

ת.ל.מ – פסיכולוגיה רפואית במיטבה

מהי פסיכולוגיה רפואית? תחום מומחיות מקצועי, המוכר על ידי משרד הבריאות אשר מקיף את כל הרצף של בריאות וחולי ונועד לתת מענה פסיכולוגי לאנשים הסובלים ממחלות גופניות אקוטיות או כרוניות (כגון: בדיקות, אשפוזים, ניתוחים, כאב, מחלות כרוניות והטיפול בהן כגון: דיאליזה, כימותרפיה, השתלת איברים וכו'). כמו כן ניתן מענה לאנשים הסובלים מתופעות פסיכוסומטיות (תסמינים גופניים שמקורם פסיכולוגי), ועד לתהליכים הקשורים לסוף החיים (כגון: טיפול פליאטיבי, תהליכי אובדן ואבל, ועוד). בנוסף עוסקת הפסיכולוגיה הרפואית בהיבטים המשפחתיים הקשורים למחלה ולחולה. הפסיכולוגים הרפואיים עוברים הכשרה מקיפה בבתי חולים כלליים ומשלבים ידע פסיכולוגי עם ידע פיזיולוגי תוך הבנה של האופן בו מחלות שונות משפיעות על נפש האדם.

ת.ל.מ הקימה מרכז מקצועי לפסיכולוגיה רפואית שמטרתו לתת מענה לאוכלוסייה מגוונת ולסוגים שונים של מחלות ותסמינים. לצורך כך ת.ל.מ מפעילה רשת בפריסה ארצית מקרית שמונה ועד אילת לטיפול פסיכולוגי, אבחון והכשרה, מזה עשרות שנים. מטפלי הרשת מתמחים בין היתר, בטיפול בילדים, מתבגרים ומבוגרים במגוון של בעיות.

הצוות המקצועי כולל: פסיכיאטר ילדים ונוער, פסיכיאטר מבוגרים, פסיכולוגים רפואיים. איכות כוח האדם וגיוונו מאפשרים לנו לתת מענה מקיף, אינטגרטיבי, ומקצועי לאתגרים המקצועיים המורכבים ביותר, זאת תוך התייעצות רב מקצועית, בין בעלי מקצוע מהשורה הראשונה.

במסגרת הטיפול משתמשים המטפלים במגוון שיטות התערבות וטכניקות טיפוליות, חדשניות כגון- **CBT** - טיפול קוגניטיבי התנהגותי, **ביופידבק**, **ניורופידבק**, **היפנוזה**, **MBCT**- טיפול מבוסס קשיבות, טיפול **פסיכודינאמי**, **EMDR**, טיפול ממוקד טראומה ועוד. יעדי הטיפול ותוכנית הטיפול שנקבעה נעשית בהתאמה לצורכי המטופל.

אנו מבינים כי פנייתם של מטופלים כרוכה לעיתים בקושי רב ומתבצעת לאחר התלבטויות רבות ולכן אנו מקפידים לענות באופן מידי לכל פנייה ולתאם פגישה **ללא תקופת המתנה**.



במכון רעננה אנו מציעים מגוון רחב של טיפולים פסיכולוגיים לילדים מתבגרים ומבוגרים בתחום הגוף והנפש:

- **פסיכואונקולוגיה-טיפול** למתמודדים עם מחלת הסרטן ולמשפחותיהם
- **פסיכודיאגנוסטיקה-טיפול** פסיכולוגי למתמודדים עם מחלות לב
- **כאב-טיפול** פסיכולוגי לאנשים הסובלים מכאב-פיברומיאלגיה, מיגרנות, כאבי ראש ממתח, כאבים פסיכוסומטיים.
- **אפילפסיה-טיפול** פסיכולוגי למתמודדים עם אפילפסיה.
- **פסיכודרמטולוגיה-טיפול** פסיכולוגי לבעיות עור כגון אלרגיה, פסוריאזיס.
- **גסטרו-טיפול** פסיכולוגי לבעיות הקשורות במערכת העיכול- קרוהן, תסמונת המעי הרגיז,
- **הפרעות נוירולוגיות**- התמודדות נפשית עם ההשלכות של טרשת נפוצה, ALS, פרקינסון ועוד.
- **בעיות פוריות**-קבוצות תמיכה לנשים הסובלות מבעיות פוריות.

הטיפולים משלבים גישות עדכניות בתחום הפסיכולוגיה כגון:

ביופידבק- שיטה בטוחה - לא פולשנית ולא תרופתית - המשלבת טכנולוגיית מחשבים מתקדמת עם עקרונות רפואיים מבוססים. תוכנות מחשב ידידותיות, אשר פותחו במיוחד לצורך זה, עוזרות להוריד מתח ולחץ ולשפר את הוויסות הרגשית דרך משחק. באמצעות התוכנה, ניתן לתרגל טכניקות הרפיה ודמיון מודרך. במהלך התרגול והיישום בחיי היומיום המגמה היא להשיג שליטה, ויסות ואיזון במערכות שונות בגוף.

היפנוזה-שיטה המשתמשת במשאבים הטבעיים של המטופל כגון הקשב והדמיון, על מנת להביא לשינוי גופני ונפשי. ההיפנוזה יכולה לשמש ככלי עזר טיפולי במגוון רב של בעיות, החל במחלות גופניות וכלה בהפרעות שמקורן בנפש. בתהליך ההיפנוטי, עוקפים את מנגנוני הבקרה האינטלקטואליים (ההתנגדות והביקורתיות), ויוצרים מגע ישיר עם החלקים האינטואיטיביים, הרגש והדמיון. הגישה הישירה אל האזורים היצירתיים והפחות מודעים של הנפש מאפשרת למטפל לעורר את כוחות הריפוי הטבעיים של הילד המטופל ולהפוך כוחות אלו לזמינים בכל עת שהמטופל בוחר בכך.



טיפול קוגניטיבי התנהגותי (CBT) – מטרת שיטה זו היא להשיג שליטה ולשנות את דפוסי ההתנהגות והחשיבה הבלתי רצויים. מטרת הטיפול הקוגניטיבי-התנהגותי היא ללמד את המטופל לשנות את דפוסי החשיבה על ידי זיהוי הסכמות הבלתי מסתגלות ועל ידי היחשפות אל המציאות בצורה שונה. בטיפול לומד המטופל להכיר את החוויה הנפשית והגופנית שלו בצורה אחרת ולזהות את הגורמים שמגבירים את חווית הכאב ואת הסבל.

מיינדפולנס - שיטת מדיטציה פשוטה אשר עוזרת להתבונן במחשבות, ברגשות ובגוף ולנהל תכנים אלו. האדם לומד קודם כל לקבל את החוויה בה הוא נמצא ולאחר מכן לבחור באופן אקטיבי כיצד להגיב במקום להיות מובל על ידי הפחד או הכאב.

הטיפולים ניתנים על ידי פסיכולוגים רפואיים בשלבי הכשרה שונים שהוכשרו לטפל בהפרעות הקשורות לגוף ועברו הכשרה מקיפה לצד התנסות מעשית בבתי חולים ובמרפאות של רפואה ראשונית.

לקביעת פגישת אבחון והערכה ניתן לפנות לציפי רכזת סניף רעננה חדרב 074-7292600

בברכה,

אנדרס קוניצ'זקי
פסיכולוג קליני ורפואי בכיר
מנהל מרכז ת.ל.מ. רעננה

