז.
 - דרכי טיפול.
 - תזונה טיפולית.
 - תוספי תזונה.
- אזורי ספיגה והתאמה לפי איבר.

שיעור 8 – מערכת העיכול: מחלות דלקתיות

נושאים:

- פרזיטים.
- קרוהן.
- קוליטיס.
- כולל:
- דרכי טיפול.
- התאמת תזונה ותוספים.

שיעור 9 – מערכת העיכול ומצבים נוספים

נושאים:

- טחורים.
- אפנדיציטיס.
- G6PD.
- כולל:
- טיפול תזונתי.
- תוספים.
- התאמת המלצות.

שיעור 10 – מערכת העיכול והכבד

נושאים:

- פנקריאטיטיס.
- ציטוכרום P450.
- מטבוליזם של תרופות ותוספים.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 | ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 | פקס 04-6474466
www.cimcollege.com | www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 11 – חיידק הליקובקטר וצרבת

נושאים:

- הליקובקטר פילורי.
- צרבת.
- כולל:
- מזונות להפחתה.
- מזונות להוספה.
- תוספים מתאימים.

שיעור 12 – הפרעות נוספות במערכת העיכול

נושאים:

- עצירות.
- שלשולים.
- גסטריטיס.
- IBD.
- כולל:
- תזונה.
- תוספים.
- אזורי ספיגה.

שיעור 13 – הכבד

נושאים:

- תפקידי הכבד.
- כבד שומני.
- צירוזיס.
- כולל:
- טיפול תזונתי.
- תוספים.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 14 – מחלות כבד וכיס מרה

נושאים:

- הפטיטיס – ארבעה סוגים.
- אבנים בכיס מרה.
- דלקת בכיס מרה.
- כולל:
- תזונה טיפולית.
- תוספי תזונה.

סמסטר ב'

שיעור 1 – מערכת השתן

נושאים:

- מבנה מערכת השתן.
- תפקידים.
- הבדלים בין גברים לנשים.
- דלקות שתן.
- דלקת כליה חידקית.

שיעור 2 – מערכת השתן: מצבים קליניים

נושאים:

- דלקת כליה ויראלית.
- אי ספיקת כליות.
- אבנים בכליות.
- כולל:
- תיאורי מקרים.

שיעור 3 – מערכת הורמונלית נשית

נושאים:

- תפקוד הורמונלי.
- בעיות פוריות אצל נשים וגברים.
- תזונה ותוספים לתמיכה הורמונלית.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי 1605404 Nazareth | Main Branch ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 4 – מערכת השלד והשרירים

נושאים:

- מבנה ותפקוד מערכת השלד.
- פתולוגיות שריר ושלד.
- הבדלים באבחנה.
- טיפול תזונתי.

שיעור 5 – מחלות מפרקים

נושאים:

- שיגרון.
- מחלות מפרקים כיווניות.
- כולל:
- תזונה.
- תוספי תזונה.

שיעור 6 – מערכת העור

נושאים:

- תפקידי העור.
- גישה מערבית ונטורופתית.
- מחלות:
- פסוריאזיס.
- דלקת עור אטופית.
- אסטמה של העור.

שיעור 7 – פתולוגיות עור

נושאים:

- אקזמה.
- אקנה.
- מחלות אלרגיות.
- כולל:
- תזונה.
- תוספים.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 8 – מחלות עור מורכבות

נושאים:

- מחלות רב מערכתיות.
- מצבים טרום סרטניים.
- סרטן העור.
- מלנומה.
- לימפומה.

שיעור 9 – מערכת קרדיווסקולרית

נושאים:

- אי ספיקת לב.
- לחץ דם נמוך.
- לחץ דם גבוה.

כולל:

- טיפול תזונתי ותוספים.

שיעור 10 – מחלות לב וכלי דם

נושאים:

- דליות ברגליים.
- כולסטרול.
- טריגליצרידים.
- טרשת עורקים.

שיעור 11 – אנמיה

נושאים:

- אנמיה חרמשית.
- אנמיה מחוסר ברזל.
- אנמיה מחוסר:

B12

B9

כולל:

- תזונה.
- תוספים.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 12 – תזונת הריון והנקה

נושאים:

- הכנה ללידה.
- הריון בריא.
- עלייה תקינה במשקל בהריון.
- לידה והנקה.
- תזונת תינוקות.

שיעור 13 – תיאורי מקרים קליניים

נושאים:

- שיטות טיפול.
- התאמת תזונה.
- התאמת תוספים.
- אזורי ספיגה והתאמה לפי תפקיד האיבר.

שיעור 14 – תיאורי מקרים וסיכום הקורס

נושאים:

- ניתוח מקרי טיפול.
- בניית תוכניות תזונתיות.
- חזרה כללית.
- הכנה למבחן.

הערכת מסכמת

הערכת הסטודנט תתבצע באמצעות:

- מבחנים עיוניים.
- השתתפות בשיעורים.
- יכולת ניתוח מקרים והתאמת טיפול תזונתי.

הערה מקצועית:

קורס תזונה אורטומולקולרית שנה ג' מעניק לסטודנט כלים מתקדמים להבנת הקשר בין תזונה, מערכות הגוף, מחלות ואורח חיים, תוך שילוב ידע מדעי עם גישה טיפולית טבעית והכנה לעבודה קלינית בתחום התזונה המשלימה.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

סילבוס קורס - תזונה קלינית שנה ג' – Clinical Nutrition

פרטי הקורס

שם הקורס: תזונה קלינית שנה ג'

תחום לימוד: תזונה קלינית / תזונה טיפולית / רפואה משלימה

היקף הקורס: 14 הרצאות

שעות לימוד: 4.5 שעות שבועיות

אופי הקורס: שיעורים פרונטאליים בשילוב תרגול מקצועי, ניתוח מקרים ויישום קליני

חובות הקורס

- נוכחות חובה – 80% לפחות מהקורס.
- מעבר מבחן מסכם בציון עובר.
- ביצוע תרגיל ניתוח תפריט אישי.
- השתתפות פעילה בדיונים ובתרגולים.

