

עמותת פרקינסון-

ריכוז פרסומים לעמותה ולחודש המודעות לשנת 2023

אליפות ישראל בפינג פונג

וואלה חדשות ספורט 060323

"לטניס שולחן יש השפעה חיובית על מתמודדי פרקינסון"

אליפות ישראל בטניס שולחן למתמודדי פרקינסון נערכה בפתח תקוה - בשיתוף פעולה בין עמותת פרקינסון ישראל לבין מכבי ישראל - ובמטרה לקדם את המודעות ולהוביל גם לאירוח אליפות העולם בטניס שולחן למתמודדי פרקינסון בישראל

אליפות ישראל בטניס שולחן למתמודדי פרקינסון נערכה אתמול (ראשון) בפתח תקוה - בשיתוף פעולה בין עמותת פרקינסון ישראל לבין מכבי ישראל - ובמטרה לקדם את המודעות ולהוביל גם לאירוח אליפות העולם בטניס שולחן למתמודדי פרקינסון בישראל.

35 מתחרים ומתחרות השתתפו בתחרות, שחולקה לשני דרגים: בדרג א' - בנצי רידבאום זכה במקום הראשון. ד"ר ענת רובינסון במקום השני, ובשלישי המשותף - ראובן נוא והלל שמר. בדרג השני - אריה סומר זכה במקום הראשון. רוני גלבוש בשני, ובשלישי המשותף נאווה צין ושלמה אונגר.

הסיפור הייחודי, המרגש והמבורך הוא שפעילות הטניס שולחן מעניקה מענה לשיפור יציבה, קואורדינציה, קשר עין-יד, קוגניציה ומסת השרירים שאחרים על התנועה והיציבות. היא מסייעת למניעת הדרדרות במחלה למתמודדים עם פרקינסון ובשיפור התפקוד.

"עמותת פרקינסון בישראל מעודדת פעילות בטניס שולחן בקרב מתמודדים עם המחלה - ולמשחק יש השפעה מאוד חיובית - הן מבחינה ירידה בתסמיני המחלה, ברעידות, בסיוע לשיווי משקל, בשיפור התנועה - ואיכות החיים ומצב הרוח. ישנן עוד סגולות שעדיין לא הוכחו מדעית, אבל כפי שמעידים השחקנים, יש להם השפעה מכרעת על הבריאות ואיכות החיים. יותר ויותר רופאים ממליצים כיום על המשחק", הדגישו בעמותת פרקינסון בישראל.

"עמותת הפרקינסון פנתה למכבי ישראל במטרה לזכות בסיוע, הן מקצועי, ארגוני ומימוני על מנת לאפשר לכמה שיותר מתמודדים ברמה הארצית להשתתף באימונים ובתחרויות טניס שולחן באופן סדיר. אנחנו רוצים להודות, ליו"ר מכבי ישראל יורם אייל, למנכ"ל נאור גלילי, ליו"ר אגף הספורט נאור ברכל ולאורית קופר מנהלת אגף הספורט על ההירתמות המהירה, על התמיכה ואימוץ העמותה, יחד עם איגוד הטניס שולחן - בעזרתם של היו"ר לירון כרמל והמנכ"ל פאבל לוסובצב. זו הייתה תחרות מאורגנת, מקצועית וברמה בינלאומית. אנחנו כעמותה שותפים לפעילות הבינלאומית, ושולחים אחת לשנה משלחת רשמית של מתמודדי הפרקינסון שמייצגים את ישראל באליפות העולם. בתיאום ובסיוע מכבי ישראל, אנחנו פועלים כעת לארח את אליפות העולם כאן בישראל ב-2025."

מנכ"ל מכבי ישראל, נאור גלילי: "מכבי ישראל חרט על דגלו לתמוך בעמותות של שמקדמות אוכלוסיות מיוחדות, וכך חברנו לעמותת הפרקינסון ואנחנו גאים לקדם את הפעילות. התרגשנו לשמוע כי משחק הטניס שולחן לא רק משהה ומעכב את החמרת המחלה אלא משפיע וגורם לשיפור קל בהתמודדות. שמחנו מאוד להירתם ולקיים את

האליפות, ואנו נמשיך לתרום לכלל האוכלוסיות המגוונות כפי שאנחנו עושים עם עמותות נוספות. אנחנו פועלים לסייע באירוח אליפות העולם, בשיתוף פעולה עם משרד הספורט והעומד בראשו, השר מיקי זוהר ומנכ"ל המשרד כפיר סויסה.

"בשם מכבי ישראל, אנו רוצים להודות לאיגוד הטניס שולחן ולעיריית פתח תקווה - שאגב תארח בעוד שלושה ימים גם את אליפות מכבי ישראל בטניס שולחן, בהשתתפות שחקני ושחקניות אגודות מכבי ת"א, בני הרצליה, מכבי ויקטור נתניה, מכבי גדרה, מכבי רחובות, מכבי רמת יצחק ר"ג, מכבי אריאל, עירוני ראש העין, מכבי זכרון יעקב, מכבי שוהם, מכבי דימונה, מכבי גבירול באר שבע, מכבי כוכב יאיר/צור יגאל, מכבי ראשון לציון, מכבי אבן יהודה ומכבי עירוני שדרות.



<https://sports.walla.co.il/item/3563463>

"לטניס שולחן השפעה מכרעת על איכות החיים"

אליפות ישראל למתמודדי פרקינסון בענף נערכה בפתח תקווה בשיתוף פעולה ייחודי בין העמותה למכבי ישראל, שמקדמת את אירוח אליפות העולם בישראל ב-2025

אליפות ישראל בטניס שולחן למתמודדי פרקינסון נערכה אתמול (ראשון) בפתח תקווה. האירוע התקיים בשיתוף פעולה בין עמותת פרקינסון ישראל לבין מכבי ישראל, שנרתמה לקדם את המודעות ולהוביל לאירוח אליפות העולם בטניס שולחן למתמודדי פרקינסון בישראל.

35 מתחרים ומתחרות השתתפו בתחרות, שחולקה לשני דרגים: בדרג א' - בנצי רידבאום זכה במקום הראשון. ד"ר ענת רובינסון במקום השני, ובשלישי המשותף, ראובן נוה והלל שמר. בדרג השני, אריה סומר זכה במקום הראשון, רוני גלבוע בשני, ובשלישי המשותף נאוה צין ושלמה אונגר.

הסיפור הייחודי, המרגש והמבורך הוא שפעילות הענף מעניקה מענה לשיפור יציבה, קואורדינציה, קשר עין-יד, קוגניציה ומסת השרירים האחראים על התנועה והיציבות. היא מסייעת למניעת הידרדרות במחלה למתמודדים עם פרקינסון ובשיפור התפקוד.

בעמותת פרקינסון בישראל הדגישו: "העמותה מעודדת פעילות בטניס שולחן בקרב מתמודדים עם המחלה, ולמשחק יש השפעה מאוד חיובית, הן מבחינה ירידה בתסמיני המחלה, ברעידות, בסיוע לשיווי משקל, בשיפור התנועה, והן באיכות החיים ומצב הרוח. ישנן עוד סגולות שעדיין לא הוכחו מדעית, אבל כפי שמעידים השחקנים, יש להם השפעה מכרעת על הבריאות ואיכות החיים. יותר ויותר רופאים ממליצים כיום על המשחק."

עוד הוסיפו בעמותה: "עמותת הפרקינסון פנתה למכבי ישראל במטרה לזכות בסיוע, הן מקצועי, ארגוני ומימוני על מנת לאפשר לכמה שיותר מתמודדים ברמה הארצית להשתתף באימונים ובתחרויות טניס שולחן באופן סדיר. אנחנו רוצים להודות ליו"ר מכבי ישראל יורם אייל, למנכ"ל נאור גלילי, ליו"ר אגף הספורט נאור ברכל ולאורית קופר מנהלת אגף הספורט על ההירתמות המהירה, על התמיכה ואימוץ העמותה, יחד עם איגוד טניס השולחן, בעזרתם של היו"ר לירון כרמל והמנכ"ל פאבל לוסובצב."

<https://www.one.co.il/Article/431062.html?ref=rss>

ראיון עם רוני גלבער לשעבר טייס מסוק בחיל האוויר, מתמודד בפרקינסון. רוני הקים מועדון טניס שולחן שמסייע לו ולאחרים להתמודד עם המחלה. עמותת פרקינסון בישראל מקדמת ליגה לפינג פונג למתמודדים עם פרקינסון. רוני משתף בסגולות הפינג פונג לשיפור תסמיני המחלה.



<https://www.ifat.com/Media/radiomp4/2023/03/24/12061674.mp4>

חודש המודעות לפרקינסון 2023

רדיו קול חי תכנית "עניין משפחתי" 220323

ראיון עם ציפי שיש לרגל חודש המודעות לפרקינסון על המחלה, תסמינים, החידושים בטיפול כיום, כיצד משפיעה המחלה על איכות החיים, חשיבות פעילות גופנית למניעת הידרדרות ועל העמותה ותרומתה לשיפור רוחות החולים.

<https://www.ifatmediasite.com/VT/ItemNew.aspx?ID=12056978>

ישראל היום עמודי חדשות 110423

יום הפרקינסון הבינלאומי

מצוקת חולי הפרקינסון: 70% לא מקבלים טיפול שיקומי

סקר בקרב 400 חולים מציג תמונת מצב עגומה • יותר ממחצית מהחולים לא מרוצים מהטיפול • מחסור ברופאים מומחים מוביל לזמינות טיפולים נמוכה ולזמני המתנה ארוכים

75% מהחולים בפרקינסון באופן חמור לא מרוצים מהטיפול שהם מקבלים, ורוב החולים (70%) לא מקבלים בכלל טיפולי שיקום לשיפור התפקוד ולמניעת הידרדרות המחלה – כך עולה מסקר חדש של גיאוקרטוגרפיה בקרב 400 חולים, שנערך לרגל יום המודעות לפרקינסון שמצוין היום, וחושף תמונת מצב מדאיגה על מצב החולים בישראל.

בסקר, שנערך ביוזמת **עמותת פרקינסון**, נמצא ש-56% מהמשיבים מרוצים במידה בינונית, במידה מועטה או כלל לא מרוצים מהטיפול שהם מקבלים, שיעור שעולה ל-75% אצל מי שמחלתם חמורה.

70% מהחולים ציינו שאינם מקבלים כלל טיפולי שיקום תומכים, שחיוניים והכרחיים עבורם לשיפור התפקוד היומיומי ולמניעת הידרדרות המחלה.

81% מהחולים שמקבלים טיפולים תומכים ענו כי הם עוברים את מכסת הטיפולים שמוצעים במסגרת סל הבריאות, ונאלצים להוציא מכיסם באופן פרטי כ-1,200 שקלים בחודש בממוצע למימון טיפולים נוספים. החולים במצב חמור מוציאים

יותר מ-1,600 שקלים בחודש בממוצע. מדובר בהוצאה כספית משמעותית מאוד, במיוחד בהתחשב בעובדה שכ-70% מהחולים ציינו שאינם עובדים.

מחסור במומחים

בישראל יש כ-35 אלף חולי פרקינסון, אך רק 30 נוירולוגים מומחים להפרעות תנועה. דו"ח מטעם משרד הבריאות של ועדה לבחינת מצב הנוירולוגיה בישראל שפורסם לפני שנה מצא כי יש מחסור ב-300 נוירולוגים, שלא כולם מומחים בטיפול בחולי פרקינסון.

הסקר מצא כי המחסור ברופאים משליך על זמינות הטיפולים ועל זמני ההמתנה: כ-30% מהחולים טענו שאינם מקבלים את הטיפול המיטבי למחלה שלהם, בעיקר בשל זמני המתנה ארוכים לנוירולוג, חוסר בטיפולים תומכים מחסור ברופאים מומחים. מחצית ממי שמקבלים טיפולים תומכים ציינו כי חסרים טיפולים כאלו באזור המגורים שלהם - בעיקר קלינאות תקשורת, הידרותרפיה, פיזיותרפיה או ריפוי בעיסוק המתמחים בפרקינסון.

בעיית נגישות למרפאות

25% מהחולים ציינו כי הם נאלצים לנסוע מרחק של יותר מ-50 ק"מ כדי להגיע למומחה להפרעות תנועה שאצלו הם מטופלים, ו-16% נוסעים יותר מ-100 ק"מ כדי לקבל טיפול אצל מומחה.

ד"ר גלעד יהלום, יו"ר החברה הישראלית להפרעות תנועה ומנהל היחידה להפרעות תנועה במרכז הרפואי שערי צדק: "ממצאי הסקר מדאיגים, אך לא מפתיעים, במיוחד בכל הקשור לטיפול השיקום. רוב החולים לא מקבלים בכלל טיפולים תומכים, וזאת משום שקופות החולים מממנות טיפולי פיזיותרפיה, ריפוי בעיסוק או הידרותרפיה רק לתקופה של שלושה חודשים בשנה, והחולה נאלץ לשלם מכספו הפרטי את עלות הטיפולים בתשעת החודשים הנוספים - הוצאה של אלפי שקלים בחודש. זה מצב אבסורדי, משום שמחקרים רבים הראו שלצד הטיפול התרופתי, יש קשר ישיר בין פעילות גופנית וטיפול שיקום לבין שיפור המצב התפקודי של חולי פרקינסון והאטת התקדמות המחלה."

עוד הוסיף: "בעיה חשובה נוספת היא מיעוט הרופאים המומחים בתחום הפרעות התנועה בישראל, מה שמוביל לזמינות נמוכה ומאלץ חולים רבים לנסוע מרחק רב כדי לקבל את הטיפול המיטבי עבורם. לכן חשוב להכשיר עוד רופאים בתחום, ולהקים מרפאות ייעודיות נוספות להפרעות תנועה בארץ, בפרט בפריפריה."

אייל לוי, מנכ"ל עמותת פרקינסון בישראל: "נתוני הסקר ממחישים את המחדל של המדינה בטיפול בחולי פרקינסון. כמו כן, דו"ח מצב הנוירולוגיה שפורסם לאחרונה הציג את הנוירולוגיה כ'מקצוע במצוקה', וציין כי בישראל יש יותר מ-1,000 חולי פרקינסון לכל נוירולוג מומחה, וכי זמן ההמתנה הממוצע למומחה בתחום הוא תשעה חודשים. לנוכח חוסר המענה בסל, העמותה מציעה למתמודדי פרקינסון חוגי כושר גופני, פיזיותרפיה, טניס שולחן, יוגה והידרותרפיה במחיר מסובסד. אני קורא למשרד הבריאות לפעול להגדלת מכסת טיפולי השיקום של מקצועות הבריאות בסל, כדי למנוע מחולים להגיע למצב סיעודי ולייצר עומס נוסף על מערכת הבריאות."

2800 ₪ בחודש- המחיר הכבד שמשלמים החולים

התורים הארוכים והמחסור ברופאים גורמים לכך שחלק מהחולים בוחרים לפנות למגזר הפרטי לצורך קבלת טיפולים משלימים.

