

מאגרי מידע דיגיטליים שימושיים בטיפול פליאטיבי



יוליה אסטרין
אחות מומחית בטיפול תומך
היחידה לרפואה פליאטיבית

מאגרי מידע נפוצים

ספרי עיון

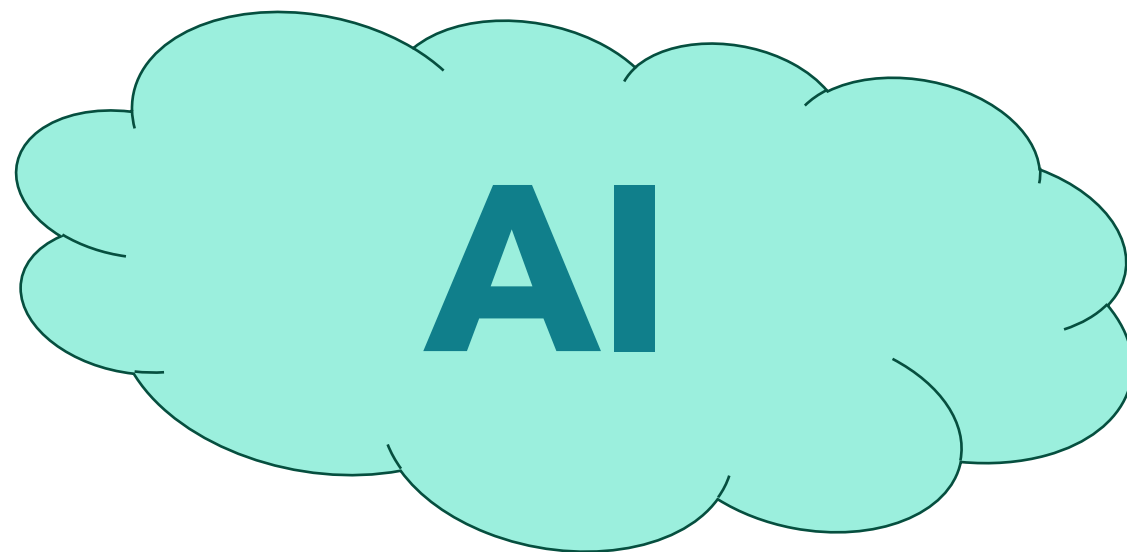
כתבי עת מדעיים

אתרים מקצועיים

אפליקציות

פודקאסטים
בלוגים
ווולוגים

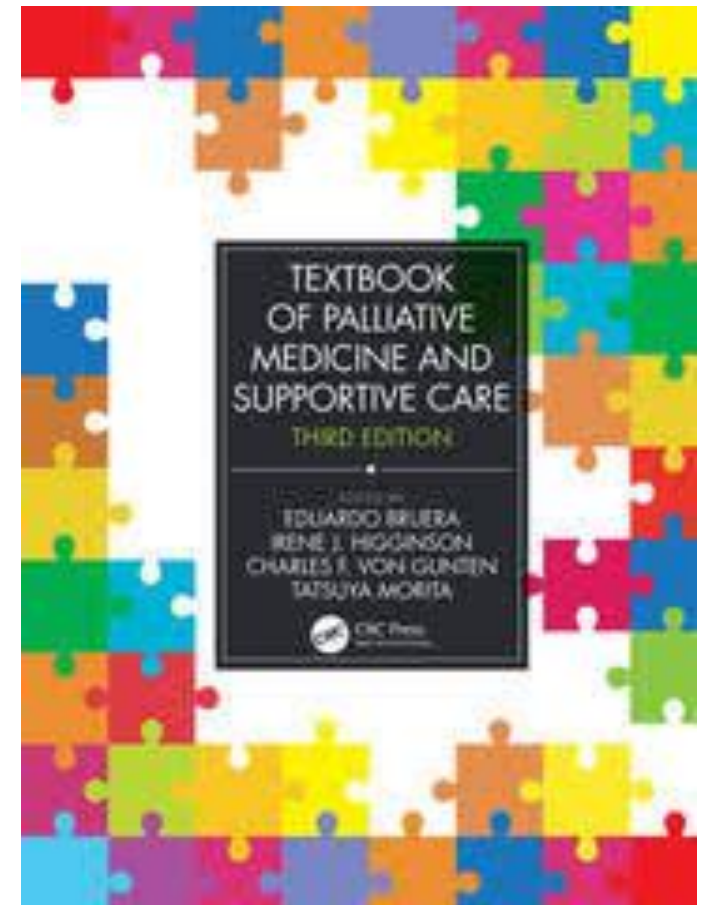
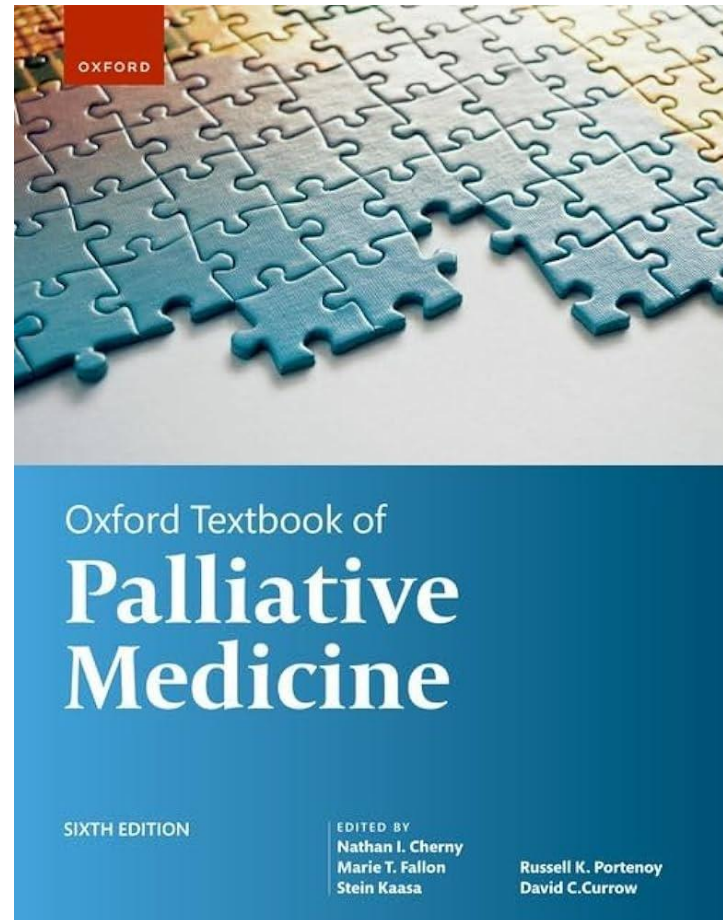
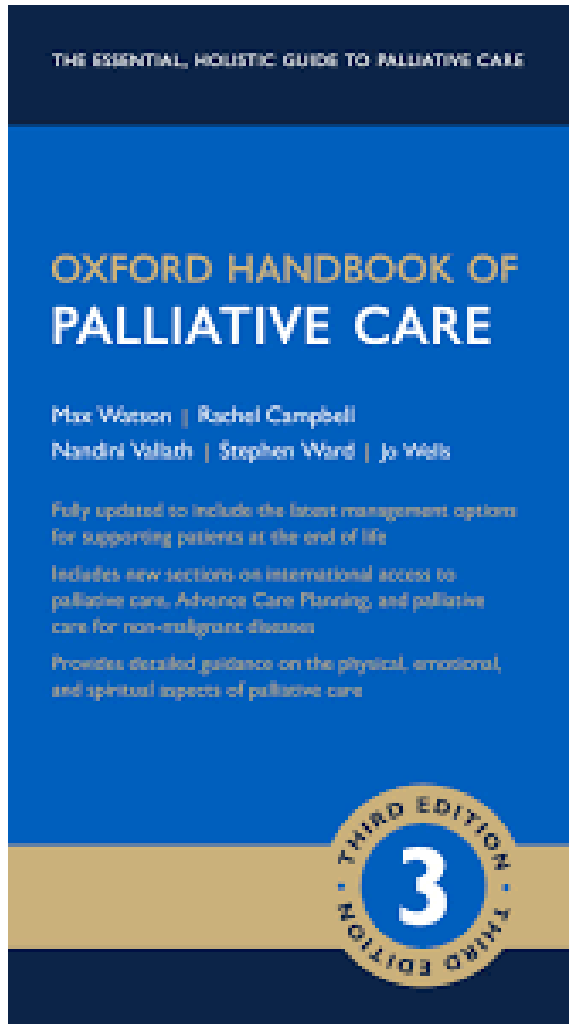
וכמובן שחייבים להזכיר גם...



Medical Textbooks

- **Oxford Textbook of Palliative Medicine 6th edn.**
Nathan I. Cherny (ed.), Marie T. Fallon (ed.), Stein Kaasa (ed.), Russell K. Portenoy (ed.), David C. Currow (ed.) (2021)
- **Textbook of Palliative Medicine and Supportive Care 3rd edn.**
Bruera, Higginson, von Gunten & Morita (2021)
- **Oxford Handbook of Palliative Care (3 edn)**
Max Watson (ed.), Stephen Ward (ed.), Nandini Vallath (ed.), Jo Wells (ed.), Rachel Campbell (ed.) (2019)

Medical Textbooks



Medical Textbooks



- **Palliative care formulary, 8th edn.**

מדריך תרופתי מקיף, ספציפי לפליאציה. בשימוש נרחב באנגליה והמקור שעליו מסתמך ה-NHS. מכיל הנחיות לטיפול תרופתי בסימפטומים שונים: מינונים, אינטראקציות, פרופיל תופעות לוואי, תוך התייחסות לשיקולים מיוחדים בסוף החיים לרבות כשל מערכתי ומתן תת-עורי.