מבוא לקורס

תזונה קלינית היא תחום מדעי העוסק בקשר שבין מזון, גוף האדם, תהליכים פיזיולוגיים ומצבי בריאות וחולי. הקורס מקנה לסטודנטים ידע מעשי ותיאורטי בהבנת יסודות מדע התזונה המערבית, הכרת רכיבי המזון השונים והשפעתם על מערכות הגוף לאורך מעגל החיים. במהלך הקורס ילמדו הסטודנטים כיצד לנתח מצב תזונתי של מטופל, לבצע הערכה תזונתית, להבין בדיקות מעבדה ולבנות המלצות תזונתיות מותאמות אישית בהתאם למצב רפואי, אורח חיים וצרכים אישיים.

מטרות הקורס

מטרת הקורס היא להקנות לסטודנטים כלים מקצועיים להתאמת תוכנית טיפול תזונתית במטרה לשפר את בריאות המטופל ואיכות חייו.

התאמת הטיפול תתבצע תוך התייחסות למספר גורמים:

- מצב רפואי ורקע אישי.
- אבחנות רפואיות.
- בדיקות דם ומדדים קליניים.
- מצב תזונתי.
- הרגלי אכילה.
- אורח חיים וצרכים אישיים.

מטרות לימודיות

בסיום הקורס הסטודנט יוכל:

- להכיר את יסודות מדע התזונה המערבית.
- להבין את תפקידם של רכיבי המזון השונים.
- להכיר את השפעת המזון על תהליכים מטבוליים ופיזיולוגיים.
- לבצע אנמנזה תזונתית מקיפה.
- לנתח תפריטים ולהעריך צריכה תזונתית.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- לפרש בדיקות מעבדה בסיסיות בהקשר תזונתי.
- להתאים המלצות תזונתיות למצבים שונים.
- לנתח מקרים קליניים ולבנות תוכנית טיפול.

נושאים מרכזיים בקורס

• יסודות התזונה הקלינית.

• רכיבי המזון:

- פחמימות.
- חלבונים.
- שומנים.
- ויטמינים.
- מינרלים.

• מטבוליזם ותהליכים פיזיולוגיים.

• הערכה תזונתית.

• הרכב גוף ומדדים אנתרופומטריים.

• תזונה במעגל החיים.

• תזונת ספורט.

• צמחונות וטבעונות.

• ניתוחים בריאטריים.

• תזונה בהריון.

• טיפול תזונתי בסוכרת.

• תזונת הגיל השלישי.

• ניתוח מקרים קליניים.

תוכנית לימודים

שיעור 1 – מבוא לתזונה קלינית והערכה ראשונית

נושאים:

- הכרות עם הסטודנטים ומבנה הקורס.
- מבוא לתזונה קלינית.
- יסודות מדע התזונה המערבית.
- פענוח בדיקות מעבדה בסיסיות.
- איתור מידע חיוני לצורך התאמת טיפול תזונתי למטופל.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 2 – הרכב גוף ומדדים אנתרופומטריים

נושאים:

• הכרת מבנה הגוף והרכב הגוף.

• מדדים אנתרופומטריים:

• משקל.

• גובה.

• BMI.

• אחוזי שומן.

• מסת שריר.

• שיטות מדידה אנתרופומטריות.

• שיטות שקילה מקובלות.

• מדידת היקפים.

תרגול מעשי:

• בדיקת הרכב גוף.

שיעור 3 – אנמנזה תזונתית והתנהגותית

נושאים:

• ביצוע תשאול תזונתי מקיף.

• הרגלי אכילה והתנהגות תזונתית.

• פירוט המזונות הנצרכים במהלך היום.

• חישוב צריכה:

• קלוריות.

• חלבונים.

• פחמימות.

• שומנים.

• ויטמינים.

• מינרלים.

שיעור 4 – תרגול אנמנזה תזונתית

נושאים:

• ביצוע אנמנזה תזונתית מלאה.

• ניתוח הרגלי אכילה.

• איתור חסרים תזונתיים.

• בניית תמונת מצב תזונתית.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 5 – צמחונות וטבעונות

נושאים:

- סוגי תזונה צמחונית וטבעונית.
- יתרונות וחסרונות.
- חסרים תזונתיים אפשריים:
 - חלבון.
 - ברזל.
 - B12.
 - סידן.
 - אומגה 3.
- התאמת תוספים.
- צמחונות בקרב ספורטאים.

שיעור 6 – תזונת ספורט

נושאים:

- מבוא לתזונת ספורט.
- דרישות תזונתיות לספורטאים:
 - אנרגיה.
 - מאקרונוטריאנטים.
 - מיקרונוטריאנטים.
 - נוזלים.
- תזונה:
 - לפני אימון.
 - במהלך אימון.
 - לאחר אימון.
- תוספים לספורטאים.
- תהליכי התאוששות.

שיעור 7 – ניתוחים בריאטריים בהשמנה

נושאים:

- סוגי ניתוחים בריאטריים.
 - התאמת סוג הניתוח למטופל.
 - הכנה תזונתית לפני ניתוח.
 - מערך טיפול תזונתי לאחר הניתוח.
- כולל:

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- דיאטה רב-שלבית.
- הרכב תזונה לאחר ניתוח.
- תוספי תזונה.
- תסמינים נפוצים ודרכי התמודדות.

שיעור 8 – תזונה בהריון

נושאים:

- שינויים תזונתיים בהריון.
- עלייה תקינה במשקל בתקופת ההריון.
- התאמת כמויות מזון.
- צרכים תזונתיים מיוחדים.
- תוספי תזונה מומלצים בהריון.

שיעור 9 – תזונה בהריון: אוכלוסיות מיוחדות

נושאים:

- טבעונות בהריון.
- הריון לאחר ניתוחים בריאטריים.
- הריון תאומים.
- סוכרת הריון.

תרגול:

- הנחיית נשים בהריון והתאמת המלצות תזונתיות.

שיעור 10 – טיפול תזונתי במחלת הסוכרת

נושאים:

- התסמונת המטבולית.
- טרומ סוכרת.
- סוכרת סוג 1.
- סוכרת סוג 2.

כולל:

- קווים מנחים לטיפול תזונתי.
- איזון רמות סוכר.
- התאמת תפריט אישי.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור 11 – תזונה קשישים

נושאים:

- מאפייני תזונה בגיל השלישי.
- הרגלי אכילה בגיל מבוגר.
- תת תזונה בקרב קשישים.
- גורמים המשפיעים על צריכת מזון.
- עקרונות תזונה בריאה בגיל הזהב.