שמואל בן טובים (62) מתמודד עם פרקינסון זה כשש שנים ומספר: "תסמיני המחלה הופיעו שנים לפני האבחון והתבטאו בהפרעות שינה, כאבי רגליים ושרירים וקושי בתנועה. כיום, המחלה שלי מתקדמת, כאשר חצי גוף שלי הפך למשותק וכואב. כדי למנוע הדרדרות נוספת במחלה, אני חייב לבצע באופן שוטף טיפולי שיקום, כמו פיזיותרפיה, הידרותרפיה וקלינאות תקשורת, אך מכיוון שמכסת הטיפולים המוצעים במסגרת הסל היא מגוחכת, אני נאלץ להוציא מכספי 1500 ₪ בממוצע מדי חודש למימון הטיפולים. זוהי עלות מאד כבדה עבורי כי מצבי הכלכלי והפיזי הולך ומדרדר. אני פונה למדינה בבקשה שתסייע לי ותאפשר מתן של יותר טיפולים כדי שלא אהפוך גם לנטל כלכלי על משפחתי".

אידה, שבתה בת ה 31, אובחנה בגיל 29 עם פרקינסון, מתלוננת על ההוצאה הכספית הגבוהה שהיא מוציאה על מימון טיפולי השיקום עבור בתה. "מחלת הפרקינסון גרמה לבת שלי חולשה פיזית ונפשית חמורה מאד, והרופאים המליצו על טיפולי שיקום תומכים שהם חלק ממערך הטיפול לו היא זקוקה. הבעיה היא שהתורים בקופת החולים ארוכים וצריך להמתין כמעט שנה או לנסוע מרחק רב כי אין זמינות של שירותים בסביבת מקום מגוריי, ולכן אני נאלצת לממן את הטיפולים מכיסי הפרטי. נכון להיום, אני מוציאה 2800 ₪ מדי חודש על טיפולים משלימים, כמו פיזיותרפיה או פסיכותרפיה, כדי שהבת שלי תוכל לתפקד באופן סביר וזהו נטל כלכלי מאד משמעותי עבורי".

מצוקת חולי הפרקינסון

יום הפריקנסון הבינ"ל

סקר בקרב 400 חולים מציג תמונת מצב עגומה • יותר ממחצית מהחולים לא מרוצים מהטיפול • מחסור ברוכאים מומחים מוביל לזמינות טיפולים נמוכה ולזמני המתנה ארוכים

"זה מצב אבסורדי, שמום שמחזק רבים הראו שלב הטיפול התרופתי, יש קשר ישיר בין פעילות נוגדת טרופית ושימוש בלבוש שיפור המצב התפקודי של חולי פרקינסון והאמת התרופות המהוללות".

עוד הוא מוסיף: "בעיה חשובה נוספת היא מיעוט הרופאים המומחים בתחום הפרקטית התנועה בישראל, מה שמוביל לזמינות נמוכה ומאלץ חולים רבים לנסוע מרחק רב כדי לקבל את הטיפול המומחה עברם. לכן חשוב להבטיח עוד רופאים בתחום, ולהקים מרפאות ייעודיות נוספות להפרעות תנועה בארץ, בפרט במדינת ישראל".

איל לוי, מנהל עמותת פרקינסון בישראל: "נתוני הסקר ממחישים את המחדל של המדינה בטיפול בחולי פרקינסון. כמו כן, דרוש מצב הניירולוגיה שפופים לאחריה הצג את הניירולוגיה כשפופים במצוקה, וציון כי בישראל יש יותר מ-1,000 חולי פרקינסון לכל ניירולוג מומחה, וכן זמן ההמתנה הממוצע למומחה בתחום הוא תשעה חודשים".

"לנוכח חוסר המענה בסל, העמותה מציעה למתמודדי פרקינסון חוגי בושה נוסף, פיזיותרפיה, טניס שילוח, יוגה וירידות רפיה בטווח מסיביר. אני קורא למשרד הבריאות לפעול להגדלת מכסת טיפולי השיקום של מקצועות הבריאות בסל, כדי לטווע מחולים להגיע למצב סייעי ולייצר עומס נוסף על מרפאת הבריאות".

בשל זמני המתנה ארוכים לניירולוג, חוסר בטיפולים תומכים מחסור ברוכאים מומחים. כ-25% ממי שמקבלים טיפולים תומכים ציינו כי המתנה יותר מארבעה חודשים עד שהתחילו לקבל את הטיפול.

מחצית ממי שמקבלים טיפולים תומכים ציינו כי הסרים טיפולים כאלו באזור המגורים שלהם – בעיקר קלינאות תקשורת, הירידות, פיזיותרפיה או רפוי בעיסוק המתמחים בפרקינסון.

בעיית נגישות למרחאות

25% מהחולים ציינו כי הם נאלצים לנסוע מרחק של יותר מ-50 ק"מ כדי להגיע למומחה להפרעות תנועה שאצלו הם מטופלים, ו-16% נוסעים יותר מ-100 ק"מ כדי לקבל טיפול אצל מומחה.

ר"ר נלעד יחלום, יוזם החברה הישראלית להפרעות תנועה ומנהל היחידה להפרעות תנועה במרכז הרפואי שערי צדק: "מטבאי הסקר מראים, אך לא מפתיעים, במיוחד בכל הקשור לטיפול השיקום".

"רוב החולים לא מקבלים בכלל טיפולים תומכים, וזאת משום שקופות החולים מוטלות לטיפול פיזיותרפיה, רפוי בעיסוק או הירידות רפיה רק לתקופה של שלושה חודשים בשנה, והחולה נאלץ לשלם מכספו הפרטי את עלות הטיפול בתשעה החודשים הנשפטים – הוצאת של אלפי שקלים בחודש".



יחזקאל של המדינה, איל לוי

במיוחד בתחשבת בעובדה שכ-70% מהחולים ציינו שאינם עוברים.

מחסור במומחים

בישראל יש כ-35 אלף חולי פרקינסון, אך רק 30 ניירולוגים מומחים להפרעות תנועה. דרוש טעם משרד הבריאות של ועדה לבחינת מצב הניירולוגיה בישראל שפירסם לפני שנה מצא כי יש מחסור ב-300 ניירולוגים, שלא כולם מומחים בטיפול בחולי פרקינסון.

הסקר מצא כי המחסור ברוכאים משליך על זמינות הטיפולים ועל זמני ההמתנה: כ-30% מהחולים טענו שאינם מקבלים את הטיפול המומחה להחלה שלהם, בעיקר

מיטל יסעור בית אור

55% מהחולים בפרקינסון באופן חמור לא מרוצים מהטיפול שהם מקיבלים. רוב החולים (70%) לא מקבלים בכלל טיפול שיקום לשיפור התפקוד ולמניעת ירידות המוח.

סקר חדש של גיאוקרטוגרפיה בקרב 400 חולים, שנערך לרגל יום המודעות לפרקינסון בשבוע היום, חושף תמונת מצב נוראית על מצב החולים בישראל. בסקר, שנערך ביוזמת עמותת פרקינסון, מצא ש-56% מהמטופלים מרוצים במידה ינוגה, במידה מועטה או כלל לא מרוצים. זהו טיפול שהם מקבלים, שיעור שעולה ל-75% אצל מי שמחלתם חמורה. 70% מהחולים ציינו שאינם מקבלים כלל טיפולי שיקום תומכים, שתומכים והכרחיים עבורם לשיפור התפקוד היומיומי ולמניעת ירידות המוח.

כמו כן, 81% מהחולים שמקבלים טיפולים זמניים ענו כי הם עוברים את מכסת הטיפולים שמציעים במסגרת סל הבריאות, נאלצים להוציא מכיסם באופן פרטי כ-1,200 שקלים בחודש בממוצע למימון טיפולים נוספים. חולים במצב חמור מוציאים יותר מ-1,600 שקלים בחודש בממוצע. מדובר בהוצאה כספית משמעותית מאוד.

הנטל הכלכלי

2,800 שקלים בחודש: המחיר הנכבד שמשלמים החולים



שמאל בן טובים, ילם באדינת הפעולה

"פרקינסון נרמה לבט של נוקים פיזיים ונפשיים חמורים, ודורשם תמיכה על טיפול לי שיקום תומכים, שהם חלק ממערך הטיפול של חולי פרקינסון. הבעיה היא שצריך להמתין זמן רב או לנסוע רחוק לתור בקופת החולים, כי אין זמינות בכביבת מוגדלי. לכן אני נאלצת לממן את הטיפולים מכיס הפרטי".

"נכון להיום, אני מוציאה 2,800 שקלים מדי חודש על טיפולים משלימים, כמו פיזיותרפיה או פסיכותרפיה, כדי שהבת שלי תוכל לתפקד באופן סביר, וזה נטל כלכלי מאוד משמעותי".

מיטל יסעור בית אור

אך מכיוון שמכסת הטיפולים המוצעים במימון הסל היא מנוחמת, אני נאלץ להוציא מכספי 1,500 שקלים בממוצע מדי חודש למימון הטיפולים. זו עלות כבדה עבורי, כי גם מצבי הכלכלי בעה, כמו מצבי הפיזי, הולך ומידרדר.

"אני שונה למדינה בבקשה שתסייע לי ותאפשר מתן של יותר טיפולים, כדי שלא אהפוך גם לנטל כלכלי על משפחתי".

אאורה, שבת בת 31 איבדה בגיל 29 עם פרקינסון, מתלוננת גם היא על ההוצאה הכספית הגדולה על מימון טיפולי השיקום עבור בתה.

חורים הארוכים והמחסור ברוכאים נורמים לכך שהלק מהחולים בורחים לפנות למגור הפרטי לצורך קבלת טיפולים משלימים.

שמואל בן טובים (63) מתמודד עם פרקינסון זה כשש שנים, ומספר: "המסגרת המוחלה והתבטא בהם רעות שונה, במאבקי נגלים ושרידות ובקושי בתנועה. כיום החולה שלי מתקדמת, חצי מהנפץ שלי הפך למשקל וסובא.

"כדי לטווע הירידות נוספת, אני חייב לבצע באופן שוטף טיפולי שיקום, כמו פיזיותרפיה, הירידות רפיה וקלינאות תקשורת,

יום הפרקינסון הבינלאומי

מצוקת חולי הפרקינסון: 70% לא מקבלים טיפול שיקומי

סקר בקרב 400 חולים מציג תמונת מצב עגומה • יותר ממחצית מהחולים לא מרוצים מהטיפול • מחסור ברופאים מומחים מוביל לזמינות טיפולים נמוכה ולזמני המתנה ארוכים

75% מהחולים בפרקינסון באופן חמור לא מרוצים מהטיפול שהם מקבלים, ורוב החולים (70%) לא מקבלים בכלל טיפולי שיקום לשיפור התפקוד ולמניעת הידרדרות המחלה – כך עולה מסקר חדש של גיאוקרטוגרפיה בקרב 400 חולים, שנערך לרגל יום המודעות לפרקינסון שמצוין היום, וחושף תמונת מצב מדאיגה על מצב החולים בישראל.

בסקר, שנערך ביוזמת **עמותת פרקינסון**, נמצא ש-56% מהמשיבים מרוצים במידה בינונית, במידה מועטה או כלל לא מרוצים מהטיפול שהם מקבלים, שיעור שעולה ל-75% אצל מי שמחלתם חמורה.

70% מהחולים ציינו שאינם מקבלים כלל טיפולי שיקום תומכים, שחיוניים והכרחיים עבורם לשיפור התפקוד היומיומי ולמניעת הידרדרות המחלה.

81% מהחולים שמקבלים טיפולים תומכים ענו כי הם עוברים את מכסת הטיפולים שמוצעים במסגרת סל הבריאות, ונאלצים להוציא מכיסם באופן פרטי כ-1,200 שקלים בחודש בממוצע למימון טיפולים נוספים. החולים במצב חמור מוציאים יותר מ-1,600 שקלים בחודש בממוצע. מדובר בהוצאה כספית משמעותית מאוד, במיוחד בהתחשב בעובדה שכ-70% מהחולים ציינו שאינם עובדים.

מחסור במומחים

בישראל יש כ-35 אלף חולי פרקינסון, אך רק 30 נירולוגים מומחים להפרעות תנועה. דו"ח מטעם משרד הבריאות של ועדה לבחינת מצב הנירולוגיה בישראל שפורסם לפני שנה מצא כי יש מחסור ב-300 נירולוגים, שלא כולם מומחים בטיפול בחולי פרקינסון.

הסקר מצא כי המחסור ברופאים משליך על זמינות הטיפולים ועל זמני ההמתנה: כ-30% מהחולים טענו שאינם מקבלים את הטיפול המיטבי למחלה שלהם, בעיקר בשל זמני המתנה ארוכים לנירולוג, חוסר בטיפולים תומכים מחסור ברופאים מומחים.

מחצית ממי שמקבלים טיפולים תומכים ציינו כי חסרים טיפולים כאלו באזור המגורים שלהם - בעיקר קלינאות תקשורת, הידרותרפיה, פיזיותרפיה או ריפוי בעיסוק המתמחים בפרקינסון.

בעיית נגישות למרפאות

25% מהחולים ציינו כי הם נאלצים לנסוע מרחק של יותר מ-50 ק"מ כדי להגיע למומחה להפרעות תנועה שאצלו הם מטופלים, ו-16% נוסעים יותר מ-100 ק"מ כדי לקבל טיפול אצל מומחה.

ד"ר גלעד יהלום, יו"ר החברה הישראלית להפרעות תנועה ומנהל היחידה להפרעות תנועה במרכז הרפואי שערי צדק: "ממצאי הסקר מדאיגים, אך לא מפתיעים, במיוחד בכל הקשור לטיפול השיקום. רוב החולים לא מקבלים בכלל טיפולים תומכים, וזאת משום שקופות החולים מממנות טיפולי פיזיותרפיה, ריפוי בעיסוק או הידרותרפיה רק לתקופה של שלושה חודשים בשנה, והחולה נאלץ לשלם מכספו הפרטי את עלות הטיפולים בתשעת החודשים הנוספים - הוצאה של אלפי שקלים בחודש. זה מצב אבסורדי, משום שמחקרים רבים הראו שלצד הטיפול התרופתי, יש קשר ישיר בין פעילות גופנית וטיפול שיקום לבין שיפור המצב התפקודי של חולי פרקינסון והאטת התקדמות המחלה."

עוד הוסיף: "בעיה חשובה נוספת היא מיעוט הרופאים המומחים בתחום הפרעות התנועה בישראל, מה שמוביל לזמינות נמוכה ומאלץ חולים רבים לנסוע מרחק רב כדי לקבל את הטיפול המיטבי עבורם. לכן חשוב להכשיר עוד רופאים בתחום, ולהקים מרפאות ייעודיות נוספות להפרעות תנועה בארץ, בפרט בפיזיותרפיה."

אייל לוי, מנכ"ל עמותת פרקינסון בישראל: "נתוני הסקר ממחישים את המחדל של המדינה בטיפול בחולי פרקינסון. כמו כן, דו"ח מצב הנירולוגיה שפורסם לאחרונה הציג את הנירולוגיה כ'מקצוע במצוקה', וציין כי בישראל יש יותר מ-1,000 חולי פרקינסון לכל נירולוג מומחה, וכי זמן ההמתנה הממוצע למומחה בתחום הוא תשעה חודשים. לנוכח חוסר המענה בסל, העמותה מציעה למתמודדי פרקינסון חוגי כושר גופני, פיזיותרפיה, טניס שולחן, יוגה והידרותרפיה במחיר מסובסד. אני קורא למשרד הבריאות לפעול להגדלת מכסת טיפולי השיקום של מקצועות הבריאות בסל, כדי למנוע מחולים להגיע למצב סיעודי ולייצר עומס נוסף על מערכת הבריאות."

