

**ההסתדרות הרפואית בישראל
המועצה המדעית**

השתלמות עמיתים ביתר לחץ דם

Syllabus

אוקטובר, 2020

גרסה 1.0 – 2010, גרסה 1.1 – 2014, גרסה 2.0 - 2020

רקע

כשליש מהאוכלוסייה הבוגרת בישראל סובלת מיתר לחץ דם. למחלה זו תוצאות לבביות, מוחיות וכלייתיות משמעותיות לחולה, היוצרות עומס רב במערכת הבריאות הציבורית בארץ. הרופא הראשוני מנהל את הטיפול ביתר לחץ דם, אולם ההנחיות המקצועיות בנושא מצביעות על הצורך להפנות חולים רבים לבירור וטיפול אצל מומחה בתחום.

בשנים האחרונות נצבר ידע רב בתחום ההבנה והטיפול ביתר לחץ דם: נוסדו עיתונים רפואיים בעלי אימפקט פקטור גבוה המתמקדים בחקר המחלה; כל שנה נערכים כינוסים בינלאומיים רבי-משתתפים הדנים בהיבטים השונים של יתר לחץ דם; ובארץ ובעולם נוסדו מרכזים לטיפול ומחקר ביתר לחץ דם לסוגיו. ההתפתחות הרבה בתחום מחייבת התמקצעות ייעודית לצורך אבחון וטיפול בחולים רבים שההתמודדות עם מצבם ברפואה הראשונית קשה.

מדובר בידע הנוגע לגישות העדכניות לבירור וטיפול ביתר לחץ דם משני ובהבנה מעמיקה של האפשרויות הרבות של הטיפול הפרמקולוגי: סוגים, מנגנונים ואינטראקציה בין תרופות. החולים המורכבים והעמידים לטיפול מחייבים לכן, הבנה מעמיקה יותר של התחום. ההנחיות לניהול חולה ביתר לחץ דם מפורטות מאוד, ואולם, ההנחיות מצביעות על הצורך להפנות מטופלים למי שהשתלם בתחום בשורה של מצבים מוגדרים. לכן, יש צורך שמומחה כזה יעבור השתלמות ייחודית בשל היקף הידע הנדרש ממשלם ביתר לחץ דם.

תחום יתר לחץ דם מצוי בצומת שבין תחומי מומחיות שונים: נפרולוגיה, אנדוקרינולוגיה, קרדיולוגיה, רפואה פנימית ורפואת משפחה, וזאת בשל הפתופיזיולוגיה המורכבת של יתר לחץ דם ראשוני, הגורמים השונים ליתר לחץ דם משני וההיבטים המגוונים של סיבוכי המחלה. האיגודים המקצועיים המובילים באירופה וארצות הברית בתחום הטיפול ביתר לחץ דם הכירו בצורך להגדיר משתלם ביתר לחץ דם, ואפיינו את הקריטריונים הקובעים מי זכאי לתואר זה מטעמם.

דרישות הבסיס

מומחיות באחד המקצועות הבאים:

רפואה פנימית

נפרולוגיה

אנדוקרינולוגיה

קרדיולוגיה

רפואת משפחה

משך ההשתלמות

1. מסלול ביי"ח - משרה מלאה - 40 שעות שבועיות (כולל עבודת מרפאה ופעילות הוראתית ומחקרית) במשך שנה, או משרה חלקית - 20 שעות שבועיות, במשך שנתיים.
2. מסלול קהילה - משרה חלקית במשך שנתיים במרפאת קהילה ליתר לחץ דם וביי"ח. סה"כ 20 שעות בשבוע, כאשר 10 שעות שבועיות יתבצעו במרפאה ליתר לחץ דם בקהילה, ו-10 שעות שבועיות במרכז רפואי מאושר.

מטרות ההשתלמות

מטרת ההשתלמות היא להכשיר רופאים המעוניינים להשתלם בתחום יתר לחץ הדם, ובהמשך לאפשר להם להשתלב בעבודה במרפאות יתר לחץ דם בקהילה (רפואה שניונית), או במרכזים רפואיים (רפואה שלישונית).

מסלול ההכשרה המשולב של קהילה ומרכז רפואי, נועדה לאפשר ליותר רופאים מומחים העובדים בקהילה בכלל, ורופאי משפחה מומחים בפרט, לבחור במסלול זה, להתמקצע בתחום ולרכוש מיומנויות בהערכה הקלינית, הטיפול, ובהמשך מידת איזון לחץ הדם באוכלוסייה הכללית.

תחומי הידע הנדרשים

על המשתלם להכיר ולרכוש מיומנויות בתחומים הבאים :

