

שם הקורס: מובילי חינוך לבריאות בדגש על מחלת הסוכרת

סוג הקורס: ימים מרוכזים

מיקום: אשכול פיס, כרמיאל

מס' שעות: 30 עם ציון

מוכר לאופק חדש ולעוז לתמורה

מחקרים מראים כי 12 אחוזים מאוכלוסיית ישראל חולים במחלת הסוכרת וכי קיימת מגמת עלייה רציפה במספר החולים בסוכרת. עלייה זו מצריכה גיוס של מומחים בעלי ידע ונגישות לאוכלוסיות נרחבות, לשם חינוך למניעת מחלת הסוכרת והיענות לטיפול במחלה. בתכנון השתלמות זו שותפים מדענים וחוקרים בתחום הסוכרת, ומורות לביולוגיה בעלות רקע נרחב בתזונה וברפואה. צוות ייחודי זה התגייס להעביר את ההשתלמות, במטרה להרחיב את ידע המורים בנושא, ולגבש ולפתח גישות ושיטות לשילוב נושאים חשובים אלה בהוראה.

במסגרת ההשתלמות יציג פרופ' אהוד זיו מחקרים ומידע בנושא מחלת הסוכרת מחזית המדע, תוך התמקדות בהבנת המנגנונים המובילים למחלת הסוכרת וכן אסטרטגיות טיפוליות חדשניות לטיפול המצויות בשלבי פיתוח ומחקר. במקביל נעסוק בתכנון רצפי הוראה בהנחייתן של ד"ר מיקה שביט וד"ר ענת ליכטר פלד. מגוון הרצאות ומרצים אורחים אשר יציגו את נושא החינוך לבריאות ממגוון נקודות מבט משולבים בתכנית ההשתלמות.

למורים המסיימים את הקורס תוענק תעודת מחנך לבריאות בדגש על מחלת הסוכרת מטעם [מיזם עוצמה](#).

מטרות הקורס:

1. העמקת הידע בנושא מחלת הסוכרת ברמה העדכנית ביותר כיום, תוך מיקוד בחילוף החומרים שקשור אליה. והבנת גודל הבעיה הקשורה לתפוצה של המחלה בעולם ולמחיר שהיא גובה בתחומים שונים.
2. היכרות עם אסטרטגיות טיפול שונות במחלה, כולל החדשניות שנמצאות בשלבי פיתוח.
3. קישור של הידע הנרכש בתחום זה לאורח חיים בריא, והצורך לתנך לכך. העמקת הקשר בין המורים לבין הקהילה.
4. פיתוח של חומרי למידה והוראה בתחום מניעת סוכרת וטיפול בה, שאותם ניתן יהיה להביא לכיתות ברמות שונות.
5. למידה של מיומנויות הדרכה והנחייה על מנת להעביר את פירות הקורס הלאה למורים נוספים ולתלמידיהם.

מטלות הקורס: מטלה לקבלת ציון

1. Journal club שבמסגרתו יציג כל צוות של שני מורים מאמר חדש בנושא הסוכרת (כל נושא הקשור לעניין – תפוצה בעולם המערבי, הקשר לאורח חיים, אפשרות המניעה ו/ או דחיית המחלה, ההיבט הגנטי, טיפול בסוכרת...).
2. עיבוד המאמר או קטע ממנו לאנסין עבור תלמידים ברמות שונות.
3. הכנת פעילות נוספת, על פי בחירת המשתלמים, על סמך המאמר. למשל: יצירת משחק, בניית יחידת הוראה במודל.
4. ביצוע הפעילות עם תלמידים והצגת מהלכה ותוצאותיה.

ביבליוגרפיה:

1 Thabit,H., Tauschmann,M., Allen,JM., et al., Home Use of an Artificial Beta Cell in Type 1 Diabetes. N Engl J Med, 2015; 373: 2129-2140

2 Lee,M., Song,SJ., Choi,MS., et al. IL-7 receptor deletion ameliorates diet-induced obesity and insulin resistance in mice. Diabetologia, 2015 58: 2361-70.