<https://www.israelhayom.co.il/health/article/13924111>

לא רק רעידות: הצדדים הלא-מוכרים של פרקינסון

תרופות מבוססות דופאמין משמשות לטיפול יעיל בחולי פרקינסון כבר 50 שנה, אך משך זמן ההשפעה הקצר שלהן מחייב ליטול אותן כמה פעמים ביום, דבר שגורם לתנדטיות אצל המטופלים: שינויים במצב הרוח, עצבנות, הזעה, תחושת קור וכאבים

פרקינסון היא מחלה ניוונית נוירולוגית בעלת תסמינים תנועתיים הכוללים רעד, נוקשות, איטיות, הפרעות הליכה ונפילות. לצד אלה, פרקינסון מתאפיינת בשינויים קוגניטיביים, הפרעות במצב הרוח והשינה, חרדה, הפרעת שליטה בסוגרים ועצירות. מהלך המחלה הוא כרוני, כאשר במרבית החולים התסמינים מחמירים בהדרגה לאורך שנים, וגורמים להגבלה גוברת והולכת בתפקוד ולפגיעה באיכות החיים.

מאז תיאורה הראשוני של המחלה לפני כ-200 שנה, חלה התקדמות ניכרת בהבנתנו את המאפיינים הקליניים שלה, וכיום ההתייחסות הרפואית היא למכלול התסמינים של המטופל, ולא רק לצדדים של ההפרעה בתנועתו. בעשורים האחרונים חלה התקדמות ניכרת גם בהבנת הגורמים הגנטיים והמנגנונים המולקולריים המעורבים בהתפתחות של פרקינסון.

המחקר גילה כי במוחם של החולים מתרחשים שינויים פתולוגיים, ביניהם ניוון תאי עצב המכילים מתווך כימי (דופאמין) ושקיעה של גופיפי לואי (Lewy bodies) המכילים את החלבון אלפא-סינוקלאין. בנוסף, קיימת פגיעה גם במתווכים הכימיים סרוטונין, אצטיל כולין ונוראדרנלין. הירידה בדופאמין אחראית לחלק גדול מהתסמינים, בעיקר לתסמינים של מערכת התנועה.

מזה כ-50 שנה, הטיפול התרופתי העיקרי לפרקינסון הוא בתרופות המכילות לבו-דופא (Levodopa) שמתפרק במוח לדופאמין, ומסייע לחולים לפצות על המחסור בדופאמין במוח. תרופות אחרות פועלות על מסלולי הדופאמין במוח (למשל, מעכבות את פירוק הדופאמין או תרופות הפועלות על הקולטנים לדופאמין במוח). הטיפולים התרופתיים לפרקינסון חוללו מהפכה של ממש בשיפור תסמיני החולים, ומיטיבים משמעותית את איכות חייהם.

ואולם לטיפול התרופתי המבוסס דופאמין יש גם חסרונות, ובראשם הצורך ליטול אותו כמה פעמים ביום, בשל משך זמן ההשפעה הקצר יחסית. הדבר אינו נוח למטופלים, שנדרשים ליטול תרופות מדי כמה שעות, ובנוסף גורם לעלייה וירידה תכופה ברמת הדופאמין בדם ובמוח. אלה, בשילוב עם ניוון תאי העצבים המוחיים וההפרעה בספיגת תרופות במערכת העיכול (שאופיינית למחלת פרקינסון), גורמים תנודות במצבם הקליני של המטופלים.

תנודות ביכולות התנועתיות מתרחשות לרוב לאחר מספר שנות מחלה וטיפול, ושכיחותן עולה ככל שמשך המחלה והטיפול ארוך יותר. כך, ייתכנו "זמני ON" תקופות שבהן מצבו התנועתי של מטופל יהיה טוב יחסית – לצד "זמני OFF" תקופות שבהן הוא יחוה תסמינים של איטיות, נוקשות בשרירים, רעידות וקושי ניכר בהליכה, כמו גם תרופות של עודף תנועתיים בלתי-נשלטת (דיסקיזיות). לעתים קרובות, מטופלים יחוו תנודות בתסמינים שאינם

תנועתיים, כגון שינויים במצב הרוח (ממצב רוח מרומם ועד דיכאון וחרדה), איטיות מחשבתית, עצבנות, ישנוניות, אי-שקט ניכר, הזעה, הסמקה, תחושת קור וכאבים ממושטים. תנודות כאלה מופיעות לרוב בתקופות שבהן גם היכולות התנועתיות אינן במיטבן. במצבים כאלה, מתן טיפול תרופתי המכיל דופאמין ישפר על פי רוב את התסמינים התנועתיים, וגם חלק מהתסמינים שאינם תנועתיים.

כדי למצוא ולהתאים את הטיפול התרופתי המיטבי באופן שיצמצם את זמני ה-OFF-על הרופא/ה לבצע תשאול יסודי של המטופל ובני משפחתו לגבי הופעת תסמינים תנועתיים ושאינם תנועתיים, התפתחות תנודות בתסמינים לאורך היממה ומציאת חוקיות במועד הופעתם.

לרוב, השינוי התרופתי יכלול עלייה בתדירות מתן התרופות, הוספת תרופות שמעלות את רמת הדופאמין, או שימוש בטיפולים פולשניים - הכוללים ניתוח לגירוי מוחי עמוק, בו מושתלות אלקטרודות למרכזי התנועה במוח, ושימוש במשאבות תת-עוריות או למערכת העיכול, המאפשרות הזלפה רציפה של תכשירים המכילים דופאמין.

באמצעות שמירה על ערכי דופאמין קבועים בדם, התסמינים אותם חווים המטופלים משתפרים משמעותית. נכון להיום, טיפולים פולשניים אלו מאושרים בסל הבריאות רק לתנודות במצב התנועתי של מטופלים ולא לתנודות בתסמינים הלא-תנועתיים, אך ידוע כי הם עשויים להוביל לשיפור גם בחלק מהתסמינים שאינם תנועתיים.

טיפולים פולשניים אלה מיועדים לחולי פרקינסון שמגיבים טוב לטיפול התרופתי בכדורים, אך חווים קשיים בשל משך ההשפעה הקצר שלהן והצורך ליטול אותן מספר רב של פעמים ביום; או כאלה שסובלים מתופעות לוואי של תנועות לא-רצוניות בעקבות השימוש בתרופות.

טיפולים פולשניים הוכחו כמפחיתים את משך זמן ה-OFF-היומי, מפחיתים את משך זמן התנועות הלא-רצוניות, משפרים את איכות חיי המטופל ולעיתים אף מחזירים למטופלים תפקוד עצמאי. ההחלטה על צורך בביצוע טיפול פולשני מבוצעת במרפאות הפרעות תנועה בבתי חולים, ודורשת שיתוף פעולה בין נוירולוגים, נוירוכירורגים ורופאי גסטרו. בעתיד הקרוב צפויים להיכנס לארסנל הטיפולי בחולים משאבות חדשות, פולשניות פחות - וקוצבי מוח בעלי יכולות קיצוב מתקדמות יותר.

באמצעות העלאת המודעות של המטופלים והצוות הרפואי לתסמינים המתעתעים והלא-קבועים, וביצוע התאמות בטיפולים התרופתיים (הניתנים דרך הפה או הפולשניים), ניתן לשפר את איכות חיי המטופלים.

ד"ר מאיר קסטנבאום הוא מנהל מרפאת הפרעות תנועה וסגן מנהל המחלקה הנוירולוגית, המרכז הרפואי מאיר.

11 באפריל הוא יום המודעות העולמי למחלת הפרקינסון

<https://www.haaretz.co.il/health/2023-04-10/ty-article/.premium/00000187-6a8a-d484-adea8e58540000>

[ea8e58540000](https://www.haaretz.co.il/health/2023-04-10/ty-article/.premium/00000187-6a8a-d484-adea8e58540000)

רדיו צפון תכנית הבריאות "רופא פרטי" 130423

ראיון עם ד"ר מאיר קסטנבאום על מחלת הפרקינסון: התסמינים המוכרים והפחות מוכרים של המחלה, כמו, דיכאון, עצירות, הפרעות שינה, עצבנות, עייפות, ירידה בחוש הריח וזאת לצד התסמינים המוטוריים של רעד או נוקשות בשרירים. התסמינים הלא מוטוריים יכולים להופיע שנים רבות לפני אבחון המחלה. כיצד מאבחנים את המחלה ומה אפשרויות הטיפול המוצעות כיום לחולים. חשיבות טיפולי השיקום ופעילות גופנית לצד הטיפול התרופתי. ישנה תופעה של תנודות ברמות הדופאמין שמקשות על איכות החיים וחשוב להיות מודעים אליהם כדי לטייב את הטיפול. עמותת פרקינסון ישראל מסייעת לחולים בהקטנת נטל המחלה ושיפור איכות החיים.

<https://1045fm.maariv.co.il/programs/media.aspx?ZrqvnVq=IHHHDG&c41t4nzVQ=FFE>

הארץ עמודי חדשות מדור בריאות 160423

לא רק רעידות: הצדדים הלא-מוכרים של פרקינסון

תרופות מבוססות דופאמין משמשות לטיפול יעיל בחולי פרקינסון כבר 50 שנה, אך משך זמן ההשפעה הקצר שלהן מחייב ליטול אותן כמה פעמים ביום, דבר שגורם לתנודתיות אצל המטופלים: שינויים במצב הרוח, עצבנות, הזעה, תחושת קור וכאבים

פרקינסון היא מחלה ניוונית נוירולוגית בעלת תסמינים תנועתיים הכוללים רעד, נוקשות, איטיות, הפרעות הליכה ונפילות. לצד אלה, פרקינסון מתאפיינת בשינויים קוגניטיביים, הפרעות במצב הרוח והשינה, חרדה, הפרעת שליטה בסוגרים ועצירות. מהלך המחלה הוא כרוני, כאשר במרבית החולים התסמינים מחמירים בהדרגה לאורך שנים, וגורמים להגבלה גוברת והולכת בתפקוד ולפגיעה באיכות החיים.

מאז תיאורה הראשוני של המחלה לפני כ-200 שנה, חלה התקדמות ניכרת בהבנתנו את המאפיינים הקליניים שלה, וכיום ההתייחסות הרפואית היא למכלול התסמינים של המטופל, ולא רק לצדדים של ההפרעה בתנועתו. בעשורים האחרונים חלה התקדמות ניכרת גם בהבנת הגורמים הגנטיים והמנגנונים המולקולריים המעורבים בהתפתחות של פרקינסון.

המחקר גילה כי במוחם של החולים מתרחשים שינויים פתולוגיים, ביניהם ניוון תאי עצב המכילים מתווך כימי (דופאמין) ושקיעה של גופיפי לואי (Lewy bodies) המכילים את החלבון אלפא-סינוקלאין. בנוסף, קיימת פגיעה

גם במתווכים הכימיים סרוטונין, אצטיל כולין ונוראדרנלין. הירידה בדופאמין אחראית לחלק גדול מהתסמינים, בעיקר לתסמינים של מערכת התנועה.

מזה כ-50 שנה, הטיפול התרופתי העיקרי לפרקינסון הוא בתרופות המכילות לבו-דופא (Levodopa) שמתפרק במוח לדופאמין, ומסייע לחולים לפצות על המחסור בדופאמין במוח. תרופות אחרות פועלות על מסלולי הדופאמין במוח (למשל, מעכבות את פירוק הדופאמין או תרופות הפועלות על הקולטנים לדופאמין במוח). הטיפולים התרופתיים לפרקינסון חוללו מהפכה של ממש בשיפור תסמיני החולים, ומיטיבים משמעותית את איכות חייהם.

ואולם לטיפול התרופתי המבוסס דופאמין יש גם חסרונות, ובראשם הצורך ליטול אותו כמה פעמים ביום, בשל משך זמן ההשפעה הקצר יחסית. הדבר אינו נוח למטופלים, שנדרשים ליטול תרופות מדי כמה שעות, ובנוסף גורם לעלייה וירידה תכופה ברמת הדופאמין בדם ובמוח. אלה, בשילוב עם ניוון תאי העצבים המוחיים וההפרעה בספיגת תרופות במערכת העיכול (שאופיינית למחלת פרקינסון), גורמים תנודות במצבם הקליני של המטופלים.

תנודות ביכולות התנועתיות מתרחשות לרוב לאחר מספר שנות מחלה וטיפול, ושכיחותן עולה ככל שמשך המחלה והטיפול ארוך יותר. כך, ייתכנו "זמני": "ON" תקופות שבהן מצבו התנועתי של מטופל יהיה טוב יחסית – לצד "זמני": "OFF" תקופות שבהן הוא יחוה תסמינים של איטיות, נוקשות בשרירים, רעידות וקושי ניכר בהליכה, כמו גם תרופות של עודף תנועתיות בלתי-נשלטת (דיסקיזיות). לעתים קרובות, מטופלים יחוו תנודות בתסמינים שאינם תנועתיים, כגון שינויים במצב הרוח (ממצב רוח מרומם ועד דיכאון וחרדה), איטיות מחשבתית, עצבנות, ישנוניות, אי-שקט ניכר, הזעה, הסמקה, תחושת קור וכאבים ממושכים. תנודות כאלה מופיעות לרוב בתקופות שבהן גם היכולות התנועתיות אינן במיטבן. במצבים כאלה, מתן טיפול תרופתי המכיל דופאמין ישפר על פי רוב את התסמינים התנועתיים, וגם חלק מהתסמינים שאינם תנועתיים.

כדי למצוא ולהתאים את הטיפול התרופתי המיטבי באופן שיצמצם את זמני ה-OFF, על הרופא/ה לבצע תשאול יסודי של המטופל ובני משפחתו לגבי הופעת תסמינים תנועתיים ושאינם תנועתיים, התפתחות תנודות בתסמינים לאורך היממה ומציאת חוקיות במועד הופעתם.

לרוב, השינוי התרופתי יכול לעליה בתדירות מתן התרופות, הוספת תרופות שמעלות את רמת הדופאמין, או שימוש בטיפולים פולשניים - הכוללים ניתוח לגירוי מוחי עמוק, בו מושתלות אלקטרודות למרכזי התנועה במוח, ושימוש במשאבות תת-עוריות או למערכת העיכול, המאפשרות הזלפה רציפה של תכשירים המכילים דופאמין.

באמצעות שמירה על ערכי דופאמין קבועים בדם, התסמינים אותם חווים המטופלים משתפרים משמעותית. נכון להיום, טיפולים פולשניים אלו מאושרים בסל הבריאות רק לתנודות במצב התנועתי של מטופלים ולא לתנודות בתסמינים הלא-תנועתיים, אך ידוע כי הם עשויים להוביל לשיפור גם בחלק מהתסמינים שאינם תנועתיים.