שיעור 12 – המשך תזונה קשישים

נושאים:

- תוספי תזונה מומלצים בגיל השלישי.
- השפעת תרופות על:
 - ספיגת מזונות.
 - ניצול רכיבי תזונה.
- התאמת תפריט אישי.

שיעור 13 – תיאורי מקרה תזונתיים

נושאים:

- ניתוח מקרים קליניים.
 - פענוח בדיקות מעבדה.
 - בניית המלצות תזונתיות.
- עבודה קבוצתית בביתה:**
- הצגת מקרים ודיון מקצועי.

שיעור 14 – סיכום הקורס והכנה למבחן

נושאים:

- תיאורי מקרה תזונתיים.
- שאלות פתוחות ודיון מקצועי.
- חזרה כללית על חומר הקורס.
- הכנה למבחן מסכם.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

דרכי הערכה

הערכת הסטודנט תתבצע באמצעות:

- מבחן מסכם.
- תרגיל ניתוח תפריט.
- השתתפות פעילה בשיעורים.
- יכולת ניתוח מקרים והתאמת המלצות תזונתיות.

הערה מקצועית

קורס **תזונה קלינית שנה ג'** מעניק לסטודנטים כלים מתקדמים להבנת מדע התזונה המערבית וליישום עקרונות תזונתיים בטיפול באוכלוסיות שונות. הקורס משלב ידע תאורטי עם כלים מעשיים להערכה תזונתית, ניתוח מקרים והתאמת תוכניות תזונה אישיות בהתאם לצרכים הבריאותיים של המטופל.

התמחות שמורות למכללת CIM

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

סילבוס קורס – בדיקות מעבדה קליניות ופענוח תוצאות - שנה ג'

היקף הקורס:

14 מפגשים | 4.5 שעות אקדמיות לכל מפגש

אופי הקורס:

- הרצאות פרונטליות
- ניתוח ופענוח בדיקות מעבדה
- למידה מבוססת מקרים קליניים (Case Studies)
- תרגול קבוצתי ודיונים מקצועיים
- הדגמות של דו"חות מעבדה אמיתיים (לצורכי לימוד)
- שילוב ידע רפואי עם קבלת החלטות טיפוליות

תיאור הקורס

בדיקות המעבדה מהוות כלי מרכזי ברפואה המודרנית ובתחום הרפואה המשלימה לצורך אבחון, מעקב והערכת מצבם הבריאותי של מטופלים. קורס זה מקנה לסטודנטים ידע מעמיק בקריאת תוצאות בדיקות מעבדה, הבנת משמעותם של ערכי הנורמה והערכים הפתולוגיים, זיהוי חריגות והסקת מסקנות קליניות לצורך התאמת תוכנית טיפול מיטבית. במהלך הקורס יילמדו מגוון רחב של בדיקות מעבדה ובדיקות עזר, לרבות בדיקות דם, בדיקות שתן, תרבויות, בדיקות הורמונליות, בדיקות הדמיה בסיסיות כגון אולטרה-סאונד ובדיקות נוספות הנפוצות ברפואה הקלינית. הקורס משלב ידע עיוני עם ניתוח מקרים רפואיים ופענוח בדיקות אמיתיות, תוך פיתוח חשיבה קלינית מבוססת ראיות (Evidence-Based Practice).

מטרות הקורס

בסיום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

- להבין את חשיבות בדיקות המעבדה בתהליך האבחון.
- לקרוא ולהבין דו"חות מעבדה בצורה מקצועית.
- לזהות ערכי נורמה לעומת ערכים פתולוגיים.
- להבין את משמעותם הקלינית של ממצאי המעבדה.
- להצליב בין נתוני המעבדה לבין מצבו הקליני של המטופל.
- לזהות אינדיקציות להמשך בירור רפואי.
- להבין את תרומת בדיקות המעבדה בבניית תוכנית טיפול.
- להכיר את מגבלות בדיקות המעבדה ואת חשיבות ההקשר הקליני.
- לפתח חשיבה ביקורתית בעת ניתוח תוצאות מעבדה.

הקורס מועבר בשילוב רופא בעל ניסיון קליני רב, המקנה לסטודנטים ידע רפואי עדכני, כלים מקצועיים לקריאת בדיקות, זיהוי אינדיקציות קליניות והבנת משמעות הממצאים לצורך קבלת החלטות טיפוליות מושכלות.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

תוצרי למידה (Learning Outcomes)

עם סיום הקורס יוכל הסטודנט:

- לזהות חריגות בבדיקות דם ומעבדה.
- לפרש בדיקות מעבדה נפוצות.
- להבין את הקשר בין תוצאות המעבדה לבין מחלות שונות.
- להעריך מצב דלקתי, מטבולי, הורמונלי ותפקודי.
- להציע כיווני אבחון ראשוניים בהתאם לממצאים.
- לשלב מידע ממספר בדיקות לצורך הערכה קלינית רחבה.

דרכי הוראה

- הרצאות פרונטליות
- מצגות מקצועיות
- ניתוח דוגמאות אמיתיות של בדיקות מעבדה
- למידה מבוססת מקרים (Case Based Learning)
- דיונים קליניים
- תרגול קבוצתי
- שאלות מסכמות בסיום כל יחידת לימוד

חובות הקורס

- נוכחות של לפחות **80%** מהמפגשים.
- השתתפות פעילה בדיונים ובתרגולים.
- פענוח בדיקות מעבדה במהלך הקורס.
- עמידה בדרישות האקדמיות של המכללה.
- מבחן מסכם.