- 3 Staimez,LR., Weber,MB.,Ranjani,H., et al. Evidence of reduced β -cell function in Asian Indians with mild dysglycemia. *Diabetes Care*, 2013, 36: 2772-8.
- 4 Santaren,ID., Watkins,SM.,Liese,AD., et al. Serum pentadecanoic acid (15: 0), a short-term marker of dairy food intake, is inversely associated with incident type 2 diabetes and its underlying disorders. *Am J Clin Nutr* 2014 100: 1532-40,
- 5 Allen,KV., Pickering,MJ., Zammitt,NN,m et al. Effects of acute hypoglycemia on working memory and language processing in adults with and without type 1 diabetes. *Diabetes Care*, 2016 59: 341-53.
- 6 Amrutkar,M., Kern,M., Nunez-Duran,E., et al. Protein kinase STK25 controls lipid partitioning in hepatocytes and correlates with liver fat content in humans. *Diabetologia*, 2016 59: 341-53.
- 7 Meininger,GE., Scott,R., Alba,M., et al. Effects of MK-0941, a novel glucokinase activator, on glycemic control in insulin-treated patients with type 2 diabetes. *Diabetes Care*, 2011, 34,2560–2566.
- 8 Lamb,MJ., Westgate,K., Brage,S., et al. Prospective associations between sedentary time, physical activity, fitness and cardiometabolic risk factors in people with type 2 diabetes. *Diabetologia*, 2016, 59: 110-120.
- 9 Gregory,GM., Kraft,G., Scott,MF., et al. Insulin Delivery Into the Peripheral Circulation: A Key Contributor to Hypoglycemia in Type 1 Diabetes. *Diabetes*, 2015 64: 3439-51.
- 10 Takahara,M., Shiraiwa,T., Matsuoka,T,et al. Ameliorated pancreatic β cell dysfunction in type 2 diabetic patients treated with a sodium-glucose cotransporter 2 inhibitor ipragliflozin *Endocrine J.*, 2015, 62: 77-86.
- 11 Kuhre,RE., Frost,CR., Svendsen,B., and Holst,JJ. Molecular mechanisms of glucose-stimulated GLP-1 secretion from perfused rat small intestine. *Diabetes*, 2015 64: 370-82.
- 12 Sanguinetti,E., Liistero,T., Mainardi,M., et al. Maternal high-fat feeding leads to alterations of brain glucose metabolism in the offspring: positron emission tomography study in a porcine model. *Diabetologia*, 2016, 59: 813-21.
- 13 Firouzjaei,A., Li,GC., Wang,N., et al Comparative evaluation of the therapeutic effect of metformin monotherapy with metformin and acupuncture combined therapy on weight loss and insulin sensitivity in diabetic patients. *Nutr Diabetes*, 2016, 6: e209.
- 14 Feinman RD, Pogozelski WK, Astrup A, Bernstein RK, Fine EJ, et al. Dietary carbohydrate restriction as the first approach in diabetes management: critical review and evidence base. *Nutrition*. 2015 31: 1-13.
- 15 Estruch,R., Martinez-Gonzalez,MA., Corella,D., et al. Effect of a high-fat Mediterranean diet on bodyweight and waist circumference: a prespecified secondary outcomes analysis of the PREDIMED randomised controlled trial. *Lancet Diabetes Endocrinol*, 2016, 4: 666-76.

תכנית ההשתלמות:

מספר מפגש	תאריך	נושאי הלימוד	שם המרצה	שעת התחלה	שעת סיום	שעות
1	8.7.18	הרצאת פרופ' אהוד זיו בנושא מחלת הסוכרת כדוגמה ליציאה מהאיזון המטבולי של הגוף. המשך ההרצאה. מענה לשאלות, תיאום ציפיות לגבי המשך הקורס. סדנה חווייתית ליצירת קבוצת עבודה פוריה. פעילות בקבוצות קטנות לפי תחומי עניין - קישור בין תכני ההרצאה לתכנית הלימודים והתחלת פיתוח יחידות הוראה.	רבקה משגב פרופ' אהוד זיו,	09:00	10:30	2
			ד"ר מיקה שביט, ד"ר ענת ליכטר-פלד	10:45	12:15	2
				12:45	13:45	1
				14:00	15:30	2
2	9.7.18	הרצאה של פרופ' אהוד זיו – הרצאת המשך. הרצאה- הקשר בין סוכרת ללחץ דם סדנה לפי קבוצות העניין שנוצרו בפעם הקודמת – חיפוש חומרים עיוניים – מתוך ההרצאה, ויקירפואה ומאמרים מקצועיים. קישור החומרים לתכנית הלימודים. החיים בצל הסוכרת - שיחה עם ד"ר יניב חכים - חולה סכרת type 1	רימאח חגג פרופ' אהוד זיו,	09:00	10:30	2
			אילנה אדר פרופ' זייד עבאסי	10:45	12:15	2
			ריהאם ד"ר מיקה שביט, ד"ר ענת ליכטר-פלד	12:45	14:15	2
			חגית קליין ד"ר יניב חכים	14:30	15:30	1
3	10.7.18	סיום הכנת חומרים עיוניים. הצגת תקציר החומרים בפני המליאה. תכנון לימוד יחידות ההוראה לכיתה. דגשים : חיבור לתכנית הלימודים, דרכי עבודה מגוונות, התאמה לקבוצות גיל/רמת לימוד. בניית מאגר חומרי הוראה. תמונת מצב: הרגלי בריאות בישראל. פעולות המתבצעות בישראל ברמה המקומית וברמה הארצית לשינוי אורח חיים - במערכות השונות הובלת שינוי התנהגותי ומעגל השינוי - חיבור ערכים אישיים לתחום הבריאות ותפקיד המורה כמחנך לבריאות	אילנה אדר ד"ר מיקה שביט, גב' כרמלה יגב	09:00	10:30	2
				10:45	12:15	2
			רבקה משגב ד"ר אורלי טמיר	12:45	14:15	2
			רבקה משגב גב' רבקה גרוס	14:30	15:30	2
4	11.7.18	מסוגלות עצמית להנעת מורים/ תלמידים/קהילה לפעולה - תרגום הנלמד בקורס להדרכה והנחיה של תלמידים במסגרות מגוונות מלווה סוכרת - מודלים בעולם והמודל המתגבש בישראל. הצגת חומרי ההוראה בפני משתתפי הקורס. פיתוח יחידת הוראה "מחוץ לקופסא" – שילוב של ידע מדעי עם תכנית הלימודים, בדרך חווייתית ויצירתית.	רבקה משגב גב' רבקה גרוס ד"ר אורלי טמיר	09:00	10:30	2
			רבקה משגב ד"ר יניב חכים	10:45	12:15	2
			רבקה משגב ד"ר מיקה שביט, ד"ר ענת ליכטר-פלד	12:30	15:45	4
30			סה"כ שעות			