רשת 13 תכנית הבריאות "סטטוסקופ" 140423

ראיון עם פרופ' ניר גלעדי, מנהל אגף המוח במרכז הרפואי איכילוב + ציפי שיש, מתמודדת עם פרקינסון וחברת הנהלת עמותת פרקינסון ישראל על המחלה, מאפייני המחלה, כיצד מאבחנים ומטפלים, האם ניתן לשפר את התפקוד ולחיות באיכות חיים טובה, חשיבות התמיכה במסגרת העמותה והקהילה, כיצד ניתן לסייע בהתמודדות והתמיכה של המשפחה.



<https://13tv.co.il/item/daytime/stethoscope/clips/y14ro-903495657/?pid=7&cid=903495657>

רדיו תל אביב התכנית של דליק ווילניץ 170423

ראיון עם ציפי גולדברגר, מתמודדת עם פרקינסון, משוחחת לקראת היום המיוחד לציון המחלה שחל בעוד יומיים. מספרת על עצמה ועל המחלה שלה. ההתמודדות עם המחלה. אופי המחלה שפוגעת גם בצעירים. עמותת פרקינסון בישראל ופעילותיה. כנס הפרקינסון הישראלי השלישי בגני התערוכה - בתנועה מתמדת דרך החושים.

<https://www.ifatmediasite.com/VT/ItemNew.aspx?ID=12099568>

רדיו רק"ע רדיו בשפה הרוסית כאן תאגיד התכנית "דולצ'ה ויטה" 170423

ראיון עם פרופ' טניה גורביץ', מומחית בנוירולוגיה, מנהלת היחידה להפרעות תנועה בבי"ח איכילוב - יום המודעות הבינ"ל לפרקינסון. 1% מבני 60 ומעלה לוקים בפרקינסון. אופי המחלה, ירידה ברמת הדופמין במוח. טיפול במחלה, מחקר ופיתוח שיטת טיפול חדשה. יש קשר בין מחלת פרקינסון למוטציה השכיחה אצל יהודים אשכנזים.

<https://www.ifatmediasite.com/VT/ItemNew.aspx?ID=12102028>

הלא טי.וי + אתר פאנט מגזר ערבי 170423

ראיון עם ד"ר מוניר אבו סנינה על מחלת הפרקינסון, התסמינים האופייניים, כיצד מאבחנים ומטפלים, על חשיבות פעילות גופנית ועל סקר מקיף שיזמה העמותה לחודש המודעות וכנס הפרקינסון השנתי



<https://panet.com/story/3755600>

כשליש מחולי הפרקינסון אינם מקבלים טיפול מיטבי

70% מהחולים אינם מקבלים כלל טיפולי שיקום תומכים החיוניים עבורם לשיפור התפקוד ומניעת הידרדרות המחלה. 25% מהחולים נאלצים לנסוע מרחק של למעלה מ 50 ק"מ למרפאה או למומחה להפרעות תנועה.

85765651

יחד נאמן - כותרת
עמוד 54 , 18/04/2023 , 27.5 x 11.54
כתבים: נאור קצין

רפואה בעריכת: נ. קצין

עמותת פרקינסון:

כשליש מחולי הפרקינסון אינם מקבלים טיפול מיטבי

■ 70% מהחולים אינם מקבלים כלל טיפולי שיקום תומכים החיוניים עבורם לשיפור התפקוד ולמניעת התדרדרות המחלה ■ 25% מהחולים נאלצים לנסוע מרחק של מעל 50 ק"מ למרפאה ולמומחה להפרעות תנועה ■

רבע מהחולים שמקבלים טיפולים תומכים ציינו, כי המחנה מעל 4 חודשים עד שהתחילו לקבל את הטיפולים. כמחצית מהחולים שמקבלים טיפולים תומכים דיווחו כי חסרים טיפולים תומכים באזור מגוריהם. 25% מהחולים נאלצים לנסוע מרחק של מעל 50 ק"מ למרפאה ולמומחה להפרעות תנועה, 15% מהחולים ציינו כי אין להם מענה כשהם זקוקים ליערץ רפואי דחוף בנוגע למחלת הפרקינסון. אייל לוי, מנכ"ל עמותת פרקינסון בישראל, מדגיש: "נתוני הסקר ממחישים את המחורל של המדינה בטיפול בחולי פרקינסון. בזכור, דריח מצב הניירולוגיה העלה כי בישראל יש יותר מ-1000 חולי פרקינסון לניירולוג מומחה אחד להפרעות תנועה והמתנה ממוצעת של 9 חודשים למומחה בתחום".



כשליש מחולי הפרקינסון בישראל אינם מקבלים את הטיפול המיטבי למחלה שלהם, בעיקר בשל זמני המתנה ארוכים לניירולוג, מחסור בטיפולים תומכים וחוסר ברופאים מומחים למחלה. כך עלה מסקר מקיף שנערך לראשונה על ידי גיאוקרטוגרפיה ביוזמת עמותת פרקינסון. מעל מחצית החולים (56%) ר-75% מאלה שמחלתם חמורה, מוצעים במידה בינונית ומטה מהטיפול שהם מקבלים. 30% טוענים שאינם מקבלים את הטיפול המיטבי, כאשר השיעור גבוה יותר בקרב אלו שמחלתם בינונית עד חמורה. 70% מהחולים ציינו כי כלל אינם מקבלים טיפולי שיקום תומכים החיוניים עבורם לשיפור התפקוד ולמניעת התדרדרות המחלה. 81% מאלה שמקבלים טיפולים תומכים, נאלצים להוציא באופן פרטי כ-1,200 ש"ח בממוצע לחודש למימון טיפולים נוספים.

מרגש: עמותת פרקינסון ממנה יו"ר שמתמודד בעצמו עם המחלה

רון שטיין מציין: "אני נרגש וגאה על הזכות שנפלה בחלקי להיות בעמותה. אני מודה על האמון שניתן בי ומקווה להמשיך להוביל את העמותה כגוף שפועל ללא לאות למען חולי הפרקינסון בישראל ולהגיע להישגים חדשים"

רון שטיין מונה לתפקיד יו"ר עמותת פרקינסון בישראל ויחליף בתפקידו את עמיר כרמין, שכיהן בתפקיד מזה כ-12 שנה. רון, מתמודד בעצמו עם מחלת הפרקינסון, משמש כיום כיו"ר דירקטוריון חברת פעילים ניהול תיקי השקעות בע"מ וכיהן בעבר כמשנה למנהל כללי וממונה על החטיבה הקמעונאית בבנק הפועלים, וכמנכ"ל ויו"ר חברת ישראלכרט.

שטיין מציין: "אני נרגש וגאה על הזכות שנפלה בחלקי להיות בעמותה. אני מודה על האמון שניתן בי ומקווה להמשיך להוביל את העמותה כגוף שפועל ללא לאות למען חולי הפרקינסון בישראל ולהגיע להישגים חדשים. פרקינסון היא מחלה, אך היא לא גזירת גורל, וכיום אפשר לחיות עם המחלה באיכות חיים טובה למשך שנים רבות ולכן חשובה ההתמודדות במסגרת קהילה תומכת."

העמותה נוסדה בשנת 1993 על-ידי קבוצת חולים ובני משפחותיהם מאזור חיפה והקריות ומונה למעלה מ-10 סניפים ברחבי הארץ. העמותה פועלת שלא למטרות רווח, ללא הבדל גזע, מין, דת, או דעות פוליטיות, ומנוהלת על ידי חולים חברי העמותה, בני משפחה וידידים. נושאי התפקידים ופעילים בעמותה מבצעים את תפקידיהם בהתנדבות ואינם מקבלים שכר. לצד הנהלת העמותה פועלת ועדה רפואית מייעצת, המורכבת מבכירי הנוירולוגים בארץ המתמחים במחלת הפרקינסון.

<https://www.ice.co.il/positions/news/article/959689>

סקר: 70% מחולי הפרקינסון בישראל לא מקבלים טיפולי שיקום תומכים

בישראל חיים כ-35 אלף חולי פרקינסון | סקר של עמותת פרקינסון מציג תמונת מצב עגומה: יותר ממחצית החולים הקשים לא מרוצים מהטיפול בהם | יו"ר החברה הישראלית להפרעות תנועה: "הממצאים לא מפתיעים - מכסת טיפולי השיקום בקופות מוגבלת וקיים מחסור במומחים"

יותר ממחצית החולים בפרקינסון במצב מחלה חמור אינם מרוצים מהטיפול שאותו הם מקבלים ורוב החולים לא מקבלים טיפולי שיקום תומכים, החיוניים לשיפור התפקוד היומיומי ולמניעת הידרדרות המחלה. כך עולה מסקר מקיף שנערך לראשונה בקרב חולי פרקינסון ביוזמת עמותת פרקינסון.

בסקר, שנערך באמצעות חברת גיאוקרטוגרפיה בחודשים פברואר-מרץ השנה, השתתפו 400 חולי פרקינסון בפריסה ארצית שהביעו את רמת שביעות הרצון שלהם מהטיפול שהם מקבלים למחלתם.

מעל למחצית מהמשיבים (56%) ציינו כי הם מרוצים במידה בינונית, במידה מועטה או כלל לא מרוצים מהטיפול שהם מקבלים, ו-75% ממי שמחלתם חמורה ציינו כי הם מרוצים רק במידה בינונית, במידה מועטה או כלל לא מרוצים מהטיפול שהם מקבלים.

בישראל חיים כ-35 אלף חולי פרקינסון, מחלה ניוונית נוירולוגית בעלת תסמינים תנועתיים הכוללים רעד, נוקשות, איטיות, הפרעות הליכה ונפילות. בנוסף לאלה קיימים גם תסמינים לא תנועתיים הכוללים שינויים קוגניטיביים, הפרעות במצב רוח ובשינה, חרדה, הפרעת שליטה בסוגרים ועצירות. מהלך המחלה הוא כרוני, ובמרבית המקרים התסמינים מחמירים בהדרגה לאורך שנים וגורמים להגבלה הולכת וגוברת בתפקוד ופגיעה באיכות החיים.

כ-30% מהחולים שנסקרו טענו שאינם מקבלים את הטיפול המיטבי למחלה שלהם, בעיקר בשל זמני המתנה ארוכים לנוירולוג, מחסור בטיפולים תומכים וחוסר ברופאים מומחים למחלה. בקרב מי שמחלתם בינונית עד חמורה, עולה שיעורם של הטוענים כי אינם מקבלים את הטיפול המיטבי ל-31%-40%.

רוב החולים משלמים מכיסם על טיפולי שיקום תומכים

כ-70% מהחולים ציינו כי אינם מקבלים טיפולי שיקום תומכים, החיוניים והכרחיים עבורם לשיפור התפקוד היומיומי ולמניעת הידרדרות המחלה.

מתוך החולים המקבלים טיפולים תומכים, 81% לא מקבלים מספיק טיפולים במסגרת סל הבריאות ונאלצים להוציא מכיסם כ-1,200 שקל בממוצע לחודש, למימון טיפולים נוספים. עלות הטיפולים החודשיים בקרב חולים במצב חמור

מגיע ליותר מ- 1,600 שקל בממוצע. הוצאה כספית משמעותית, לכל הדעות, בהתחשב בכך שכ-70% מהחולים אינם עובדים.

כרבע מהמקבלים טיפולים תומכים ציינו כי המתינו יותר מארבעה חודשים טרם קבלת הטיפולים התומכים. כמחצית ממי שמקבלים טיפולים תומכים ציינו כי חסרים טיפולים תומכים באזור המגורים שלהם, בעיקר קלינאי/ת תקשורת, הידרותרפיה, פיזיותרפיה, ריפוי בעיסוק המתמחים בפרקינסון.

אי נגישות למרפאות ולמומחים להפרעות תנועה

25% מהחולים ציינו כי הם נאלצים לנסוע מרחק של יותר מ-50 ק"מ כדי להגיע למרפאה ולמומחה להפרעות תנועה שבה הם מטופלים. כ-16% נוסעים אף יותר מ-100 ק"מ על מנת לקבל טיפול במרפאה/ מומחה להפרעות תנועה בבית החולים.

ייעוץ רפואי דחוף עבור המחלה

כ-15% מהחולים ציינו כי אין להם מענה כשהם זקוקים לייעוץ רפואי דחוף בנוגע למחלת הפרקינסון ממנה הם סובלים.

ד"ר גלעד יהלום, יו"ר החברה הישראלית להפרעות תנועה, מנהל היחידה להפרעות תנועה במרכז הרפואי שערי צדק בירושלים, אמר בהתייחסו לממצאים כי הם מדאיגים אך אינם מפתיעים, במיוחד בכל הקשור לטיפול השיקום עבור החולים.

"מהסקר עולה כי 70% מהחולים לא מקבלים בכלל טיפולים תומכים, וזאת משום שקופות החולים מממנות טיפולי פיזיותרפיה, ריפוי בעיסוק או הידרותרפיה רק לתקופה של שלושה חודשים בשנה והחולה נאלץ לשלם מכספו הפרטי את עלות הטיפולים בתשעת החודשים הנוספים. מדובר בהוצאה של אלפי שקלים בחודש. מדובר במצב אבסורדי", אמר ד"ר יהלום, "משום שמחקרים רבים הראו, שלצד הטיפול התרופתי, יש קשר ישיר בין פעילות גופנית וטיפול שיקום לבין שיפור המצב התפקודי של חולי פרקינסון והאטת התקדמות המחלה."

ד"ר יהלום הוסיף ואמר כי המחסור בכוח אדם מתמחה בתחום הפרעות תנועה בישראל הוא בעיה חשובה נוספת. "זה מביא לזמינות נמוכה ומאלץ חולים רבים לנסוע מרחק רב כדי לקבל את הטיפול המיטבי עבורם. חשוב להכשיר עוד רופאים בתחום ולהקים מרפאות ייעודיות נוספות להפרעות תנועה בארץ, בפרט באזורי הפריפריה."

אייל לוי, מנכ"ל עמותת פרקינסון בישראל, הצביע על המדינה כאחראית ואמר כי "נתוני הסקר ממחישים את המחדל של המדינה בטיפול בחולי פרקינסון. דו"ח מצב הנוירולוגיה שפורסם לאחרונה על ידי הוועדה לבחינת מקצוע הנוירולוגיה של משרד הבריאות הציג את הנוירולוגיה כמקצוע במצוקה."

הוא ציין כי על פי הדו"ח, בישראל יש נירולוג מומחה אחד להפרעות תנועה לכל 1,000 חולי פרקינסון, מה שמתבטא בהמתנה ממוצעת של תשעה חודשים למומחה בתחום.

לדבריו, "לנוכח חוסר המענה בסל, העמותה מציעה למתמודדי פרקינסון מגוון חוגים בתחומי כושר גופני, פיזיותרפיה, טניס שולחן, יוגה, ריקוד והידרותרפיה, במחיר מסובסד לחברי עמותה. אני קורא למשרד הבריאות שלא להזניח את חולי הפרקינסון בישראל ולפעול להגדלת מכסת טיפולי השיקום של מקצועות הבריאות בסל, כדי למנוע מחולים להגיע למצב סיעודי ולייצר עומס נוסף על מערכת הבריאות."