דרכי הערכה

משקל	מרכיב ההערכה
20%	השתתפות מקצועית ותרגולים
20%	פענוח מקרה קליני במהלך הקורס
60%	מבחן מסכם

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 | ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 | פקס 04-6474466
www.cimcollege.com | www.cim.org.il

מהלך הקורס

שיעור	נושאי הלימוד
1	מבוא לבדיקות מעבדה. חשיבות הבדיקות באבחון רפואי. סקירת סוגי הבדיקות: בדיקות דם, שתן, אולטרה-סאונד, בדיקות זרע, תרבויות דם ושתן. מבוא לערכי נורמה ולפענוח בסיסי.
2	מבנה הדם ומרכיביו. מבוא לספירת דם (CBC) משמעות קלינית של חריגות. תרגול פענוח בדיקות בכיתה.
3	כימיה של הדם. אלקטרוליטים (נתרן, אשלגן, כלור, סידן, מגנזיום), מאזן נוזלים והפרעות מטבוליות.
4	הורמונים, ויטמינים ומינרלים. חסרים תזונתיים והשפעתם על הגוף. משמעות ערכים חריגים.
5	תפקודי כבד. אנזימי כבד (ALT, AST, ALP, GGT), בילירובין, אלבומין ומשמעותם באבחון מחלות כבד.
6	תפקודי כליות. קריאטינין, אוריאה, eGFR, חלבון בשתן, ממצאים במחלות כליה.
7	מערכת הקרישה. PT, PTT, INR. פיברינוגן. משמעות קלינית, הפרעות קרישה ותרגול פענוח.
8	הורמוני בלוטת התריס. TSH, FT3, FT4. אבחון תת-פעילות ויתר-פעילות של בלוטת התריס.
9	תרבויות דם ושתן. זיהומים חיידקיים, רגישות לאנטיביוטיקה, משמעות קלינית של תוצאות התרבויות.
10	מערכת העיכול. אנזימי לבלב (עמילאז, ליפאז), בדיקות צואה, תרבויות, בדיקות ספיגה ומשמעותן.
11	בדיקות מעבדה באבחון מחלות: סוכרת, תהליכים דלקתיים, זיהומים, שחמת הכבד, מחלות כרוניות ומחלות אוטואימוניות.
12	בדיקות מעבדה באיסופיקת לב, איסופיקת כליות ואיסופיקת כבד. ניתוח מקרים קליניים ותרגול מעשי.
13	פרופיל שומנים. כולסטרול, HDL, LDL, טריגליצרידים. הערכת סיכון קרדיווסקולרי. פענוח בדיקות מעבדה מורכבות בכיתה.
14	סיכום הקורס. חזרה על נושאי הלימוד. אינטגרציה בין כלל הבדיקות. שאלות פתוחות, תרגול מסכם והכנה למבחן.

ציוד לימודי מומלץ

- מצגות הקורס.
- ערכות תרגול של בדיקות מעבדה.
- מחשבון רפואי (לפי הצורך).
- טבלאות ערכי נורמה מעודכנות.
- חומרי קריאה שיחולקו במהלך הסמסטר.

ביבליוגרפיה מומלצת: ספרי יסוד

- Henry's Clinical Diagnosis and Management by Laboratory Methods.
- Tietz Fundamentals of Clinical Chemistry and Molecular Diagnostics.
- Wallach's Interpretation of Diagnostic Tests.



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

מקורות משלימים

- הנחיות משרד הבריאות.
- מאגרי PubMed.
- UpToDate לקריאה מודרכת.
- ClinicalKey ומאגרי מידע רפואיים עדכניים.

דגשים מקצועיים במהלך הקורס יושם דגש על:

- פיתוח חשיבה קלינית.
- אינטגרציה בין ממצאי המעבדה לבין תמונת המטופל.
- קריאה ביקורתית של תוצאות מעבדה.
- זיהוי מצבי חירום רפואיים.
- התאמת המשך בירור והפניה רפואית בעת הצורך.
- שימוש מושכל במידע מעבדתי כחלק מתהליך קבלת החלטות טיפוליות.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

סילבוס קורס – צמחי מרפא ג' - (Herbal Medicine III) - שנה ג'

פרטי הקורס

שם הקורס: צמחי מרפא ג' (Herbal Medicine III)

שנת לימוד: שנה ג'

היקף הקורס:

- 28 מפגשים
- 4.5 שעות אקדמיות לכל מפגש

אופי הקורס

- הרצאות פרונטליות
- שיעורים מעשיים
- סיורים מקצועיים בשטח
- סיורים בחנויות טבע ובבתי מרקחת טבעיים
- מעבדות להכנת תכשירים צמחיים
- למידה מבוססת מקרים (Case Studies)
- דיונים מקצועיים וסקירת מחקרים עדכניים

תיאור הקורס

קורס צמחי מרפא ג' מהווה המשך ישיר ללימודי רפואת הצמחים ומעמיק את הידע בבוטניקה רפואית, הרבולוגיה קלינית (Clinical Herbal Medicine), הכרת הצמחים והשימוש הקליני בהם. הקורס עוסק בחומרים הפעילים המצויים בצמחי המרפא, מנגנוני הפעולה שלהם, פרמקוקינטיקה, פרמקודינמיקה, אינדיקציות, התוויות נגד, (Contraindications) תופעות לוואי, אינטראקציות בין צמחי מרפא לתרופות קונבנציונליות, מינונים טיפוליים והכנת פורמולות מקצועיות. במהלך הקורס ילמדו הסטודנטים לזהות צמחי מרפא בטבע, להכין מגוון תכשירים צמחיים ולהתאים טיפול למחלות כרוניות בהתאם לעקרונות רפואת הצמחים המודרנית והרפואה מבוססת הראיות. (Evidence-Based Herbal Medicine)

מטרות הקורס

בסיום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

- להכיר לעומק עשרות צמחי מרפא מרכזיים.
- להבין את הבוטניקה והטקסונומיה של צמחי המרפא.
- לזהות את החומרים הפעילים ואת מנגנוני פעולתם.
- להבין פרמקוקינטיקה ופרמקודינמיקה של צמחי מרפא.
- להתאים צמחי מרפא למצבים קליניים שונים.
- להכיר אינדיקציות והתוויות נגד.
- לזהות אינטראקציות בין צמחי מרפא לתרופות.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

- להכין פורמולות ותכשירים צמחיים.
- להעניק ייעוץ מקצועי במחלות כרוניות.
- לזהות צמחי מרפא בשטח ולהכיר את תנאי גידולם.

תוצרי למידה (Learning Outcomes)

עם סיום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

- לזהות ולהגדיר קבוצות פרמקולוגיות של צמחי מרפא.
- להסביר את מנגנון הפעולה של הצמחים המרכזיים.
- להתאים מינונים וצורות מתן.
- להכין קרמים, טינקטורות, כמוסות, חליטות, סירופים, משחות וסבונים.
- לנתח תיאורי מקרה ולבנות פורמולות טיפוליות.
- להעריך בטיחות טיפולית ואינטראקציות עם תרופות.
- להשתמש במקורות מידע מדעיים לצורך בחירת טיפול.