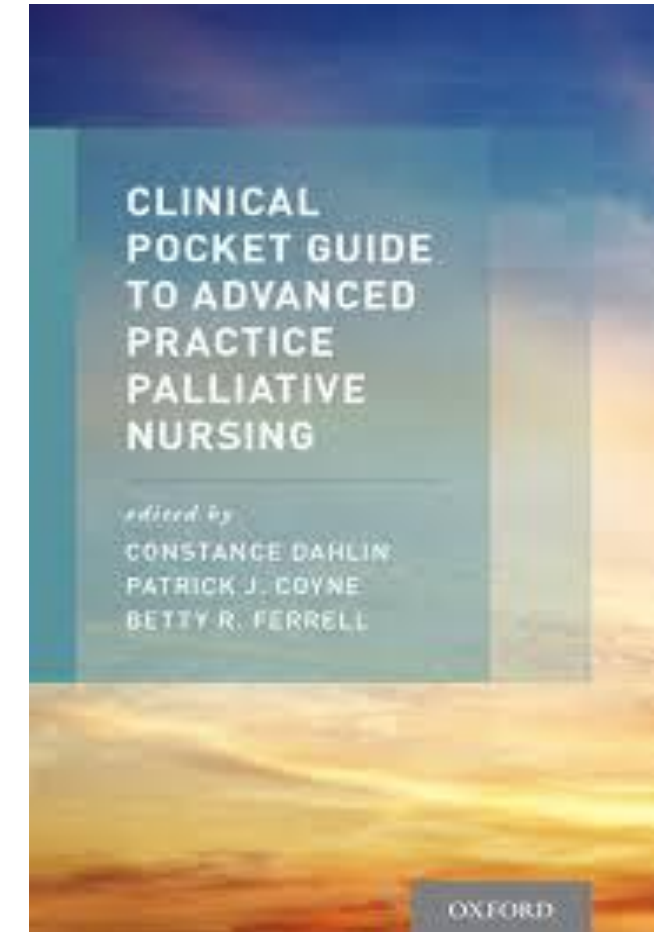
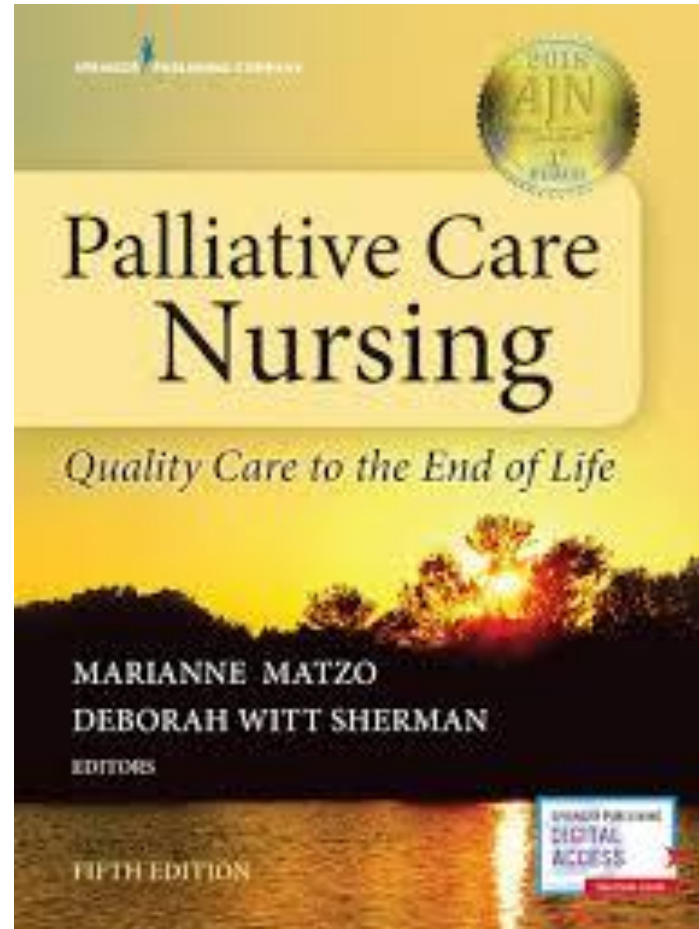
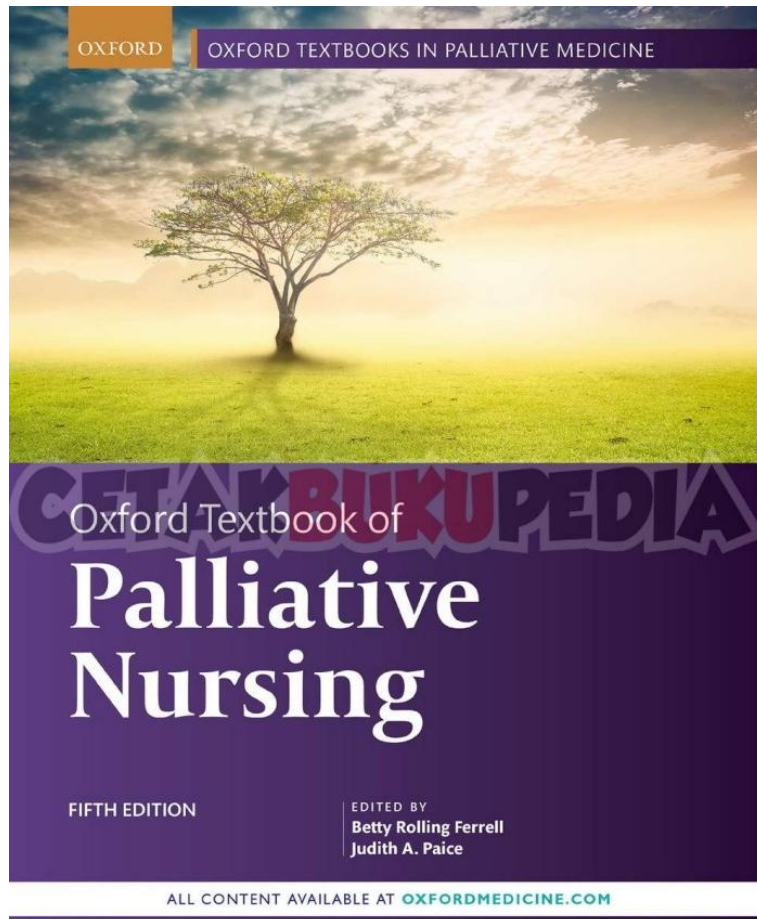
* מהדורה זו אינה קיימת בגרסה דיגיטלית. ניתן לרכוש מנוי אלקטרוני שנתי

