

אגוז קורסים

בית הספר ללימודי המשך בתזונה

קורס תזונה והיריון – אפריל 2026

רכזות הקורס: לימור בן חיים

- הקורס יתקיים בימי שישי, בין השעות 8:30-13:30.
- הקורס יועבר במתכונת דיגיטלית בפלטפורמת ZOOM.
- יש להקפיד על מצלמות פתוחות לאורך כל מפגשי הקורס.
- 7 מפגשים אשר יתקיימו בתאריכים: 04/24, 05/01, 05/08, 05/15, 05/29, 06/12, 06/19.
- היקף הקורס: 42 שעות אקדמאיות
- ייתכנו שינויים בתוכנית הסילבוס

סילבוס

תאריך	שעה	נושא	מרצה
מפגש 1 24/04/26	08:30-09:00	הצגת הקורס+ היכרות	גב' לימור בן חיים דיאטנית מרכז רפואי תל אביב
	09:00-10:00	תזונת האישה לפני ההיריון כחלק מהזדמנויות לתיקון או חיסור	
	10:00-10:15	הפסקה	
	10:15-11:45	פיזיולוגיה של הריון תקין	ד"ר לי שגב מומחית בגניקולוגיה ומיילדות רופאה בכירה בחדר לידה המרכז הרפואי שמיר
	11:45-12:00	הפסקה	
	12:00-13:30	פיזיולוגיה של הריון תקין	
תאריך	שעה	נושא	מרצה
מפגש 2 01/05/26	08:30-10:00	תזונה בהריון תקין דרישות תזונתיות בהריון עליה במשקל הימנעות ממזונות המלצות משרד הבריאות תוספים בהריון	גב' לימור בן חיים דיאטנית קלינית מרכז רפואי תל אביב
	10:00-10:15	הפסקה	
	10:15-11:45	תזונה בהריון תקין (המשך)	
	11:45-12:00	הפסקה	
	12:00-13:30	הריון בסיכון:	ד"ר שירלי יפה גניקולוגית

	מוקלטת מראש	השמנה , רעלת הריון, הריון מרובה עוברים, תחלואה כרונית טרום הריונית	בית החולים לים לנשים ולילדות מרכז רפואי תל-אביב
תאריך	שעה	נושא	מרצה
מפגש 3 08/05/26	08:30-10:00	סוכרת הריון	פרופ' ערן הדר מנהל היחידה לרפואת אם-עובר, מרכז רפואי רבין
	10:00-10:15	הפסקה	
	10:15-11:45	טיפול תזונתי בסוכרת הריון	גב' אירה שולמן דיאטנית
	11:45-12:00	הפסקה	
	12:00-13:30	טיפול תזונתי בסוכרת הריון (המשך) + תיאור מקרה	
תאריך	שעה	נושא	מרצה
מפגש 4 15/05/26	08:30-10:00	איך נולדת אמא	ד"ר גבי אייזנברג רומנו פסיכיאטרית מומחית, מנהלת שירות בריאות נפש האישה, המרכז הרפואי תל אביב
	10:00-10:15	הפסקה	
	10:15-11:45	טיפול תזונתי בהריון בסיכון: ניתוחים בריאטרים	ד"ר אריאלה גולדנשלוגר דיאטנית הפקולטה לרפואה אוניברסיטת תל אביב, ופורום השמנה ובריאתיה בעמותת עתיד
	11:45-12:00	הפסקה	
	12:00-12:45	טיפול תזונתי בהריון בסיכון: ניתוחים בריאטרים- תיאור מקרה	
	12:45-13:30	טיפול תזונתי בהריון בסיכון: הריון מרובה עוברים	גב' לימור בן חיים דיאטנית מרכז רפואי תל אביב
תאריך	שעה	נושא	מרצה
מפגש 5 29/05/26	08:30-10:00	פריון – הפרעות וטיפול	ד"ר אבי צפיר היחידה להפריה חוץ גופית, מרכז רפואי שערי צדק, שירותי בריאות כללית, האוניברסיטה העברית
	10:00-10:15	הפסקה	
	10:15-11:45	תזונה בהריון תקין תיאורי מקרה	גב' לימור בן חיים דיאטנית מרכז רפואי תל אביב
	11:45-12:00	הפסקה	
	12:00-13:30	תזונה בפריון בדגש על הטיפול התזונתי בתסמונת השחלה הפוליציסטית + תיאור מקרה	גב' הדס חרדון דיאטנית מכבי שירותי בריאות
תאריך	שעה	נושא	מרצה
מפגש 6 12/06/26	08:30-10:00	אפיגנטיקה - מבוא	ד"ר חגית סאלם
	10:00-10:15	הפסקה	
	10:15-11:45	פעילות גופנית בהריון	ד"ר גיא שלמון

דיאטן קליני איש חינוך גופני ופיזיולוג צוות המוביל של פורום תזונת ספורט עמותת עתיד	המלצות	הרצאה לא מוקלטת	
	הפסקה	11:45-12:00	
	פעילות גופנית בהריון המלצות	12:00-13:45 הרצאה לא מוקלטת	
מרצה	נושא	שעה	תאריך
גב' לימור בן חיים דיאטנית קלינית מרכז רפואי תל אביב	אפיגנטיקה ותזונת האישה ההרה	08:30-10:00	מפגש 7 19/06/26
	הפסקה	10:00-10:15	
	סוגיות בטיפול התזונתי בהריון	10:15-11:45	
	הפסקה	11:45-12:00	
	תיאורי מקרה וסיכום	12:00-12:45	