דרכי הוראה

- הרצאות פרונטליות
- מעבדות להכנת תכשירים
- סיורים מקצועיים
- הדגמות מעשיות
- תרגול קבוצתי
- ניתוח מקרי בוחן
- קריאת מאמרים מקצועיים
- הצגת מונוגרפיות של צמחי מרפא

חובות הקורס

- נוכחות של לפחות 80% מהמפגשים.
- השתתפות בשני סיורי חובה.
- השתתפות במעבדות ובהתנסות המעשית.
- הגשת מטלות בהתאם להנחיות המרצה.
- עמידה במבחן המסכם.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

דרכי הערכה

מרכיב ההערכה	משקל
השתתפות מקצועית ומעבדות	20%
עבודות, מונוגרפיות ותיאורי מקרה	20%
סיורים והתנסות מעשית	20%
מבחן מסכם	40%

תוכן הקורס

- הרבולוגיה קלינית.
- קבוצות פרמקולוגיות של צמחי מרפא.
- עקרונות בניית פורמולות צמחיות.
- הכרת החומרים הפעילים בצמחים.
- פרמקוקינטיקה ופרמקודינמיקה.
- מינונים וצורות מתן.
- אינדיקציות והתוויות נגד.
- אינטראקציות עם תרופות קונבנציונליות.
- זיהוי צמחי מרפא בשטח.
- הכנת תכשירים צמחיים.
- טיפול במחלות כרוניות באמצעות רפואת צמחים.

סמסטר א'

שיעור	נושאי הלימוד
1	קבוצות צמחי מרפא: טוניקים, נוגדי גרד, נוגדי טסיות (Antiplatelets), אנטי-ספזמודיים. חומרים פעילים – גליקוזידים. הכרת הצמחים: גת, דבקה ודבקון.
2	קבוצות צמחים: אנטיספטיים, צמחי מרפא לשיער. הכרת הצמחים: דרדר, הממליס והרפגו. (Devil's Claw)
3	תיאורי מקרה. סיור להכרת צמחי מרפא בטבע, זיהוי בוטני ותנאי גידול.
4	קבוצות צמחים: אנלגטיים, היפוטנסיביים. הכרת ולריאנה, זוטה וזית. מחלת האוסטאופורוזיס.
5	תכשירים מסחריים, הערכת איכות, תקינה ומינונים. טיפול בצמחי מרפא באסתמה ובאוסטאופורוזיס.
6	קבוצות צמחים: פרוטאוליטיים, קרבוקסילטים. הכרת זגגביל, זקן תירס וחומעה. טיפול באסתמה.
7	בוטניקה של צמחי מרפא. הפרעות שינה. מוצרי כוורת (פרופוליס, דבש, מזון מלכות).

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור	נושאי הלימוד
8	סיוור מקצועי בבתי טבע ובתי מרקחת טבעיים. היכרות עם תכשירים מסחריים ובקרת איכות.
9	קבוצות צמחים: סדטיביים וסטימולנטים. הכרת חותם הזהב, חסה וחלמית. טיפול בסינוסיטיס.
10	קבוצות צמחים: מוצילגים ואפריטיפים. הכרת טיון, טיליה וילקוט הרועים. טיפול באקזמה.
11	קבוצות צמחים: אפרודיזיאקים ואנטי-אפרודיזיאקים. הכרת כובע הנזיר, כורכום וכשות. טיפול בגלאוקומה.
12	חומרים פעילים – אלקלואידים. הכרת לואיזה, לחך ולימונית. טיפול בדיכאון.
13	הכרת לענה, לפה ומורן. טיפול בדלקות עיניים.
14	חומרים פעילים – איזופרנאידים. סיכום יחידת הלימוד ותרגול.

סמסטר ב'

שיעור	נושאי הלימוד
1	הכרת מליסה, מנטה ומרווה. חומרים פעילים. טיפול בדלקות בדרכי השתן.
2	הכרת נטופית, נענע ונפית. נוגדי חמצון. (Antioxidants) טיפול בהגדלה שפירה של הערמונית. (BPH)
3	הכרת סכיזנדרה, סמבוק וסנה. אינטראקציות בין תרופות לצמחי מרפא. טיפול בתת-פעילות בלוטת התריס.
4	הכרת סקוטלריה, סרפד ועוזרר. אינטראקציות בין תרופות לצמחים. טיפול בהפטיטיס.
5	הכרת ענבי הדוב, ערבה ופטל. טיפול באנמיה ובמחלות דם.
6	הכרת פטרוזיליה, פיגם ופיליפנדולה. טיפול בטחורים.
7	הכרת פרג, פרע (St. John's Wort) וציפורן. טיפול בטריגליצרידים והפרעות שומנים.
8	הכרת ציפורני החתול, צתרה וקאווא-קאווא. טיפול בטרשת נפוצה. תיאורי מקרה.
9	הכרת קוהוש שחור, קומפרי וקורנית. טיפול בטרשת עורקים.
10	הכרת קינמון, קיסוס וקינרס (ארטישוק). טיפול ביתר לחץ דם. תיאורי מקרה.
11	הכרת ראשי, רוזמרין וריחן. טיפול בכאבי ראש. תיאורי מקרה.
12	הכרת שבטבט, שום ושומר. טיפול בכיבים במערכת העיכול. תיאורי מקרה.
13	חומרים פעילים: לוטאין, קפאין, תהילים (פלבונואידים) וחומרים נרקוטיים. השפעות פרמקולוגיות ובטיחות השימוש.
14	המשך חומרים פעילים. אינטגרציה בין קבוצות הצמחים, חזרה מקיפה והכנה למבחן המסכם.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

ביבליוגרפיה מומלצת

ספרות חובה

- Hoffmann, D. *Medical Herbalism – The Science and Practice of Herbal Medicine*.
- Bone, K., & Mills, S. *Principles and Practice of Phytotherapy*.
- Chevallier, A. *Encyclopedia of Herbal Medicine*.
- Braun, L., & Cohen, M. *Herbs & Natural Supplements*.
- ESCOP Monographs.
- Commission E Monographs.

מקורות משלימים

- PubMed.
- Natural Medicines Database.
- NCCIH.
- WHO Monographs on Selected Medicinal Plants.
- Cochrane Library.

