

## מגמת נטורופתיה-מכללת גבעת ושינגטון:

### התמחות: תזונה טבעית ואיזון גוף-נפש

תזונה נטורופתית היא אסכולה מרכזית ברפואה הטבעית. הנטורופתיה משלבת מגוון רחב של שיטות אבחון וטיפול ומביטה על האדם כמכלול שלם של גוף, נפש, שיטות והרגלי תזונה פעילות גופנית, אורח חיים ועוד.

התכנית שמה דגש על לימודי תזונה טבעית תוך התמחות בגישות התזונתיות המובילות, צמחי מרפא ותוספי מזון, לימוד מעמיק של תזונה מערבית ומדעי הרפואה המערבית.

### העקרונות המובילים את הרפואה הנטורופתית הם:

- כוח הריפוי הטבעי-הגוף והנפש מסוגלים ומתוכנתים להשיב עצמם למצב של איזון.
- הטיפול באדם כמכלול, להבדיל מהמדע שמתמחה במערכת אחת בגוף או במחלה/תסמונת ומתמקצע בטיפול במחלה. הרפואה הנטורופתית לא מטפלת במחלה אלא במטופל, רואה במטופל מכלול שלם של גוף-נפש.
- טיפול בשורש ומקור הבעיה ולא בתסמינים: מה היה הגורם לבעיה/מחלה מלכתחילה?
- רפואה מונעת-הקניית עקרונות לחיים בריאים על מנת למנוע מחלות/חולשות בעתיד.

האתגרים העומדים בפני הסטודנטים במסלול הנטורופתיה, הם רבים: זהו התחום הקרוב ביותר לחקיקה ורישוי (יחד עם רפואה סינית ורפלקסולוגיה), הציבור הרחב מטופל בשיטות אלו של הרפואה הטבעית, ובתחום המקצועי-זהו תחום הלימוד הרחב ביותר מבחינת אפשרויות התעסוקה וההתמקצעות.

### עיקרי תכנית הלימודים:

לימודי תזונה וצמחי מרפא מהרפואה סינית מסורתית והרפואה המערבית, תזונה לפי איורוד-ה-גישה הודית מסורתית, תזונה לפי מקורות יהודיים, תזונה לפי סוגי דם, תזונה מקרוביוטית, תזונה אורתומולקולרית (ויטמינים, מינרלים, אמינואצידים ותוספי מזון), תזונה לגיל הרך, תזונת מתבגרים, תזונה לגיל הזהב תזונה בהריון ועוד.

בתוכנית יושם דגש נוסף על ניקוי הגוף מרעלים, טיפול בהפרעות אכילה וכן טיפול ותמיכה בחולי סרטן.

יחידה קלינית עם דגש על יחסי מטפל-מטופל, אבחון לפי המסורת הסינית, אירידולוגיה-אבחון לפי קשתית העין, רפלקסולוגיה - אבחון על פי מפת כף הרגל.

תשאול נטורופתי משולב במגוון שיטות כמו גם אינטגרציה בין גישות טיפוליות שונות, יחסי גומלין בין רגשות, מצבים נפשיים, תודעה ותזונה.

לימודי איזון גוף נפש תוך שימת דגש על פילוסופיה הוליסטית, ניתוח מצבי חיים, יסודות האימון, פסיכותרפיה, תהליך מודעות, דמיון מודרך ופרכי באך. שילוב וחיבור של ידע רוחני נרחב ממקורות היהדות ומעקרונות אוניברסליים לצד שיטות ריפוי משלימות מגוונות.

**חטיבה ברפואה מערבית:**  
אנטומיה, פיזיולוגיה, פתולוגיה, בדיקות מעבדה ופרמקולוגיה.

- בתוכנית ירצו מיטב המרצים בתחומי הרפואה המערבית.
- קליניקה טיפולית בקמפוס תעמוד לרשות הסטודנטים במהלך הסטאז' הקליני.
- הלימודים בקבוצות קטנות ויחס אישי ברמה אקדמית.
- התוכנית ניתנת להתאמה אישית ובכך לפרוס את שנות הלימוד לפרק זמן ארוך יותר.