<https://doctorsonly.co.il/2023/04/283376>

הסטוריה של DoctorsOnly:



הספת חסון
מיתוס אישית

ב"א-לייב
בבעה צריכת

אם חוזר, שלם
לכנס על השב

חשיבות ה-PPG
זה או

אסטרטגיה חד
גמר ברורים

ביקורת גנטי
הקרב פטופילס

שימוש בשיטות
בריאות נהר

טיפול עם רצפין
ועזיז ברשות

אלטריוס
לנחמה בין

ראש חגרים
באחרים כפריים

הקשר בין
טענים: נגד

יום עיון: טנפיל
גראה כפוש

יום הסטוריה
ישראל דירור

ר
ח:

<https://doctorsonly.co.il> מאמר זה התפרסם באתר דוקטורס אונלי

חדשות

Get Notifications

סקר: 70% מחולי הפרקינסון בישראל לא מקבלים טיפולי שיקום תומכים

בישראל חיים כ-35 אלף חולי פרקינסון | סקר של עמותת פרקינסון מציג תמונת מצב עגומה: יותר ממחצית החולים הקשים לא מרוצים מהטיפול בהם | יו"ר החברה הישראלית להפרעות תנועה: "הממצאים לא מפתיעים - מכסת טיפולי השיקום בקופות מוגבלת וקיים מחסור במומחים"

מערכת דוקטורס אונלי 16:09, 23.04.2023



זדים

יו"ר חדש לעמותת פרקינסון בישראל

רון שטיין, מונה לתפקיד יו"ר **עמותת פרקינסון בישראל** ויחליף בתפקידו את עמיר כרמין, שכיהן בתפקיד מזה כ-12 שנה. רון, מתמודד בעצמו עם מחלת הפרקינסון, משמש כיום כיו"ר דירקטוריון חברת פעילים ניהול תיקי השקעות בע"מ וכהן בעבר כמשנה למנהל כללי וממונה על החטיבה הקמעונאית בבנק הפועלים, וכמנכ"ל יו"ר חברת ישראלכרט.



<https://www.infor.co.il/Newsletter/Published/Files/InforNewsLetter27042023.html>

כתבה מגזינית על נבחרת הפינג פונג של העמותה, על הזכייה במשחקים בקרואטיה והסיפור של רוני גלבוע, מייסד ליגת הפינג פונג ועל עמותת הפרקינסון וסגולות הפינג פונג למתמודדים עם פרקינסון.

פינג פונג לטובת המתמודדים עם פרקינסון מרגש: ד"ר ענת רובינסון רופאת העיניים, מתמודדת עם פרקינסון, זכתה במדליית זהב באליפות העולם בפינג פונג

הישיגים מרשימים לנבחרת: לראשונה, השתתפה נבחרת ישראל בתחרות אליפות העולם בטניס שולחן למתמודדים עם פרקינסון, אשר התקיימה בקרואטיה. בתחרות בלט הסוכ הנשי כאשר במדליית זהב באליפות העולם לנשים זכתה ד"ר ענת רובינסון, רופאת עיניים מבי"ח בלינסון ומתמודדת עם פרקינסון. בטווחי הנשים לחוגות זכו ד"ר רובינסון ורדה עיסאוי מתמודדת עם פרקינסון מהיישוב יפיע ושתייהן יחד זכו במדליית ארד במקום 3 בעולם.

סיפור חייו: רוני גלבוע - טייס לשעבר ומתמודד פרקינסון, שיחם והקים בעצם את ליגת הפינג פונג בעמותה ואת אליפות הארץ הראשונה למתמודדים.

נולדתי בירושלים בשנת 1956, סיימתי לימודי בתיכון שליד האוניברסיטה (ליד"ה) במגמה מתמטית פיזיקלית. בן 18 התגייסתי לחיל האוויר ובשנת 1976 סיימתי את קורס הטיס במגמת מסוקים. את אורה אשתי היכרתי בבסיס חיל האוויר בו שירתה. בשנת 1980 התחתנו ונולדו לנו 4 ילדים. שמונו בוגרי הטכניון בחיפה, אורה במגמת הנדסת מוח וביוטכנולוגיה ובהמשך תעשייה וניהול ואני בהנדסת חשמל. את ביתנו הקמנו במושב בית הלל שבגליל העליון. שם אנו מתגוררים כבר ארבעים שנה ונתיים מחיי הכפר ומחמשת

26 מדיות עם 180 מתמודדי פרקינסון שהם שחקני פינג פונג. נבחרת ישראל השתתפה בתחרות בחסות עמותת פרקינסון ישראל וכללה 12 מתמודדי פרקינסון שהם שחקני פינג פונג פעילים, ביניהם 10 נשים ו-2 גברים. אייל לוי, מנכ"ל עמותת פרקינסון ישראל: "לספורט טניס שולחן ישנן סגולות רפואיות שונות מענה למניעת הדחדחת מחלת הפרקינסון. באמצעות טניס שולחן המתמודדים יכולים לשפר את התפקוד היומיומי, את היציבה, קואורדינציה, קשר עין-יד, ואפילו לשפר את הקוגניציה. עמותת פרקינסון מקיימת ליגת פינג פונג לחולי פרקינסון, וכיום משחקים בה כ-100 מתמודדי פרקינסון ב-16 ערים שונות בארץ בליגה ארצית לפינג פונג."

החולה מהבית ומהכריות תגיש פופולרי וקל ללימוד. כשאני מנצחת במשחק הפינג פונג אני מרגישה שאני מנצחת גם את המחלה". בטווח הנשים, זכה אלון ישראל לנשים, בציריך באם, במקום 1 בבית הניחומים ורוני גלבוע, טייס חיל האוויר לשעבר, וזם פרויקט הפינג פונג בעמותת פרקינסון בישראל, זכה במקום 1 בבית הניחומים בוועת מעורב יחד עם ד"ר ענת רובינסון. בתחרות השתתפו נבחרות מ

ד"ר ענת רובינסון הגיבה על ההישג: הפינג פונג מבחינתי הוא הספורט המושלם והאידיאלי למתמודדים עם פרקינסון מבחינה גופנית ונפשית גם יחד. הוא משפר תנועת המפרק, מחזק את שיווי המשקל, משפר את זמן התגובה, מחזק את תנועות העיניים העוקבות אחר הכדור, מפעיל את הלב, מעלה דופק, משפר את מצב הרוח, מוציא את

ד"ר ענת רובינסון, זכתה במדליית זהב בתחרות אליפות העולם בטניס שולחן



חוג שידור- עמותת פרקינסון

נכדו (כן יבוא...) הנדריים. בשנת 1990 הקמתי יחד עם מספר קולגות את חברת ההיי טק OTI שם פיתחנו טכנולוגיות שהפכו עם הזמן למוצרים מובילים בשוק הישראלי והעולמי. בשנת 2007, בעת חזרה מטיול



דני גלבוע (במרכז ותמונה) בתחרות הפינג פונג בקראואטיה



ד"ר ענת רובינסון והמאמן שלה בתחרות אליפות העולם לנשים בטניס שולחן

איתי לצאת לאליפות עולם למתמודדים עם פרקינסון שנקיימת עמותה עולמית "PingPongParkinson" בה אנחנו חברים. בשנת 2022 החלטתי להרים את הכפפה בתהליך מחור של 8 חודשים ובתמיכה של עמותת הפרקינסון בישראל הקמנו חוגי טניס בסניפי האירגון, קיימנו את אליפות הארץ הראשונה למתמודדים מכל הארץ תחת הסיסמא: "הכח בידיים שלנו", השתתפנו באליפות העולם בקראואטיה עם השנים נאים, וסיימנו את שנת 2022 עם מאה שחקנים ב-15 סניפים ועוד הוד נטויה. מטרתה היא להעביר את האחריות על איכות החיים ושיפור מדדים פיזיים, קוגניטיביים וחברתיים של מתמודדי הפרקינסון לידיהם, ולהכניס שמחה, תחושת הישגיות וסיפוק לחייהם.

עוז "כאן וז" החלו בקורסים של חולי פרקינסון שבאו ללמוד מניסיוני. אני רואה בעזה לאנשים במצבי שלחיות ובעזה בחיוב לכל בקשה לביקור של המתמודדים ולשיחה איתם. עצתי להם: "קחו את בריאותכם בידיים גם אם הן חלשות". המידל מסל שמעון בחגן מנוף הגליל שקרא את הכתבה בה הוזכר משחק טניס שולחן כתופעה יומיומית שמעון הוא יור אגדת ספורט טניס של גוף הגליל, בצמרת הלצה העלילה בעף הוא שם לעצמו מטרה לקדם את טניס השולחן ככלי משקם פיזית, משולחן וחברתי ואני אמצא את אני מאמין שלו: "טניס שולחן משקם את המוח". יחד עם מאמן טניס שחר גילעד ומאמן כושר ואומנויות לחימה ישי קורליקר, התחלתי להתאמן ולהתחזק. שמעון שוכנע

עד שנת 2012, אז החלטתי לעשות שינוי משמעותי ולתת לידי שלי לבריאות שלי כעיסוק המרכזי בחיי. שנים רבות השתפנו בטילים אתגריים בארץ ובעולם. באופן מובהק, בכל פעם שהיינו בתנועה במסלול אתגרי מצבי השתפר מאוד. הקמתי מסלול אתגרי בתצור ביתי ושם תרגלתי באופן יומיומי תנועה בתנאי חוסר יציבות אורה ואני הכנתי סרטון המספר על ההתמודדות שלו עם הפרקינסון. הסרטון אומץ על ידי העמותה ומהווה השראה למתמודדי פרקינסון ובני משפחתם.



אני מאמין בבחור של השנה אותו אירגן שייכל לתמוך את תחרות שלט למובט יתר, מדינת יתר האפילו בריאות יתרה (אני מלביע עיניים) מותן הסיד סוף והתמודדות שלנו עם הפרקינסון

משיפתי בארה"ב, הבחנתי שיד שמאל שלי רועדת, חשבתי מייד על פרקינסון. לאחר ביחורים רבים האבחנה הלא מקצועית שלי התבררה כמטוה. כל חיי התרגלתי להתמודד עם שינויים ופתחתי בעיות, כך גם התייחסתי למחלת הפרקינסון. המשיכתי בשרות מילואים פעיל עד שנת 2009, ובעבודתי

במסגרת כתבה נרחבת במסגרת יום ספור של "ישראל היום" וכתבה במהדורות החדשות של



לא רק רעד- פרקינסון מחלה רבגונית עם מיגוון תסמינים

פרקינסון היא מחלה ניוונית נירולוגית בעלת תסמינים תנועתיים הכוללים רעד, נוקשות, איטיות, הפרעות הליכה ונפילות. בנוסף תסמינים לא תנועתיים הכוללים שינויים קוגניטיביים, הפרעות במצב הרוח והשינה, חרדה, הפרעת שליטה בסוגרים ועצירות הפרעות בתפקוד המיני. אצל מרבית החולים התסמינים מחמירים בהדרגה לאורך שנים, וגורמים להגבלה הולכת וגוברת בתפקוד ופגיעה באיכות החיים.

צפו בפרופ' ניר גלעדי מתראיין על כך בתוכנית סטטוסקופ, רשת 13



<https://www.medico.co.il/%D7%A0%D7%95%D7%99%D7%A8%D7%95%D7%9C%D7%95%D7%92%D7%99%D7%94/%D7%9C%D7%90-%D7%A8%D7%A7-%D7%A8%D7%A2%D7%93-%D7%A4%D7%A8%D7%A7%D7%99%D7%A0%D7%A1%D7%95%D7%9F-%D7%9E%D7%97%D7%9C%D7%94-%D7%A8%D7%91%D7%92%D7%95%D7%A0%D7%99%D7%AA>

מינוי רונן שטיין ליו"ר החדש של עמותת פרקינסון.

ידיעות אחרונות - ממון
עמוד 7, 02/05/2023, 3.86 x 3.61
כתבים: כתב העיתון

85925836



דבורה שור

מינויים

- **דבורה שור** נבחרה לרוברת, יועצת התקשורת ואשת יחסי הציבור של בית החולים שמואל הרופא בבאר יעקב. בין לקוחותיה גופים מובילים בתחום הבריאות ובהם המרכז הלאומי להשתלות, איגוד המלר"דים ועוד. שור זכתה בפרסים ובתעודות הוקרה על פעילותה במשך השנים.
- פרופ' **יהודית גל-עזה**, חברת סגל בכירה במחלקה למתמטיקה ומדעי המחשב באוניברסיטה הפתוחה, מונתה לראשת ACM.
- **שוקי אורן** מונה ליו"ר הוועד המנהל של עמותת ער"ן.
- **רן נחום** מונה למנהל התומדות הסימפונית חיפה.
- **ערן קריסטל** מונה לסמנכ"ל הסחר בחברת רואר ישראל.
- **יורם בן-פורת** מונה לסמנכ"ל חברת "ישראל קנדה - דיור מוגן".
- **עידית יוזנט** רכיד מונתה לסמנכ"לית חטיבת תוספי התזונה של קבוצת מעברות.
- **דניאל גורדון** מונה לסמנכ"ל אלטמן בריאות.
- **רונן שטיין** מונה ליו"ר עמותת פרקינסון בישראל.
- **רו"ח יאיר תמיר** מונה לסמנכ"ל הרפ"ם של רשת סופרפארם.

טל אובחנה עם פרקינסון בגיל 41: "הרגשתי כאילו תקרה נפלה לי על הראש"

המחלה הזו היא לא של קשישים בלבד: לפי הסטטיסטיקה, 10% מהחולים בה הם צעירים. טל אשר, היא גם הקפטנית של נבחרת כדורשת בליגת "מאמאנט", מספרת לאולפן ynet, על ההתמודדות שלה עם המחלה, כבר 13 שנה. "הבנתי שהתרופות מאפשרות קיום לא רע בכלל, וגם לספורט יש חלק חשוב בהתמודדות. מקווה שפעם היא לא תהיה מחלה כרונית"

טל אשר בת ה-54, גילתה שהיא חולה בפרקינסון בגיל 41, לפני 13 שנה, כשהיא אם לשתי ילדות קטנות. "לפי הסטטיסטיקה, 10% מחולי הפרקינסון הם צעירים", היא אומרת לאולפן ynet, היא מספרת שכאשר אובחנה כחולת פרקינסון, הרגישה כאילו נפלה לה תקרה על הראש. "לא ידעתי במה מדובר", היא נזכרת. "אחר כך קראתי, נרגעתי ויצאתי לדרך. היה ברור שזה משהו שצריך לחיות איתו. זה מרתון, וצריך לדעת לנהל את זה".

מה אמרו לך הרופאים? "הם אמרו שזו מחלה כרונית, אבל אפשר לחיות איתה לא מעט שנים באיכות חיים טובה יחסית. אני למדתי שהתרופות מאפשרות קיום לא רע בכלל, ושספורט הוא חלק מאוד משמעותי. למיטב הבנתי, יש קונצנזוס על כך בין כל הרופאים בעולם". כיום היא קפטנית של נבחרת כדורשת בליגת "מאמאנט", מתרגלת יוגה ורוקדת ניה. "אני עושה כל מה שאני יכולה כדי לעכב את הידרדרות המחלה ולשפר את איכות חיי", אומרת אשר.