דגשים מקצועיים - במהלך הקורס יושם דגש על:

- זיהוי והכרת צמחי מרפא בשטח.
- שימוש בטוח ואחראי בצמחי מרפא.
- אינטראקציות בין צמחים לתרופות.
- התאמת פורמולות מקצועיות למטופל.
- הכנת תכשירים צמחיים ברמה מקצועית.
- קריאה ביקורתית של מחקרים בתחום רפואת הצמחים.
- שילוב ידע מסורתי עם רפואת צמחים מודרנית.
- פיתוח חשיבה קלינית וקבלת החלטות טיפוליות.
- עבודה בהתאם לכללי האתיקה המקצועית והבטיחות הטיפולית.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 | ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 | פקס 04-6474466
www.cimcollege.com | www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

סילבוס קורס – שיטות הרזיה ותזונה טיפולית מתקדמת - שנה ג'

היקף הקורס:

- 14 הרצאות
- 4.5 שעות אקדמיות לכל מפגש

אופי הקורס

- שיעורים פרונטליים
- סטאז' (התמחות מעשית) מודרך
- תרגול קליני בכיתה
- בניית תוכניות תזונה
- ניתוח מקרים של מטופלים עם עודף משקל
- דיונים מקצועיים ושילוב גישות תזונתיות שונות

תיאור הקורס

קורס **שיטות הרזיה ותזונה טיפולית מתקדמת** נועד להקנות לסטודנטים ידע רחב ומעמיק בתחום הטיפול בעודף משקל, השמנה ושינוי אורח חיים. הקורס מציג גישות שונות להרזיה ולתזונה בריאה מרחבי העולם, תוך בחינת העקרונות המדעיים, היתרונות, החסרונות והיישומים הקליניים של כל שיטה. במהלך הקורס ילמדו הסטודנטים להכיר מודלים תזונתיים שונים, להבין את הגורמים הפיזיולוגיים, הפסיכולוגיים והחברתיים להשמנה, ולפתח יכולת טיפולית מתקדמת הכוללת בניית תפריטים אישיים, שינוי הרגלי אכילה, התאמת פעילות גופנית ושילוב כלים התנהגותיים. הקורס משלב ידע תאורטי עם סטאז' מודרך, ניתוח מקרים קליניים ותרגול בניית תוכניות טיפול לאנשים הסובלים מעודף משקל והשמנה.

מטרות הקורס

בסיום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

- להכיר שיטות תזונה והרזיה מרכזיות בעולם.
- להבין את מנגנוני ההשמנה והגורמים המשפיעים עליה.
- להכיר גישות טיפול שונות להפחתת משקל.
- לפתח מיומנויות טיפול באדם הסובל מעודף משקל.
- לבנות תוכניות תזונה מותאמות אישית.
- להבין את הקשר בין רגשות, התנהגות ואכילה.
- להכיר שיטות לשינוי אורח חיים והרגלים.
- להעריך יתרונות וחסרונות של דיאטות שונות.
- לשלב עקרונות תזונה, פעילות גופנית ותמיכה התנהגותית.
- לפתח גישה הוליסטית לטיפול בהשמנה.



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

תוצרי למידה (Learning Outcomes)

עם סיום הקורס הסטודנט יוכל:

- לבצע הערכה ראשונית של אדם בעל עודף משקל.
- לזהות גורמים פיזיולוגיים, סביבתיים ונפשיים להשמנה.
- להשתמש בכלי מדידה להערכת הרכב גוף.
- להסביר עקרונות של שיטות הרזיה שונות.
- לבנות תפריטים טיפוליים בהתאם לצרכים אישיים.
- להתאים המלצות תזונתיות למצבים בריאותיים שונים.
- לנהל תהליך שינוי הרגלים לאורך זמן.
- לבצע טיפול מודרך במסגרת סטאז' קליני.

דרכי הוראה

- הרצאות פרונטליות
- מצגות מקצועיות
- ניתוח מחקרים
- דיונים קבוצתיים
- תרגול בניית תפריטים
- סטאז' מודרך
- סימולציות טיפול
- הצגת עבודות סטודנטים
- ניתוח מקרי בוחן

חובות הקורס

- נוכחות חובה של לפחות 80% מהקורס.
- השתתפות בסטאז' המודרך.
- ביצוע תרגילים מעשיים.
- בניית תוכנית תזונתית למקרה קליני.
- הצגת עבודה בכיתה.
- ציון עובר במבחן המסכם.

דרכי הערכה

משקל	מרכיב הערכה
20%	השתתפות ותרגול מעשי
30%	עבודת סטאז' וניתוח מקרה
50%	מבחן מסכם

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

תוכן הקורס

הקורס כולל:

- השמנה והשלכותיה הבריאותיות.
- הערכת הרכב גוף ומדדי השמנה.
- גורמים להשמנה: פיזיולוגיים, נפשיים וסביבתיים.
- שינוי אורח חיים.
- בניית תפריטים להרזיה.
- אינדקס גליקמי.
- פעילות גופנית והשפעתה על משקל הגוף.
- שיטות תזונה והרזיה שונות.
- תזונה הוליסטית.
- צום רפואי.
- תוספים ותמיכה טבעית בתהליך ההרזיה.
- טיפול התנהגותי ושינוי הרגלים.