#### היקף הקורס והסמכה:

- מסלול ארבע-שנתי לתעודת מטפל בכיר בנטורופתיה:  
תוענק תעודת מטפל בכיר מטעם בית הספר לרפואה משלימה המכללה האקדמית גבעת ושינגטון, המוכרת ע"י אגודת הנטורופתים בישראל.
- בנוסף יקבלו התלמידים תעודות הסמכה בסיום כל פרק מקצועי החל מסוף השנה הראשונה בה יוסמכו כמטפלים בפרכי באך ובדמיון מודרך ככלי טיפולי.

מנהלת ביה"ס אדמה לרפואה משלימה ותרפיות מתקדמות - שרי קפלן

משך הלימודים - 4 שנים.

תאריך פתיחה - 15.10.2017

ימים הלימוד בשנה א' שנה"ל תשע"ח:

ימי שני 9:00-20:00

ימי חמישי 9:00-19:15

( החל משנה ב' יומיים מלאים ימי שלישי וחמישי )

שכר הלימוד לשנה זו: 16,900 ₪ לשנה + 350 ₪ דמי רישום – גובה שכר הלימוד יתעדכן מידי

שנה.

תנאי קבלה: פגישת יעוץ + ראיון מנהלת

נדרשת רמת אנגלית נאותה להכנת עבודות גמר והתמצאות במקורות מידע מקצועיים בשפה האנגלית

תעודות נוספות :

- תעודת מטפל בפרחי באך
  - תעודת מטפל בדמיון מודרך
  - תעודת מאבחן קליני באירידיולוגיה
  - תעודת מטפל בארומתרפיה וקוסמטיקה טבעית
  - תעודת הרבליסט קליני ( צמחי מרפא ) - \* מותנה ב- 3 שנות לימוד
  - תעודת בוגר קורס אימון אישי בסיסי למטפלים
  - תעודת מטפל בכיר ברפלקסולוגיה / זן שיאצו
- תעודת NLP Practitioner \* - ( \*תנאי: קורס בחירה במקום מגע או בנוסף) - תעודה בינלאומית

התעודות מוכרות על ידי האיגודים המקצועיים וקופות החולים.

## פירוט הקורסים הנלמדים בתוכנית נטורופתיה:

### שנה א'

שם הקורס	החומר הנלמד
<b>רפואה מערבית א'</b>	אנטומיה, פיזיולוגיה
<b>כימיה</b>	מבנה האטום, טבלה מחזורית ומצבי צבירה, סריגים יונים, קישור קוולנטי, פחמימות, חלבונים, חומצות שומן, רדיקלים חופשיים, ויטמינים ומינרלים
<b>פילוסופיה נטורופתית</b>	ששת עקרונות הנטורופתיה העיקריים, הפילוסופיה ההוליסטית, גישות טיפוליות וכלי אבחון. משולש החיים והקשר בין גוף ונפש בריאות וחולי.
<b>אורתומולקולריה</b>	תורת הויטמינים, המינרלים ויסודות הקורט – תפקיד, חשיבות, מינון טיפולי ומקורות בתזונה היומית. מהו ה-RDA, ODA פתולוגיות של עודף או חוסר
<b>תזונה מערבית א'</b>	הכרת אבות המזון-מבנה ותפקודם של הפחמימות, החלבונים, השומנים, מקורות המזון הנפוצים, חלוקת אבות המזון בתפריט היומי.
<b>תזונה מערבית ב'</b>	גישות שונות בתזונה. חשיבות התזונה ועקרונותיה, חלוקת אבות המזון בתפריט היומי, הרגלי אכילה, בניית תפריט תזונתי מאוזן מהו לפי גיל ומין וגובה. עבודת סיכום בשילוב עם מחקרים עדכניים, אתרי אינטרנט בנושא תזונה.
<b>פרחי באך, דמיון מודרך</b>	הפילוסופיה של ד"ר באך, האיש ופועלו. 38 תמציות מצב/טיפוס, שיטת ההפקה והמצוי של התמציות, שיטות תשאול ואבחון בפרחי באך, הטיפול בילדים, חיות ונשים בהריון. התוויות נגד. התנסות אישית בשימוש בתמציות. שילוב הטיפול בתמציות באך עם שיטות ריפוי הוליסטיות נוספות קליניקה טיפולית ועבודת גמר.
<b>טיפול מנואלי לבחירה או יסודות הרפואה הסינית</b>	רפלקסולוגיה/ זן שיאצו כיצד החכמים הסינים התבוננו על העולם? מה הם הסיקו מהטבע על הגוף והנפש? ואיך הם קושרים בין אסטרטגיות צבאיות, גרמי שמיים ומיגרנה...? הקורס מעמיק בכתבים הסינים העתיקים וביסודותיה של האבחנה והרפואה הסינית ושם דגש על הפרספקטיבה של החכמה העתיקה הזו בהנהגת אורח חיים בריא – גופנית נפשית וחברתית.