מחלת הפרקינסון חזרה לכותרות בימים האחרונים בעקבות ריאיון שנתן השחקן האמריקאי מייקל ג'יי פוקס, ובו הוא אמר שמצבו הרפואי מחמיר בשל המחלה, ושההערכה היא שלא יגיע לגיל 80. השחקן בן ה-61 חשף שהוא חולה בפרקינסון בסוף שנות ה-90. לפני חודשים אחדים אמר: "פרקינסון היא מתנה שממשיכה לקחת - אבל זאת מתנה, ולא הייתי משנה אותה עבור דבר". בעבר סיפר כי הזיכרון שלו לטווח קצר נהרס לגמרי.

פרקינסון היא הפרעה מוחית המאופיינת באובדן מתקדם של תנועה גופנית, כולל רעד, דיבור איטי או מטושטש, נוקשות וטווח תנועה מוגבל. המחלה קשורה גם לשינויים התנהגותיים, לדיכאון, לאובדן זיכרון ולעייפות. בעבר נהוג היה לחשוב שהמחלה פוקדת קשישים בלבד, אבל בשנים האחרונות מתברר שגם צעירים לוקים בה. פרקינסוניזם משני היא מחלה בעלת תסמינים דומים שעלולה להיגרם כתוצאה משבץ מוחי, מתרופות פסיכיאטריות, מתרופות ללב או ממחלות אחרות.

טל, יש התקדמות בחקר הפרקינסון? "כן. סביר להניח שבאיזשהו שלב היא כבר לא תהיה מחלה כרונית. יהיה לה פתרון. לפחות יהיו הקלה או דחייה של הסימפטומים. אני מקיימת אורח חיים רגיל: עושה הכול, מנהלת את הבית, עובדת".

כששחקן אהוב כמו מייקל ג'יי פוקס חושף שהוא חולה פרקינסון, זה תורם למודעות הציבור למחלה? "אני בטוחה שכן. קודם כל, הקרן שהוא הקים משקיעה המון כספים במחקר, ומהבחינה הזאת הוא צדיק בעיניי. זה גם עוזר למניעת הבושה וההסתרה. **עמותת פרקינסון הישראלית** משקיעה בשנים האחרונות משאבים רבים כדי להתחבר לצעירים שחולים בפרקינסון ומארגנת עבורם פעילויות ספורט ופעילויות תמיכה אחרות. בגיל צעיר אתה לא רוצה להיות מזוהה עם התווית הזאת, אתה מסתיר אותה.

חלק מהקמפיין שנעשה, נועד לשכנע את החולים לוותר על ההסתרה, "אני מלווה אנשים שאובחנו עם פרקינסון וגם מרצה בנושא. אני תמיד יוצאת נגד הסתרת המחלה. כשאנשים מסתירים את מחלתם, זה מבודד אותם מהסביבה. הם מסתירים חלק מאוד מהותי מהחיים שלהם, וזה לוקח כוח שנדרש כדי להתמודד עם המחלה עצמה. אין מה להתבייש בפרקינסון. אני לא עשיתי שום דבר רע." כי היא שואבת הרבה מאוד אנרגיה.



<https://www.ynet.co.il/health/article/bkkbjvie3#autoplay>

שילוב מודעה במוסף של עמוד אחד של עמותת פרקינסון כתרומה לעמותה ללא תשלום

מתמודדי פרקינסון אתם לא לבד!



עמותת פרקינסון
בישראל

**עמותת פרקינסון בישראל
בית חם עבורכם**

בואו והצטרפו לעמותה ותהנו מקהילה תומכת
ומגוון רחב של הטבות לפעילויות ספורט ורווחה
לפרטים והצטרפות לעמותה 054-6125043



סרוק במצלמה

**יש לי פרקינסון בחיים
אבל החיים שלי הם לא רק פרקינסון**

לינק למוסף ולמודעה:

<https://www.haaretz.co.il/st/inter/Global/magazine/Haaretz/2023/05%20may/brain/FlipBook.html#.ZH>

bz7DUDNIc.whatsapp



12.79x20.45	1	20	עמוד	המודיע - כותרת	02/06/2023	86332151-9
מחלת פרקינסון - 4025601						

נתונים עגומים: חולי הפרקינסון בארץ מוזנחים ואינם מקבלים את הטיפול שהם זקוקים לו

מקצוע הנזירולוגיה הוגדר ע"י משרד הבריאות כמקצוע במצוקה, שחסר בו כוח אדם ■ חולי פרקינסון נאלצים לחכות חודשים ארוכים לתור לרופא ■ מרביתם לא מקבלים טיפולים שיקומיים שהכרחיים להם לתפקוד בסיסי ■ קריאה למשרד הבריאות לפעול לפתרון

מרוצים מהטיפול שהם מקבלים. תשובות דומות (של חוסר שביעות רצון) התקבלו מאת 75% ממי שמחלתם חמורה. כ-30% מהחולים טענו שאינם מקבלים את הטיפול המיטבי למחלה שלהם, בעיקר בשל זמני המתנה ארוכים לנזירולוג, מחסור בטיפולים תומכים וחוסר ברופאים מומחים למחלה. בקרב מי שמחלתם בינונית עד חמורה, עולה ש-יעורם של הטוענים כי אינם מקבלים את הטיפול המיטבי ל-31%-40%.

כ-70% מהחולים ציינו כי אינם מקבלים טיפולי שיקום תומכים, החיוניים והכרחיים עבורם לשיפור התפקוד היומיומי ולמניעת הידרדרות המחלה. אם לא די בזאת, הנה נתון עגום נוסף: גם מתוך החולים שכן מקבלים טיפולים תומכים, 81% לא מקבלים מספיק טיפולים במסגרת סל הבריאות ונאלצים להוציא מכיסם כ-1,200 שקל בממוצע לחודש, למימון טיפולים נוספים. וההוצאה הזו מכבידה ביותר, בוודאי בה-תחשב בכך שכ-70% מהחולים אינם עובדים.

כ-15% מהחולים ציינו כי אין להם מענה כשהם זקוקים לייעוץ רפואי דחוף בנוגע למחלת הפרקינסון ממנה הם סובלים. ד"ר גלעד יהלום, יו"ר החברה הישראלית להפרעות תנועה, מנהל היחידה להפרעות תנועה במרכז הרפואי שערי צדק בירושלים, אמר בהתייחסו לממצאים כי הם מדאיגים אך אינם מפת-יעים, במיוחד בכל הקשור לטיפול השיקום עבור החולים. "מדובר במצב אבסורדי", אמר, והוסיף שהמחסור בכוח אדם שיכול לתת מענה לתחום הוא בעיה בפני עצמה, וחשוב להקים מרפאות נוספות ולהכשיר רופאים ש-יעסקו בכך.

איל לוי, מנכ"ל עמותת פרקינסון שהזמינה את הסקר, הצביע על המדינה כאחראית ואמר כי "נתוני הסקר ממחישים את המחדל של המדינה בטיפול בחולי פרקינסון". לוי הזכיר כי לפי דו"ח של משרד הבריאות עצמו, מקצוע הנזירולוגיה נחשב ל"מקצוע במצוקה", כלומר – חסר בו כח אדם.

הוא ציין כי על פי הדו"ח, בארץ יש נזירולוג מומחה אחד להפרעות תנועה לכל 1,000 חולי פרקינסון, מה שמתבטא בהמתנה ממוצעת של תשעה חודשים למומחה בתחום. הוא קרא למשרד הבריאות לפעול לפתרון הבעיה בהקדם.

מאת פינחס רובין
יותר ממחצית החולים בפרקינסון שמצבם חמור אינם מרוצים מהטיפול שאותו הם מקבלים, ורוב החולים כלל לא מקבלים טיפולי שיקום תומכים, החיוניים לשיפור התפקוד היומיומי ולמניעת הידרדרות המחלה – כך עולה מסקר מקיף שנערך לראשונה בקרב חולי פרקינסון ביוזמת עמותת פרקינסון.

פרקינסון היא מחלת ניוון, שתסמיניה כוללים רעד, איטיות, הפרעות הליכה ונפילות ועוד, כאשר במרבית המקרים התסמינים מחמירים בהדרגה לאורך שנים, ומגבילים יותר ויותר את תפקוד החולה, ופוגעים באיכות חייו. בארץ חיים כ-35 אלף חולי פרקינסון. 400 מהם הביעו את רמת שביעות הרצון שלהם מהטיפול שהם מקבלים למחלתם, בסקר שנערך ע"י חברת גיאוקרטוגרפיה בחודשים האחרונים.

רוב המשיבים (56%) ציינו כי הם מרוצים במידה בינונית או במידה מועטה או כלל לא

כלכליסט מוסף כלכלי של ידיעות 280623

כתבת מגזין על רון שטיין, על ההתמודדות המתגרת עם מחלת הפרקינסון והיציאה מהארון ועל התנדבותו בעמותת פרקינסון למען מתמודדים אחרים ובפרט בגילצער.

יפעת מידע תקשורת דרך מנחם בגין 56-58 ולשעבר דרך פיתל חל איבי 58-56 טל. 03-5617100 פקס. 03-5617100

13.27.87 1/6 1 | עט | כותרת | כלכליסט - כותרת | 06/06/2023 56057/06 5
4025601 מוליד מו קינטו

מוסף כלכליסט

עמ' 41 עמ' 64

היום

"הפרקינסון היה רעידת אדמה. אבל לא נשברתי"

רון שטיין היה בדרך לניהול בנק הפועלים, ואז התגלתה אצלו המחלה. כעת הוא מדבר לראשונה על הפחדים, על המחיר הכבד ששילם על ההסתרה, ועל ראומי לספר יכרי לחסוך את זה מאחרים // דיווח בחור ציר, עמ' 46



מוסף כלכליסט

יום ג'
29.06.23
לחצו על התמונה
לפרטים

29.06.23

ראיון עם טל אשר, מתמודדת עם פרקינסון, על ההתמודדות עם המחלה בגיל צעיר, האתגרים המיוחדים, על העיסוק בספורט הכדור רשת כקפטנית ליגת "מאמאנט" ועל עמותת פרקינסון שמפעילה קהילה של מתמודדים צעירים ונותנת מענה ותמיכה לצרכים המיוחדים שלהם.



הפרקינסון לא עוצר אותה

זתן פאר | פורסם: אתמול, 14:25



<https://www.ifatmediasite.com/VT/ItemNew.aspx?ID=12265289>

ראיון עם ציפי גולדברג ויעלה קיילר על מחלת הפרקינסון, התסמינים, האתגרים, איך מתמודדים עם מחלה כרונית פרוגרסיבית ועל חשיבות התמיכה בקבוצה ובמסגרת העמותה.

פתוח: איך מתמודדת אישה עם הידיעה שהיא חולה בפרקינסון? אפרת ברזל בשיחה פתוחה על המחלה הכואבת

[פתוח: איך מתמודדת אישה עם הידיעה שהיא חולה בפרקינסון? אפרת ברזל בשיחה פתוחה על המחלה הכואבת - הידברות\(hidabroot.org\)](https://hidabroot.org)

הראיון עלה גם ליוטיוב:

[זה חסר מרפא וכשאתה יודע שאתה חולה זה כבר מאוחר! אפרת ברזל בשיחה כואבת על מחלת הפרקינסון - 😞](https://www.youtube.com/watch?v=...)

[YouTube](https://www.youtube.com/watch?v=...)



מירוץ חבר 2023 בשיתוף עמותת פרקינסון

עיתון מנטה אירועים ופעילויות באוקטובר

4. לרוץ למען מטרה טובה



רצים למען חולי ה-ALS (צילום: רונן טופלברג)

שני מרוצים שנתיים חשובים יתקיימו החודש, ואתם מוזמנים להשתתף בריצה או בתרומה. הראשון הוא מרוץ החברים למען חולי ALS שייערך ב־26.10 ברמת השרון וכולל הפנינג משפחתי ומוזיקה ומטרתו לסייע במציאת תרופה ל־ALS.

מרוץ החברים למען חולי ALS, friends4als.org.il

אירוע נוסף הוא המרוץ של מועדון "חבר" שייערך ב־20.10 שהשנה משתף פעולה עם עמותת פרקינסון בישראל. המועדון תורם 1 שקל על כל 1 ק"מ שהמשתתפים וקרוביהם ירוצו בו. בואו לרוץ, לתמוך ולתרום!

[דברים טובים באוקטובר: מפיקניק צפרות ועד אליפות אירופה בסקי מים בכבלים\(ynet.co.il\)](https://www.ynet.co.il)

וואלה מדור ספורט 03/10/23

על נקודת הזינוק: מרוץ "חבר" 2023 יוצא לדרך

5,000 רצים ורצות צפויים להשתתף במרוץ השנתי של מועדון "חבר", שייערך ביום שישי ה-20.10 בגני יהושע בתל אביב. השנה המועדון משתף פעולה עם עמותת פרקינסון בישראל, המסייעת לחולים ולמשפחותיהם בהתמודדות עם קשיי המחלה - ותורם 1 ש"ח על כל 1 ק"מ שהמשתתפים ירוצו

[על נקודת הזינוק: מרוץ "חבר" 2023 יוצא לדרך - וואלה! ספורט \(walla.co.il\)](https://walla.co.il)

ICE שיווק ופרסום 3/10/23

ארגון "חבר" למען חולי הפרקינסון: המיזם המרגש נחשף

המרוץ השנתי של מועדון "חבר" יוצא לדרך זו השנה העשירית וצפויים להשתתף בו כ-5,000 עמיתים. על כל קילומטר שהרצים ירוצו מועדון "חבר" יתרום שקל לעמותה

[ארגון "חבר" למען חולי הפרקינסון: המיזם המרגש נחשף - אייס \(ice.co.il\)](https://ice.co.il)

ספורט 1 מעריב 3/10/23

על נקודת הזינוק: מרוץ "חבר" 2023 יוצא לדרך

5,000 רצים ורצות צפויים להשתתף במרוץ השנתי של מועדון "חבר", שייערך ביום שישי ה-20.10 בגני יהושע בתל אביב. השנה המועדון משתף פעולה עם עמותת פרקינסון בישראל, המסייעת לחולים ולמשפחותיהם בהתמודדות עם קשיי המחלה - ותורם 1 ש"ח על כל 1 ק"מ שהמשתתפים ירוצו

[/https://sport1.maariv.co.il/other-industries/article/1185745](https://sport1.maariv.co.il/other-industries/article/1185745)

מרוץ "חבר" 2023 יוצא לדרך

5,000 רצים ורצות צפויים להשתתף במרוץ השנתי של מועדון "חבר", שייערך ביום שישי (20 באוקטובר) בגני יהושע בתל אביב.

השנה המועדון משתף פעולה עם עמותת פרקינסון בישראל, המסייעת לחולים ולמשפחותיהם בהתמודדות עם קשיי המחלה – ותורם שקל אחד על כל ק"מ שהמשתתפים ירצו. המרוץ השנתי של מועדון "חבר" יוצא לדרך זו השנה העשירית, וצפויים להשתתף בו עמיתים, בני משפחותיהם וחבריהם בארבעה מקצים שונים לפי בחירתם: 5 ק"מ, 10 ק"מ, 15 ק"מ ו-800 מטר לילדים. כל עמית רשאי לרשום עד חמישה משתתפים נוספים.