מהלך הקורס

שיעור	נושאי הלימוד
1	השמנה – מבוא והיבטים קליניים : רקע כללי, אפידימיולוגיה, פיזיולוגיה והשלכות בריאותיות. סוגי השמנה, גורמים להשמנה, גורמים נפשיים, סוציו-אקונומיים והתפתחותיים. מדידת הרכב גוף, השמנה ותורשה, הפחתת משקל, שינוי אורח חיים, בניית תפריטים, אינדקס גליקמי והקשר בין פעילות גופנית לעודף משקל.
2	גישות תזונה והרזיה מיוחדות : גישה הוליסטית לאדם המתמודד עם עודף משקל. שינוי הרגלי אכילה, הקשר בין רגש לאוכל, הפרעות אכילה – אנורקסיה ובולימיה.
3	דיאטת אורז ודיאטת אולגה רז : רקע והיסטוריה, עקרונות השיטות, שלבי התהליך, תפריטים לדוגמה, יתרונות, חסרונות ומסקנות קליניות.
4	שיטת אן ויגמור : רקע על אן ויגמור, תפיסת הבריאות לפי השיטה, גורמי מחלה לפי הגישה, עקרונות השיטה, שלבים, יתרונות וחסרונות, מיץ נבט חיטה ומסקנות.
5	גישת פרופ' דין אורניש : טיפול תזונתי במחלות לב, טרשת עורקים וסרטן. תפיסה הוליסטית, עקרונות התזונה, שינוי אורח חיים ומסקנות.
6	המשך גישת אורניש : העמקה בתוכנית הטיפול, מחקרים קליניים, יישום עקרונות התזונה במצבים כרוניים.
7	תזונה בריאה לאדם הבוגר : בחינת מודלים מובילים – תזונת האדם הקדמון (Paleo), תזונה ים תיכונית, תזונה אסייתית ותזונת אוקיאנווה. השוואה בין מודלים תזונתיים.
8	דיאטת אטקינס : רקע והיסטוריה, עקרונות השיטה, תפריט לדוגמה, מחקרים, תופעות לוואי, יתרונות, חסרונות ומסקנות.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור	נושאי הלימוד
9	גישות טבעיות להרזיה: היגיינה טבעית, שיטת שלטון, "רזה לתמיד". היסטוריה, עקרונות, יתרונות וחסרונות, זמני אכילה לפי השעון הביולוגי ותפריטים לדוגמה.
10	גישות תזונתיות נוספות: אכול נכון לפי סוג הדם, שיטת קינגסטון, צום רפואי, אינדקס גליקמי וחישוב קלוריות.
11	יישום מעשי: ביטול בריא, מתכוני בריאות, צום רפואי, תרופות ותוספים המשמשים כתמיכה בתהליך ירידה במשקל.
12	סטאד' וטיפול בכיתה: הצגת עבודות, ניתוח מקרים, בניית תפריטים אישיים והתנסות טיפולית מודרכת.
13	המשך סטאד' קליני: הצגת עבודות, טיפול בכיתה, התאמת תוכניות תזונה ומעקב אחר תהליכי שינוי.
14	סיכום הקורס: אינטגרציה בין השיטות השונות, חזרה על נושאי הקורס, שאלות והכנה למבחן המסכם.

ביבליוגרפיה מומלצת

ספרות מקצועית

- Willett, W. Eat, Drink, and Be Healthy: The Harvard Medical School Guide to Healthy Eating.
- Ornish, D. Program for Reversing Heart Disease.
- Atkins, R. Dr. Atkins' New Diet Revolution.
- Cordain, L. The Paleo Diet.
- Campbell, T. C. The China Study.
- Nestle, M. Food Politics.

מקורות משלימים

- מאגרי. PubMed.
- מאגרי מחקרים בתחום התזונה.
- הנחיות ארגוני בריאות בינלאומיים.
- ספרות עדכנית בתחום השמנה, מטבוליזם ושינוי אורח חיים.

דגשים מקצועיים

במהלך הקורס יושם דגש על:

- טיפול אישי ומותאם למטופל.
- הבנת השמנה כתהליך רב-מערכתי.
- שילוב גוף-נפש בתהליך הירידה במשקל.
- בניית תוכניות תזונה מעשיות.
- שינוי הרגלים לאורך זמן.
- שימוש ביקורתי בשיטות דיאטה שונות.
- התאמת המלצות תזונתיות בהתאם למצב בריאותי.
- פיתוח מיומנויות טיפול וייעוץ בתחום ההרזיה.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il



College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

סילבוס קורס – תזונה קלינית מתקדמת - שנה ג'

היקף הקורס:

- 14 הרצאות
- 4.5 שעות אקדמיות לכל מפגש

אופי הקורס

- שיעורים פרונטליים
- תרגול ניתוח תפריטים
- ניתוח מקרים קליניים
- תרגול הערכת מצב תזונתי
- דיונים מקצועיים
- יישום עקרונות תזונה קלינית בהתאמת תוכניות טיפול

תיאור הקורס

קורס **תזונה קלינית מתקדמת** מקנה לסטודנטים ידע מקצועי ביסודות מדע התזונה המערבית וביישומם הקליני לצורך הערכה, מניעה וטיפול תזונתי במצבי בריאות וחולי. הקורס עוסק בהבנת רכיבי המזון השונים, תפקידם במטבוליזם, השפעתם על מערכות הגוף ותהליכים פיזיולוגיים לאורך מעגל החיים. במהלך הקורס ילמדו הסטודנטים לבצע הערכה תזונתית מקיפה הכוללת אנמנזה תזונתית והתנהגותית, ניתוח בדיקות מעבדה, הערכת הרכב גוף, חישוב צריכה תזונתית והתאמת תוכנית טיפול אישית בהתאם למצבו הרפואי, לצרכיו ולמטרותיו של המטופל. הקורס משלב ידע תאורטי עם תרגול מעשי של בניית תפריטים, קריאת תוויות מזון, התאמת המלצות תזונתיות לאוכלוסיות מיוחדות והתמודדות עם מצבים קליניים נפוצים.

מטרות הקורס

בסיום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

- להבין את יסודות מדע התזונה הקלינית.
- להכיר את מרכיבי המזון והשפעתם על גוף האדם.
- לבצע הערכה תזונתית מקיפה למטופל.
- לנתח בדיקות מעבדה לצורך התאמת טיפול תזונתי.
- להעריך הרכב גוף ומדדים אנתרופומטריים.
- לבנות תוכניות תזונתיות מותאמות אישית.
- להתאים תזונה למצבים מיוחדים כגון היריון, ספורט, טבעונות וניתוחים בריאטריים.
- לשפר את איכות חייו ובריאותו של המטופל באמצעות תזונה מותאמת.
- להבין את הקשר בין תזונה, מניעה וטיפול במחלות כרוניות.

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

תוצרי למידה (Learning Outcomes)

עם סיום הקורס הסטודנט יוכל:

- לבצע אנמנזה תזונתית מקצועית.
- לחשב צריכת קלוריות ומאקרונוטריאנטים.
- להעריך צריכת ויטמינים ומינרלים.
- לבצע ניתוח תפריט קיים.
- לזהות חסרים תזונתיים אפשריים.
- לפרש מדדים אנתרופומטריים בסיסיים.
- לקרוא ולהבין סימון תזונתי על גבי מוצרי מזון.
- לבנות תפריט בהתאם למטרות טיפוליות.
- להתאים המלצות תזונתיות לאוכלוסיות שונות.