## פירוט הקורסים הנלמדים בתוכנית נטורופתיה:

### שנה ב'

שם הקורס	החומר הנלמד
<b>רפואה מערבית ב'</b>	פתולוגיה
<b>תזונה נטורופתית תזונה טבעית א'</b>	הכרת קבוצות המזון השונות וחשיבותן: דגנים, קטניות, אגוזים ושקדים, קבוצות הירקות השונות ומאפייניהן, עלים ירוקים, פירות, מזונות על
<b>אירידולוגיה</b>	אבחון לפי קשתית העין בשיטה האמריקאית של ד"ר ג'נסן, הכרת מבנה הקשתית, חוסן גופני, הכרת 25 קונסטיטוציות-אבחון גופני ונפשי, שיטות טיפול מקובלות באירידולוגיה, אבחון חלקי המח-יכולות, כישורים ופוטנציאל אישי. קליניקה ועבודת סיום.
<b>טיפול מנואלי בכיר</b>	רפלקסולוגיה/שיאצו
<b>ארומתרפיה</b>	הכרות שמנים ארומטיים, הפקה ודרכי מיצוי. שימושים מקובלים בשמנים-עיסוי, מבער, אמבטיות, רטיות וכו'. התכונות הטיפוליות של השמנים והשפעתם על גוף האדם מבחינה גופנית ונפשית. העיסוי הארומתרפי-התוויות ודרכי טיפול. ארומתרפיה בקוסמטיקה טבעית הכנת קרמים, משחות ושמני עיסוי. האבחון הארומתרפי. קונטראינדיקציות, ריאקציות, שילוב בין ארומתרפיה ושיטות טיפול נוספות.
<b>צמחי מרפא מערביים א'</b>	מבוא לרפואת הצמחים: הכרת הצמחים, היסטוריה ופילוסופיה, המרכיבים הכימיים הפעילים בצמחים והשפעתם על גופנו, קבוצות צמחים לפי מערכות והתאמת צמחי מרפא למצבים פיזיולוגיים שונים, התוויות/ קונטראינדיקציות וריאקציות לשימוש בצמחים, הכנת תמציות אם, אבחון, צורות השימוש השונות, שילוב בין צמחי מרפא