בישראל חיים יותר מ-40 אלף חולי פרקינסון, כרבע מהם מתחת לגיל 50. עמותת פרקינסון בישראל פועלת כדי לסייע לחולים ולבני משפחותיהם בהתמודדות עם קשיי המחלה, ומאמינה שפעילות גופנית היא אחד הגורמים התורמים לניהול אורח חיים איכותי לצדה. ג'וש ארונסון

שוונג אתר חדשות ספורט

מרוץ חבר 2023

בישראל חיים למעלה מ-50,000 חולי פרקינסון, כשכ-14,000 מתוכם מתחת לגיל 50. עמותת פרקינסון בישראל פועלת במטרה לסייע לחולי הפרקינסון ולמשפחותיהם בהתמודדות עם קשיי המחלה ומאמינים שפעילות גופנית היא אחד הגורמים התורמים לניהול אורח חיים איכותי לצידה. במסגרת המרוץ, מועדון "חבר" יתרום לעמותה 1 ₪ עבור כל 1 ק"מ ריצה וחברי העמותה ייקחו חלק במרוץ.

<https://event.shvoong.co.il/events/%D7%9E%D7%A8%D7%95%D7%A5-%D7%97%D7%91%D7%A8->

[/2023](#)

פרסומים ופעילות בתקופת המלחמה

יוזמת תרומות לרכישת ערכות לניתוחי חירום לחיילים בשטח

רדיו תל אביב התכנית של דליק ווילניץ 051123

ראיון עם שחר בייר מנהלת ושותפה במרפאה של ד"ר אסף רבין על היוזמה מצילת החיים - בניית תיקי הצלה לרופאים בשטח בשיתוף עם עמותת פרקינסון ישראל

<https://m.102fm.co.il/?item=TWw4eU1UVT0vTVRveE9URTE>

כאן 11 החמ"ל של כאן פייסבוק

למי שעדיין לא מכיר אותנו, אנחנו ד"ר אסף רבין, סא"ל במילואים, מנהל מחלקת כלי דם בבית חולים העמק ושחר בייר, מנהלת הקליניקה. עם פרוץ המלחמה נחשפנו לחוסר של צוותי הרפואה ביחידות הלוחמות בציוד רפואי לטיפול בפצועים.

החלטנו לקחת יוזמה מצילת חיים - בניית תיקי הצלה לרופאים בשטח. התיקים מחולקים לרופאים ביחידות הלוחמות בחזיתות השונות לפי צורך. עלות כל תיק היא 8,000 ש"ח.

רכישת הציוד הרפואי, איסופו, בניית התיקים ושילוחם ליחידות ולבסיסים נעשית ע"י אנשים טובים שתורמים למאמץ בניצוחה של שחר בייר, מנהלת הקליניקה שלנו, שעוסקת מתחילת המלחמה רק בכך, בזמן שאני מגויס בצו 8. נכון להיום, מעל 150 תיקים יצאו לשטח והתגובות שאנחנו מקבלים הם תודה גדולה ואישור לחוסר הקיים. במקביל אנחנו מקבלים פניות מיחידות נוספות, אשר שמעו על המיזם, ומבקשות סיוע, ולכן עדכנו את היעד מ-150 ל-300 תיקים. בכל שאלה ועזרה מוזמנים לפנות לשחר במספר 052-4020154.

להעברת תרומות ישירות:

עמותת פרקינסון בישראל המסייעת לנו, בנק 12 -פועלים סניף 773 חשבון 561017

או בלינק המצורף <https://my.israelgives.org/en/fundme/FightingHamas>

לינק לפרסום המיזם:

<https://fb.watch/o0xaUOVNAI/?mibextid=Nif>

ישראל היפה | אלון צרפתי

alon72@gmail.com

צילום: יחזקאל



טיפול רוגע לנשים המפונות, אתר שמסייע לעסקים בדרום ובצפון וחלונות הראווה בפארק שרונה הקוראים להחזרת החטופים

לי עסקים בדרום ובצפון למכור גיפס קארד ולקבל את התשלום עליו כבר עכשיו ולסייג את השירותים או המוצרים שלהם בע"ת, כאשר רוחות המלחמה יירגעו. לפרטים: buysouthnorth.co.il

ממשיכים לעודד את המסעדות הישראליות: אפליקציית "משלוחה" משיקה את קמפיין המסעדות ללא דמי שילוח, שבמסגרתו יתן יהיה להזמין עד הבית מגוון מאתן מסעדות, במחיר זהה למחיר המנה בישיבה במסעדה. לפרטים באפליקציה.

אפליקציית הכושר, התזונה והבריאות פיסטמאמא, שהושקה במטרה להנגיש את תחום הבריאות לנשים ישראליות ולאפשר להן להתאמן בבית, מעניקה שלושה חודשי מנוי לתרבות העושה ללא תשלום. לפרטים: support@fitmama.com

אתר המורשת הלאומי נבעת התחמשת מקיים בימים אלה פעילויות עבור ילדים, בני נוער וגמלאים שפגשו מביתם בדרום

לון ברחבי הארץ עם המכשור החדשני. להזמין: [0512523695](tel:0512523695)

ביום שישי הקרוב יתקיים שוק חקלאים מתוצרת הארץ במתחם "מול כנרת" בצומת צמח: הפירות והירקות יגיעו מדרום הארץ ומצפונה, ואתם כמובן תעריפו לעודד את החקלאות המסורתית.

ד"ר אסף רבין, מנהל היחידה לכירורגיה כללית ב"מ"ר בבית חולים העמק עפולה, גם סא"ל במיל בחיל האוויר, הקים מיום תרומת לרכישת ציוד רפואי ובניית ערכות לרופאים צבאיים, הכוללות ציוד מצייל חיים. עמית פרקין נוסד בישראל אתגריס אף היא ליחידה ונרתמה למאמץ גיוס הכספים, ועד כה נרכשו 150 תיקים לתרומות ולפניות: [0524020154](tel:0524020154)

יומה ברכה: "קונים דרום צפון" הוא אתר שנועד לסייע למאות עסקים שה' דלו או מתקשים לפעול בעקבות המלחמה והפינוי. חברת Wix הקימה את האתר לתימכה בעסקים בקו העומת, המאפשר לבע"ת

הפורטראק של השף חיים כהן עוצר לפנק את חיילי צה"ל, מפרי ני הצפון והדרום וכוחות הסיוע במגוון מטי עמים מעשה ידיו. מאחורי היוזמה עומד ארי גון CAM שהקים בימים אלו קרן חירום לסיוע לארגונים. לתרומות: דרך אתר הארגון: combatantisemitism.org

סיכום רש מאירת עם כיתוב "להחזיר הביתה" וכלוב ציפורים שמגנו עזות הציפורים נמכרת במחיר סמלי של עשרה שקלים - יומם של ד"ר יהודה אור ואילן מוסיס להזמנות: [0542662266](tel:0542662266)

טיפול רכיבה וכלבנות טיפוליות לילדות עובר תושבי עוטף עזה ומשפחות מפונות מהצפון מתבצעים בירי עמדות לילדים אשר ממוקמת בקיבוץ מגל. לפרטים: Info@misholim.org

מאות נשים מפונות וזכות לטיפול רוגע על ידי אתרטיקאות של חברת Woman Cosmetics המגיעות לבתי המ"ר

חרדה כפול שניים

כיצד לעבור את ההריון בשלום בזמן המלחמה המתוחה, גם עבורך וגם עבור העובר?

הטרגיה שפקדה את מדינת ישראל, המראות הקשים, הנרגשים, הפצורים, החטופים והנעדרים מעוררים הרבה מאוד חרדות שמשפיעות על כולנו, גופנית ונפשית. נשים בהריון חוות חרדות ונמצאות במצב ייחודי, שבו הן אחראיות לא רק על עצמן, אלא גם על העובר הנמצא בהן, חוששות בתקופה זו להיטפח אחר תחושותיהן ורגשותיהן, מחשש כי הדבר יפגע בהריון. הנה כמה עצות של מירי לב, רוליה ואחות מוסמכת, מלווה נשים בהריון ואחרי לידה, שיעזרו להן לעבור את התקופה הזו בשלום:

1. את כמות החרדה שהיא צופה בה, משום שהצפייה רק מעצימה את תחושת הכאב וחוסר האונים. במקום זה אני ממליצה לנסות להעסיק את הגוף והראש בנביחים אחרים, כגון פעילות ספורטיבית, תרומה לקהילה, התנדבות או כל דבר אחר שירדם את המורל. העיקר למצוא משהו שיסיח קצת את הדעת.
2. במקרה של אופק חשוך להימנע מריצה מרובה כדי למנוע נפילה. מעבר לכך כדאי להכין ולסדר את הדרך לממ"ד מבעוד מועד, כך שתהיה פנויה ממכשולים. כדאי שאחור תמיד יהיה דרוך בדרך ושלל יהיו דברים על הרצפה. בתוך הממ"ד עצמו כדאי שהיו דברים שעוזרים להירגע, כמו אוזניות עם מוזיקה.
3. תתקפי חרדה הם דבר שכיח אצל כל אחת מאיתנו. חרדה היא מצב שמשי' פיע על כל הגוף וגם על העובר הנמצא בהם. אבל חרדה מהתקפי חרדה זה דבר שיכול להיות מלחץ עוד יותר. לכן, כדאי לאתר את האפשרות להתקף חרדה לפני שהוא מתרחש. אם את מרגישה שאת עומדת לעבור התקף חרדה, נסי להרגיע את הגוף: לקחת נשימות, לחשוב מחשבות טובות ולקחת תוסף טבעי להרגעה.
4. אני גם שומעת על לא מעט נשים החוששות לצאת מהבית לבריכות ומערי' פות לרחות אותן עד שהמצב יתירצב. אם אפשר לרחות את הבריכה בשבוע או שבועיים, מה טוב. אבל אני ממליצה מאוד לא לרחות ולא לבטל בדיקות שהן הכרחיות וחיוניות להתבצע בשבוע מסוים, משום שיש חובה להיות כל העת במעקב סביב ההריון ולוודא את תקינותו. לאחר השבוע ה-29, דחיית בדיקה שהייתה חיונית להיערך לכל המאוחר בשבוע ה-28 היא סיכון שאסור לקחת. הילד הבריא שכל אתה מאיתנו רוצה ללדת חסוב מרי מכדי שניקח לגבי סיכונים.



התרומות שריגשו אותי

● לזנות הראוה של פארק שרונה הפכו למיצבי אמנות הקוראים להחזרת החטופים. המיום המרגש, המתמקד בילדים החטופים, כולל 14 חלונות ראווה ושילוט מפרש ברחבי פארק שרונה ועל רחוב קפלן. שבו יושבות מדי יום משפחות החטופים. מחווה מרגשת של פארק שרונה, חמ"ל משפחות החטופים Studio Ha'ri - עיצוב גרפי.

● עצרת גדולה של תמיכה בישראל התקיימה לאחרונה בכיכר ויקטוריה במונטריאול, קנדה. בין המאמינים: פול הרשוורן, קונסול ישראל, ויו"ר העמותה לקידום החייל הדרוזי קופטאן חלבי הנמצא במסע הסברה בקנדה, למען ישראל.

● משלוח ענק של 150 זוגות אופניים נתרם לילדי העוטף השוהים בערבה התיכונה על ידי המועצה האזורית. 2,200 בני המשפחות המפונות מתארחים במועצה וזוכים באירוח ובפיקניקים ביד המלך, כולל ארוחות חמות, טיפול רפואי ופעילויות לילדים.

ערוץ 13 תכנית הבוקר "פותרים יום" 131123

ראיון על מיזם התרומות שדואג לספק ערכות רפואיות מצילות חיים לחיילים בשטח. עמותת פרקינסון שותפה למיזם ומסייעת בגיוס כספים באמצעות הפלטפורמות שלה.



לינק לסרטון עם הראיון בתכנית:



TV-13_2023_11_13_10_54_19.mp4

לינק לקישור לפוסט שהרופא העלה על המיזם ועל הראיון כולל תיוג העמותה כשותפה במיזם:

[\(20+\) ד"ר אסף רבין - ביום שני ה-13.11.23 התארחנו בתוכנית הבוקר של רשת 13 Facebook | ...](#)

סיוע של העמותה למפונים מהצפון והדרום והשתתפות בפעילויות העמותה ללא עלות.

88235810

מעריב - המגזין
עמוד 9, 14/11/2023, 24.08 x 12.88
כתבים: אלון צרפתי

alon72@gmail.com

ישראל היפה | אלון צרפתי

הסטודנטים שיצאו לסייע בקטיף, האתר שמרכז את שירותי הרפואה למפונים וערכות ללימוד אנגלית למי שרוצה לסייע בהסברה

הדרום והצפון להצטרף ללא עלות למגוון פעילויות של העמותה, הכוללות בין היתר השתתפות בפעילויות גופניות בזום, השתתפות ב-11 חוגים מדוי שבוע, פעילות פינג פונג במרכז הספורט פרקינסון ברמת גן ועוד. ניתן ליצור קשר עם מנהלי הקהילות בעיר או להצטרף לקשר למספר הקו החם של עמותת פרקינסון בישראל: 054*6125043.

מוזיאון "ינקו דאדא" מציג שתי תערוכות חדשות המגובות למלחמה: "קול העם" בהשתתפות אמנים לצד יגאל זורע, חבר קיבוץ בארי והמעצב הוותיק של דפוס בארי שחזר לעבודות שיצר 50 שנה קודם וחידש אותן. בנוסף, תתקיים תערוכה של אסנת בן דב, "צל של ציפור חולי-פת", שנחשפה לאחר שנשרפה בגלריה בבארי שנחרבה בפוגרום ה-7 באוקטובר. קהל המפונים יוכל לבקר במוזיאון ללא תשלום.

רוצים לכתוב תגובה תומכת באנגלית באינסטגרם של מדרגה ומתביישים? צאו ולמדו: חברת הלן דורון תרמה אלף עריכות ללימוד אנגלית עבור מרכזי הלימוד שהוקמו בעיר רמת גן על ידי העירייה, למען הילדים שפוננו מבתייהם ושוהים בעיר ושגרת הלימודים שלהם הופסקה באחת. ליצירת קשר וקבלת ערכות לימוד נא לשלוח מייל אל: Israel@helendorongroup.com

בעקבות המצב הביטחוני נפתח קו חם באוניברסיטת בראיילן לסיוע ולתמיכה נפשית בטלפון. הקו, שמספרו 03*5318811, מופעל על ידי אנשי ונשות מקצוע מתחום בריאות הנפש, זמין לפניות הקהל הרחב בימים א'-ה' בשעות 22:00-8:00 וביום שישי בשעות 14:00-10:00.