דרכי הוראה

- הרצאות פרונטליות
- מצגות מקצועיות
- ניתוח מקרים קליניים
- תרגול חישובים תזונתיים
- עבודה עם טבלאות תזונתיות
- תרגול בניית תפריטים
- דיונים קבוצתיים
- הצגת עבודות סטודנטים

חובות הקורס

- נוכחות חובה של לפחות **80%** מהמפגשים.
- השתתפות בתרגולים.
- ביצוע תרגיל ניתוח תפריט.
- הגשת מטלות בהתאם לדרישות המרצה.
- ציון עובר במבחן המסכם.

דרכי הערכה

משקל	מרכיב ההערכה
20%	השתתפות ותרגול בכיתה
30%	תרגיל ניתוח תפריט
50%	מבחן מסכם

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

תוכן הקורס

הקורס כולל:

- מבוא לתזונה קלינית.
- הערכת מצב תזונתי.
- פענוח בדיקות מעבדה.
- הרכב גוף ומדדים אנתרופומטריים.
- אנמנזה תזונתית והתנהגותית.
- חישוב צריכת אנרגיה ורכיבי תזונה.
- ערכי ייחוס תזונתיים (DRI).
- קריאת תוויות מזון.
- תזונת ספורט.
- תזונה צמחונית וטבעונית.
- תזונה בהריון.
- ניתוחים בריאטריים.
- תזונה לירידה במשקל.
- התאמת תפריטים במצבי בריאות וחולי.

תכנית הלימודים

שיעור	נושאי הלימוד
1	מבוא לתזונה קלינית: הכרות עם הסטודנטים, מטרות הקורס, יסודות התזונה הקלינית. פענוח בדיקות מעבדה ואיתור מידע חיוני לצורך התאמת טיפול תזונתי למטופל.
2	הרכב גוף ומדדים אנתרופומטריים: שיטות הערכה ומדידה, שיטות שקילה מקובלות, מדידת היקפים, הערכת מצב גופני ותרגול בדיקת הרכב גוף.
3	אנמנזה תזונתית והתנהגותית: איסוף מידע מקיף על הרגלי אכילה, פירוט מזונות הנצרכים, חישוב צריכה קלורית, חלבונים, פחמימות, שומנים, ויטמינים ומינרלים.
4	תרגול אנמנזה תזונתית: ביצוע ראיון תזונתי, ניתוח הרגלים, איתור בעיות תזונתיות ובניית המלצות ראשוניות.
5	DRI וטבלאות ערכים תזונתיים: ערכי ייחוס תזונתיים, צריכה מומלצת, גבולות צריכה מרביים של ויטמינים, מינרלים ומאקרונוטריאנטים. התאמת המלצות לאוכלוסייה בריאה.
6	תוויות מזון וסימון תזונתי: קריאה ביקורתית ומושכלת של תוויות מזון, השוואת מוצרים לפי רכיבים וערכים תזונתיים.
7	המשך סימון תזונתי: קבוצות תחליף מזון ככלי טיפולי, שימוש בתחליפים בבניית תוכניות תזונה לאוכלוסייה בריאה.
8	תזונת ספורט: דרישות תזונתיות לספורטאים – אנרגיה, מאקרונוטריאנטים, מיקרונוטריאנטים ונוזלים. תזונה לפני, במהלך ואחרי אימון. תוספים והתאוששות.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי 1605404 Nazareth | ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 פקס 04-6474466
www.cimcollege.com www.cim.org.il

CIM

College Of Integrative Medicine
הקולג' לרפואה אינטגרטיבית

נצרת | ירושלים | ואדי עארה
דובאי | עמאן | מרבייה

שיעור	נושאי הלימוד
9	צמחונות וטבעונות: סוגי תזונה צמחית, יתרונות וחסרונות, חסרים אפשריים, תוספים נדרשים והתאמת תזונה לספורטאים טבעונים.
10	תזונה בהריון: עלייה במשקל במהלך ההריון, התאמת כמויות מזון, צרכים תזונתיים ותוספי תזונה מומלצים.
11	תזונה בהריון באוכלוסיות מיוחדות: טבעונות, לאחר ניתוחים בריאטריים, הריון תאומים וסוכרת הריון. תרגול הנחיית נשים בהריון.
12	ניתוחים בריאטריים בהשמנה: סוגי ניתוחים, התאמת סוג הניתוח למטופל, טיפול תזונתי לפני ואחרי הניתוח, דיאטה רב-שלבית, תוספים, תסמינים והתמודדות.
13	בניית תפריט לירידה במשקל: עקרונות בניית תפריט לאדם ללא מחלות רקע ולמטופל עם סוכרת. תרגול מעשי בבניית תוכניות תזונה.
14	סיכום הקורס: אינטגרציה בין נושאי הלימוד, שאלות פתוחות, חזרה כללית והכנה למבחן המסכם.

ביבליוגרפיה מומלצת

ספרות מקצועית

- Mahan, L. K., Raymond, J. L. **Krause's Food & the Nutrition Care Process.**
- Gropper, S. S., Smith, J. L. **Advanced Nutrition and Human Metabolism.**
- Ross, A. C. et al. **Modern Nutrition in Health and Disease.**
- Willett, W. **Eat, Drink, and Be Healthy.**

מקורות משלימים

- מאגרי. PubMed.
- הנחיות ארגוני תזונה בינלאומיים.
- Dietary Reference Intakes (DRI).
- מאגרי מידע בתחום תזונה קלינית ורפואה מבוססת ראיות.

דגשים מקצועיים

במהלך הקורס יושם דגש על:

- התאמת תזונה אישית למטופל.
- שילוב בין ידע תיאורטי ליישום קליני.
- הערכת מצב תזונתי מלאה.
- שימוש מושכל בבדיקות מעבדה.
- בניית תפריטים טיפוליים.
- הבנת הקשר בין תזונה למחלות.
- עבודה מקצועית מול אוכלוסיות מיוחדות.
- פיתוח חשיבה קלינית בתחום התזונה.

איחוד האמירויות | ביזנס ביי - דובאי
ספרד | אוניברסיטת מרבייה הבינלאומית
ירדן | קמפוס עמאן

נצרת | בבית חולים צרפתי
ירושלים | יד חרוצים - תלפיות
ואדי עארה | גבעת חביבה

נצרת | סניף ראשי Nazareth | Main Branch 1605404 | ת.ד. 5609 P.O.BOX
טלפון 04-6000045 | פקס 04-6474466
www.cimcollege.com | www.cim.org.il