1. האפידמיולוגיה של יתר לחץ דם לסוגיו השונים.
2. הפתופיזיולוגיה של יתר לחץ דם ראשוני, על כל מרכיביה.
3. הגדרות יתר לחץ דם השונות, כולל שיטות המדידה השונות ולימוד פענוח הולטר לחץ דם-24 שעות.
4. הערכה ראשונית של חולה עם יתר לחץ דם, כולל אנמנזה, בדיקה רפואית ובדיקות עזר נוספות בהתאם.
5. הערכת גורמי סיכון קרדיווסקולריים נוספים, נזק תת קליני וקליני לאיברי מטרה וקביעת דרגת הסיכון הקרדיווסקולרי.
6. בירור יתר לחץ דם שניוני—הכרת הסיבות השונות, זיהוי רמזים שניוניים בהערכה הראשונית, והכרת תכנית הבירור והטיפול בכל אחת מהסיבות הקיימות.
7. קביעת תכנית טיפול לחולה, הכרת אפשרויות הטיפול (התרופתי והלא תרופתי) השונות ביתר לחץ דם ראשוני ושניוני. כולל שינוי אורח החיים, הכרת קבוצות התרופות השונות להורדת לחץ הדם.
8. טיפול במצבים נלווים ובאוכלוסיות ייחודיות: סוכרת, השמנת יתר, אי ספיקה כלייתית, תסמונת מטבולית, לאחר אירוע מוחי ובמבוגרים עד מבוגרים מאוד.
9. טיפול בחולים הסובלים מיתר לחץ דם עמיד - זיהוי הסיבות ועד התאמת הטיפול, לרבות מצבי תסמונת דום נשימה לילית, חומרים ותרופות הגורמות לעליה בלחץ הדם.
10. טיפול ביתר לחץ דם בחולה מורכב מהערכה ראשונית ועד בניית תכנית טיפול בהתאם.
11. טיפול בסיבוכי יתר לחץ דם - נזק קליני גלוי לאיברי מטרה.
12. טיפול ביתר לחץ דם במצבי חירום בקהילה ובבית החולים.
13. יתר לחץ דם בילדים ומתבגרים צעירים.
14. יתר לחץ דם בהיריון.
15. הקשר בין יתר לחץ דם למצבים של עקה נפשית, השפעה סביבתית ותעסוקתית.
16. יתר לחץ דם תנוודתי, התקפי, תת לחץ דם תנוודתי, ונוירוגני - הכרת הסיבות, תהליך הבירור ובניית תכנית טיפול בהתאם.
17. ההנחיות המקצועיות של החברה הישראלית ליתר לחץ דם, והכרת את המחקרים הקליניים החשובים בתחום.

מיומנויות קליניות בתקופת ההכשרה והלימוד

1. המשתלם יבדוק חולים ביתר לחץ דם, יעריך סיכון כולל, יתווה תכנית בירור ויקבע להם טיפול תרופתי ולא תרופתי. המשתלם ינהל את טיפול החולה עד השלמת תכנית הבירור ו/או עד הגעתו של החולה לאיזון, וימשיך לעקוב אחר יעילות הטיפול לאורך זמן במידת האפשר. המשתלם יציג את סיכום בעיותיו של החולה ואת תכנית הטיפול המוצעת לרופא המדריך במרפאה ליתר לחץ דם בקהילה, ולרופא המדריך במרכז הרפואי.

2. במהלך עבודתו במרפאה ליתר לחץ דם בקהילה, המשתלם יעריך, יטפל ויעקוב אחר 15 חולים בשבוע בממוצע.
3. המשתלם ישתתף בדיונים קליניים מחלקתיים ומרפאתיים, בדגש על :
 - ניהול טיפול בחולים החשודים או מאובחנים ביתר לחץ דם משני (כלייתי, עורקי הכליה, פאוכרומוציטומה, היפראלדוסטרוניזם ודום נשימה בשינה).
 - ניהול טיפול בחולים ביתר לחץ דם עמיד.
 - ניהול טיפול ביתר לחץ דם בחולים מורכבים (חולים סוכרתיים, נשים בהיריון, חולים בעת ולאחר אירוע מוחי, חולי אי ספיקה כלייתית (אי ספיקת כליות), חולים הסובלים מעודף משקל ותסמונת מטבולית, חולי מחלת לב איסכמית ואי ספיקת לב וחולים בתת-לחץ דם תנוחתי).
 - ניהול טיפול בחולים ביתר לחץ דם הסובלים ממצבי חירום.
4. המשתלם יציג נושאים קליניים ובסיסיים בסמינרים מחלקתיים, ובמרפאת ההשתלמות בקהילה.
5. המשתלם יעץ ביתר לחץ דם למחלקות אחרות במרכז הרפואי שבו תתבצע ההשתלמות.
6. המשתלם יכין מאמר לפרסום על פי כל הכללים.

דרישות מהמשתלם

1. בקשה להתחלת השתלמות מהמועצה המדעית הכוללת : תוכנית השתלמות, מקום הביצוע ואישור מנהל התוכנית ו/או מנהל מרפאת יתר לחץ דם בקהילה.
2. הגשת בקשה בסיום ההשתלמות, מאושרת על ידי מנהל התוכנית / מנהל המרפאה ליתר לחץ דם בקהילה.

ספרות מקצועית

1. Kaplan N: Clinical Hypertension-9 edition-Textbook
2. יתר לחץ דם בישראל- אבחנה, טיפול ואיזון- הנחיות קליניות של החברה הישראלית ליתר לחץ דם, ינואר 2019, וכל פרסום מעודכן יותר, שיתפרסם בעתיד.
3. הנחיות קליניות לאבחנה, טיפול ואיזון יתר לחץ דם של החברה האירופאית ליתר לחץ דם, 2018, וכל פרסום מעודכן יותר שיתפרסם בעתיד.
4. הנחיות קליניות לאבחנה, טיפול ואיזון יתר לחץ דם, של החברה הבינלאומית ליתר לחץ דם, מאי 2020, וכל פרסום מעודכן יותר שיתפרסם בעתיד.