עמותת פרקינסון ישראל מציעה למי המעוניין עם מחלת הפרקינסון מאזור

כרם הראל, משק סימון, החקלאי בן עמי, שדה ארומטיקס, משק מוחס ועוד רבים וטובים. חקלאים ובעלי משקים נוספים המעוניינים לקחת חלק בקמפיין מוזמנים לפנות למייל: barp@hvr.co.il

מפונים יקרים, רואגים לכם אתר חדש וזקם ובו מרכזים כל המרפאות והרופאים שמעניקים שירות ללא כל עלות לתור שבי העוטף והצפון, בהם רופאי שיניים, רופאי נשים, אמבולנסים ועוד. האתר הוקם בהתנדבות מלאה, הוא חינמי, איננו כרוך בשום תשלום או העברת כספים ובולל מגוון רחב מאוד של תחומי סיוע בכל אזורי הארץ. מאז חורי היוזמה והביצוע עומדים ד"ר מימי ארני רייך וד"ר ואדים דרבקיץ. מפונים וגם רופאים נוספים המעוניינים לתרום, מוזמנים לאתר: www.allyouneed.co.il

פארק עתידים תל אביב יארח עשרות חקלאים ויצרנים מהגליל ביריד חקלאים מגוון, מלווה באמנים מהגליל בימים רביעי וחמישי (החל מ-11:00), שדרות המסחר הממודשות, רחבת בניין 6'4, דבורה הנביאה 121 תל אביב.

עגבניות מטורקיה? מוזמנים לערוך דר את החקלאות הישראלית: מועדון "חבר" מתגייס למען חקלאי ישראל ועולה בקמפיין התנדבותי הקורא לחקלאים ולבני עלי משקים שיש ברשותם אתר עם סליקה מאובטחת ויכולת לבצע משלוחים, ליצור עמם קשר לטובת פרסום בנכסי המועדון ללא עלות, שיגיע לכלל העמיתים. מטרת הקמפיין היא לתת לאותם חקלאים ובעלי משקים את האפשרות לפרסם את סחורתם באתר המועדון ואת אזורי ההלוקה שלהם, ולעמיתים לרכוש ישירות מהם וליהנות מסחורה איכותית וטרייה. בין המשקים: מחלבת החלבן, משק יוסף,

ישראל היפה

עמותת פרקינסון ישראל מציעה למתמודדים עם מחלת הפרקינסון מאזור הדרום והצפון להצטרף ללא עלות למגוון פעילויות של העמותה, הכוללות בין היתר השתתפות בפעילות גופנית בזום, השתתפות ב-11 חוגים מדי שבוע, פעילות פינג פונג במרכז הספורט פרקינסון ברמת גן ועוד. ניתן ליצור קשר עם מנהלי הקהילות בעיר או להתקשר למספר הקו החם של עמותת פרקינסון בישראל: 054 - 6125043

[הסטודנטים יצאו לסייע בקטיף; ערכות לסיוע בהסברה העולמית | מעריב\(maariv.co.il\)](https://maariv.co.il)

ווינט מדור "ישראל היפה- מדינה בהתנדבות" 231123

הרופא שדואג לספק תיקי רופא וחובש מצילי חיים לחיילים בשטח

ד"ר אסף רבין, סא"ל במילואים, מנהל מחלקת כלי דם בבית חולים העמק, ושחר בייר, מנהלת הקליניקה, נחשפו עם פרוץ המלחמה למחסור של צוותי הרפואה ביחידות הלוחמות בצבא בצידוד רפואי לטיפול בפצועים. הם החליטו לעשות מעשה ולהקים יוזמה מצילת חיים של בניית תיקי מטפל בכיר (רופא/פאראמדיק, על פי רשימת התכולה הצה"לית) והעברתם לצוותי הרפואה בשטח.

התיקים מחולקים לרופאים ביחידות הלוחמות בחזיתות השונות לפי הצורך. עלות כל תיק היא 10,000 ש"ח. רכישת הצידוד הרפואי, איסופו, בניית התיקים ושילוחם ליחידות ולבסיסים נעשית על ידי מתנדבים ואנשים טובים שתורמים למאמץ. נכון להיום, מעל 300 תיקים יצאו לשטח. במקביל, השניים קיבלו פניות מיחידות נוספות, אשר שמעו על המיזם. מהצורך שעלה מהשטח הם התחילו להרכיב תיקי חובש.

עמותת פרקינסון נרתמה אף היא למיזם והיא שותפה ומסייעת בגיוס כספים באמצעות הפלטפורמה של

העמותה כדי להמשיך את היוזמה החשובה למען החיילים בימי המלחמה.

<https://www.ynet.co.il/blogs/israelhelps>

עמותת "כעימת הלב" שולחת לבסיסי צה"ל מכולה ניידת עם מקלחות. ארגון "ידידים" הקים מוקד שמייע לאזרחים ולחיילים בכל מה קשור למלחמה. וגם: החמ"ל של עומר אדם וסדנאות אוריגמי למבונים. הסיפורים שמרגשים את כולם

עדכונים שוטפים

עוד כותרות

 | You

הנרצחים והחללים - אלו השמות שהותרו למסרם

אלו החסוכים: השמות, המנים, הסימורים

חוקים המעלים תשומת לב ופוזיציות ולמאמרים בוחנים את המסגרת של המחקר (פילוסופיה)

על היחידה המעבירה למען החיילים בימי המלחמה.

● [Khan Academy](#)

871 •

...

<https://www.ynet.co.il/blogs/israelhelps>

עמותת פרקינסון בישראל המסייעת לנו. בנק 12-פועלים ס

<https://my.israelgives.org/en/fundme/FightingHamas>

💙 #יחדננצח

עמותת פרקינסון בישראל

i

בלוגים - מדינה בהתנדבות - ynet

y net
ידיעות אחרונות

ליווי

פרקינסון תחת לחץ: התמודדות עם חרדה בקרב חולי פרקינסון

ד"ר מאיר קסטנבאום, סגן מנהל מחלקה נירולוגית ומנהל מרפאת הפרעות תנועה בבית"ח מאיר, מסביר על אודות מחלת הפרקינסון, תסמיניה ודרכי ההתמודדות של החולים במצבי חרדה ולחץ ובעתות מלחמה

תקופת המלחמה המתמשכת בישראל מלווה ברגשות רבים של מתח, חרדה, דיכאון ומצב רוח ירוד. בקרב חולי פרקינסון, רגשות אלה עלולים לגרום להחמרה בתסמיני המחלה ולפגיעה משמעותית באיכות החיים.

חרדה ודיכאון בקרב חולי פרקינסון

מחקרים שונים הדגימו כי שכיחות הופעת חרדה מגיעה לעד 50% מחולי הפרקינסון, וסימפטומים דכאוניים מופיעים בכ-30% מהחולים במחלה. שכיחות זאת גבוהה משמעותית מאשר בקרב האוכלוסיה הכללית. תסמיני החרדה מקדימים לעתים את הופעת התסמינים המוטוריים של המחלה או שהם מופיעים לאחר אבחון המחלה.

מהי מחלת הפרקינסון ומה הם הסימפטומים

פרקינסון היא מחלה ניוונית נירולוגית בעלת תסמינים תנועתיים הכוללים: רעד, נוקשות, איטיות, הפרעות הליכה ונפילות. בנוסף, המחלה מלווה בתסמינים לא תנועתיים הכוללים שינויים קוגניטיביים, הפרעות במצב הרוח והשינה, חרדה, הפרעת שליטה בסוגרים ועצירות.

מהלך המחלה הוא כרוני, כאשר במרבית החולים התסמינים מחמירים בהדרגה לאורך שנים וגורמים להגבלה הולכת וגוברת בתפקוד ולפגיעה באיכות החיים. שכיחות המחלה עולה עם הגיל ומגיעה לכ-2% מהאוכלוסיה. בישראל, כ-35,000 אנשים מאובחנים עם פרקינסון.

פרקינסון – מחלה רב מערכתית

המחלה תוארה לראשונה לפני כ-200 שנים, ומאז התרחב הידע לגבי תסמיני המחלה. בעבר ההתייחסות הרפואית למחלה היתה כמחלה הפוגעת כמעט בלעדית במערכת התנועה. כיום אנו יודעים שמדובר במחלה רב מערכתית, ושהתסמינים הלא תנועתיים המתבטאים בשינויים קוגניטיביים, הפרעות במצב הרוח וחרדה יכולים להשפיע בצורה ניכרת על איכות חיי המטופלים, אפילו יותר מהתסמינים התנועתיים.

בנוסף, חלה התקדמות בהבנת המרכיבים הגנטיים והמולקולריים המעורבים בהתפתחות המחלה. במוחות החולים קיימים שינויים פתולוגיים, ביניהם ניוון תאי עצב המכילים מתוון כימי - דופאמין. הירידה בדופאמין אחראית לחלק

גדול מהתסמינים, בעיקר לתסמינים של מערכת התנועה. קיימת פגיעה גם במתווכים הכימיים סרוטונין, אצטיל כולין ונוראדרנלין.

חרדה מובילה להתגברות המגבלות התפקודיות בחולי פרקינסון וירידה באיכות החיים. הפרעות החרדה השכיחות כוללות התקפי חרדה שלעיתים מלווים באגורופוביה (פחד ממקומות פתוחים המוביל להימנעות מהגעה למקומות שונים ועיסוק במגוון פעילויות), חרדה כללית וחרדה חברתית.

תסמינים של חרדה במחלת פרקינסון כוללים תחושת מתח פנימי, חוסר יכולת להירגע, מחשבות מדאיגות. בנוסף, הפרעות שינה, עייפות, תסמינים של מערכת העצבים האוטונומית, הכוללים דפיקות לב מואצות, קוצר נשימה, הזעה, רעד, תחושת מחנק ותחושה של מוות קרב.

לאור העובדה שחלק מהתסמינים הגופניים של חרדה (הפרעות שינה, עייפות) שכיחים גם במחלת פרקינסון ללא קשר לחרדה, פעמים רבות יש תת אבחון וטיפול של חרדה, שיכולה להוביל לפגיעה בתפקוד המוטורי והקוגניטיבי. נדרשת העלאת מודעת מטפלים לזיהוי החרדה ולטיפול.

מרבית המחקרים מראים ששכיחות חרדה גבוהה יותר בנשים עם פרקינסון, בחולים צעירים, ובנוסף קיימת עלייה בשכיחות החרדה עם משך שנות המחלה וחומרת המחלה. פעמים רבות חרדה משולבת בדיכאון המתבטא בעצבות, תחושת ייאוש וחוסר עניין, עייפות, חוסר אנרגיה, מחשבות על מוות, הפרעות בשינה ובתיאבון.

חרדה ותנודות מוטוריות במחלת פרקינסון

בנוסף, קיימת שכיחות גבוהה של חרדה בחולי עם תנודות מוטוריות ולא מוטוריות. תנודות במצב התנועתי מתרחשות לרוב לאחר מספר שנות מחלה וטיפול. נוצרים זמני ON בו מצבם התנועתי של המטופלים טוב יחסית, זמני OFF בו המטופלים חווים תסמינים של איטיות, נוקשות בשרירים, רעידות וקשיי הליכה ניכרים, וזמנים של עודף תנועתיות בלתי נשלטת (דיסקינזיות).

תנודות במצב הלא תנועתי מופיעות לרוב בזמן מצבי ה-OFF התנועתי, כך שהתסמינים התנועתיים ולא תנועתיים מופיעים במקביל. התסמינים מופיעים לסירוגין במהלך היום וכוללים שינוי במצב הרוח, דיכאון וחרדה, איטיות מחשבתית, עצבנות, ישנוניות, אי שקט ניכר וכאבים ממושטים.

קיימת חרדה משהייה במצבים חברתיים בזמן מצבי OFF בהם מתפוגגת השפעת התרופות לפרקינסון וחשש מוגבר מנפילות. עקב כך מטופלים פרקינסון עלולים להימנע מלצאת מהבית, כולל לפעילויות גופניות, קוגניטיביות וחברתיות שהכרחיות לשמירה על בריאותם. כתוצאה מהחשש ליציאה מהבית והתרחקות ממרחב מוגן, חולים רבים הפחיתו את הפעילות הגופנית.

כיצד ניתן לסייע לחולים להפחית את החרדה וההחמרה במחלה?

פעילות גופנית תדירה מומלצת בחולי פרקינסון לשיפור המצב התנועתי והוכחה כמשפרת את מצב הרוח במיוחד כאשר מדובר בפעילות גופנית מגוונת המשלבת פעילות אירובית, גמישות וכוח. המנגנון ככל הנראה הוא השפעת

הפעילות על המתווכים הכימיים דופאמין, סרוטונין ונוראדרנלין. השפעת פעילות גופנית על הפחתת חרדה במחלת פרקינסון טרם הוכחה בעבודות מבוקרות, אולם לאור ההשפעה החיובית על התנועה ומצב הרוח, היא בהחלט מומלצת.

טיפול קוגניטיבי התנהגותי הוכח בעבודות כמפחית חרדה חברתית ודיכאון ומפחית הימנעות ממצבים ופעילויות שמאפיינת חלק מהחולים. התערבויות המבוססות על קשיבות, (mindfulness) שיטת תרגול מדיטטיבית הכרוכה בהפניית הקשב באופן מכוון לחוויות ותופעות המתרחשות ברגע, נמצאה כמפחיתה חרדה ודיכאון בחולי פרקינסון.

אם קיימים תסמינים בולטים של חרדה המפריעים לאיכות חיי המטופל, ניתן להתחיל טיפול תרופתי. נמצאות בשימוש תרופות ממספר קבוצות פרמקולוגיות. הטיפול השכיח ביותר בחרדה בפרקינסון כולל תרופות אנטי דיכאניות. תרופות אלו פועלות בעיקר על המתווך הכימי סרוטונין.

קיימים טיפולים תרופתיים מקטגוריות אחרות שיכולים לסייע יחד עם זאת לחלק מהתרופות עלולות להיות תופעות לוואי שעשויות להתבטא בשינויים קוגניטיביים, ישנוניות והפרעה ביציבות, ולכן על הצוות המטפל לשקול את נחיצות השימוש בתרופות תוך מעקב אחר התפתחות תופעות לוואי.

במצבים בהם תסמיני חרדה ואי שקט תנועתיים מופיעים בזמן OFF תנועתי, מתן תרופה המכילה דופאמין משפר לרוב את תסמינים התנועתיים וגם חלק התסמינים הלא תנועתיים.

לסיכום, בקרב חולי פרקינסון קיימת שכיחות מוגברת של חרדה ודיכאון כחלק מתסמיני המחלה, ובנוסף רגישות מוגברת לסיטואציות של לחץ. מצבי מתח עלולים לגרום להחמרה במצבם הרגשי, המוטורי והתפקודי. מודעות לתסמינים אלה ומתן טיפול תואם תורמים לשיפור במצב התפקודי ובאיכות חיי המטופלים.

ד"ר מאיר קסטנבאום הוא יועץ עמותת פרקינסון בישראל, המסייעת לחולי הפרקינסון ולמשפחותיהם בהתמודדות עם אתגרי המחלה ופועלת למען מיצוי זכויותיהם ושיפור איכות החיים

[Doctors - פרקינסון תחת לחץ: התמודדות עם חרדה בקרב חולי פרקינסון - מעודכן ל 2023](#)