## פירוט הקורסים הנלמדים בתוכנית נטורופתיה:

### שנה ג'

שם הקורס	החומר הנלמד
רפואה מערבית ג'	בדיקות מעבדה ופרמקולוגיה
תזונה נטורופתית ב'	טיפול תזונתי במחלות – פרוטוקול הטיפול התזונתי העומד לרשותנו בכל אחת מהפתולוגיות
דה טוקסיפיקציה (ניקוי רעלים)	שיטות ניקוי ודטוקסיפיקציה, צומות, שיטת אן ויגמור, שיטת שלטון, חוקנים וכו'.
אתיקה, יחסי מטפל-מטופל	במפגש עם המטפל ההוליסטי : החוזה הטיפולי, תיאום ציפיות, גבולות, אתיקה, העברה והעברה נגדית, אופן ניהול המפגשים
מבוא לפסיכולוגיה	תאוריות אישיות, הגישות הטיפוליות המרכזיות, טיפול קבוצתי, פסיכופתולוגיה
צמחי מרפא ב'	המשך הכרת צמחי המרפא, קבוצות צמחים לפי מערכות והתאמתם למצבים פיזיולוגים שונים, התוויות/ קונטראינדיקציות וריאקציות בשימוש בצמחי מרפא, הכנת תמציות אם, אבחון, צורות השימוש השונות, שילוב בין צמחי מרפא ושיטות טיפול נוספות. מיצוי צמחי מרפא במים, אלכוהול ושמן, הכנת שמנים, קרמים ומשחות. פתרון מקרים, בניית תכנית טיפול מתאימה, עבודת גמר.
תזונה סינית	הכרת העקרונות של התזונה הסינית המסורתית ודרכי אבחון וטיפול. למה הסינים נרתעים מסלט ומעדיפים מרק? למה הם מיוודדים כל כך עם השעועית השחורה? ומה זה בכלל אומר כל ה'יובש לחות' הזה שלהם...? קורס התזונה הסינית הוא קורס קליני, המעניק כלים באבחנה ובהנהגת מטבח בריא בהתאם לקונסטטוציה (לנטיית הגוף המולדת) ולאיוזן הנטיית של כל אחד דרך התפריט שלו.
לימודי קואצ'ינג – אימון בסיסי למטפלים	קורס אימון בסיסי המכשיר את המטפלים ביסודות האימון. המטרה: להיות לעזר למטופל בבירור מטרותיו, יעדיו ולשפר את איכות חייו האישיים, הבינאישיים והמקצועיים. הקורס מציע שיטות וכלים מגוונים למטפל ולמטופל, שמטרתם לסייע למטופל בדרכו לבריאות פיזית, נפשית ורוחנית

## פירוט הקורסים הנלמדים בתוכנית נטורופתיה:

### שנה ד'

שם הקורס	החומר הנלמד
טכנולוגיות מזון	חשיפת הסטודנטים לעולם תעשיית המזון, הבנת העקרונות המנחים תוך מתן הדגשים על איכות ובטיחות מזון.
קורס קדם קליניקה/סטאז' ותיקי מטופלים	בקדם קליניקה נלמד על יסודות הריאיון והתשאול הנטורופתי, יחסי מטפל ומטופל, שילוב כל הכלים שנלמדו באבחון ובטיפול, הנחיה קלינית והכנה לקראת הסטאז' שבמהלכו כל סטודנט יטפל בשישה מטופלים, שכל אחד מהם מקבל סדרת טיפולים וכן צפיות בטיפולים שנותנים עמיתיו הסטודנטים.
הקמה, שיווק וניהול קליניקה	הקמת קליניקה פרטית על כל היבטיה: הכרות עם הרשתות החברתיות וכיצד להשתמש בהן לשיווק מושל, כתיבה שיווקית והעברת המסר, הגדרת קהל היעד, התנהלות בעסק, התייחסות להיבט החשבונאי והביטוחי
צמחי מרפא- שנה ג'	הרצאות אורח של מומחים ברפואת צמחים + קליניקה מעשית
אכילה רגשית	היבטים הוליסטים ומדעיים של האכילה בתרבות השפע, מה האכילה מייצגת וכיצד הכרות עם הרגשות יכולה לשפר פלאים את השליטה והניהול העצמי ולמנוע מחלות
תהליך מודעות	היכרות מעמיקה את הקשר גוף נפש. התנסות בתהליך מודעות והקשבה פנימית, הכרת הצ'אקרות, תרגול מדיטציה, ריפוי עצמי כבסיס לריפוי האחר
מידענות	קריאה ביקורתית ומושכלת של מחקרים ומאמרים המתפרסמים תדיר ברשת ובמדיה בנושאים רפואיים ופארא-רפואיים. הכרות עם מקורות מידע מהימנים, עם מגבלות המחקר והמדע