Nursing Textbooks

- **Oxford Textbook of Palliative Nursing 5th edn.**
Ferrell & Paice (2019)
- **Palliative Care Nursing: Quality Care to the End of Life. 5th edn.**
Matzo & Sherman (2019)
- **Clinical Pocket Guide to Advanced Practice Palliative Nursing**
Constance Dahlin (ed.), Patrick Coyne (ed.), Betty Ferrell (ed.) (2017)

ועוד רבים בסיעוד ורפואה ותחומי תוכן ספציפיים- טיפול פליאטיבי גריאטרי, עבודה
סוציאלית וכדומה

Nursing Textbooks



Journals

- **Journal of Palliative Medicine**

כתב העת הרשמי של ארגונים מובילים - CAPC, EAPC, HPNA ועוד.

- **Palliative & Supportive Care**

כתב העת של הוצאת Cambridge press. גישה פתוחה לכל המאמרים החל מ-2024.

- **The American Journal of Hospice & Palliative Medicine**

כתב עת שנותן דגש לעבודה המולטי-דיסציפלינרית ופונה לכל אנשי המקצוע העוסקים בתחום.

- **BMC Palliative Care**

חלק מקבוצת כתבי עת של Springer nature. דוגלים בגישה פתוחה.

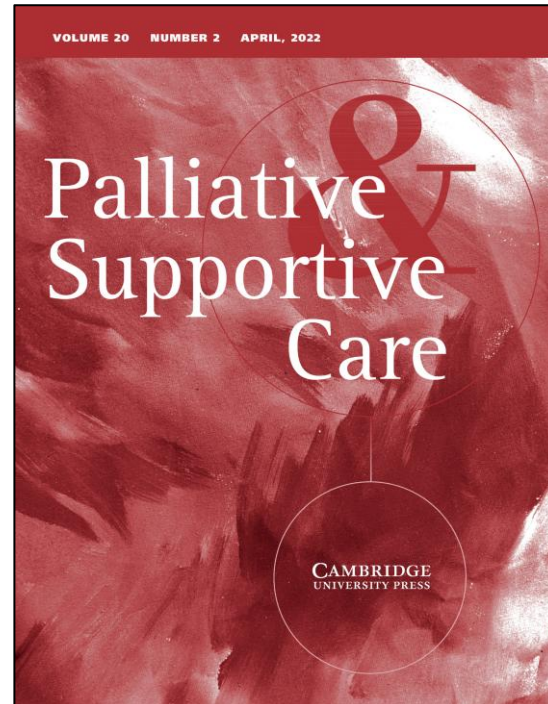
- **Journal of Nursing Scholarship**

Journals

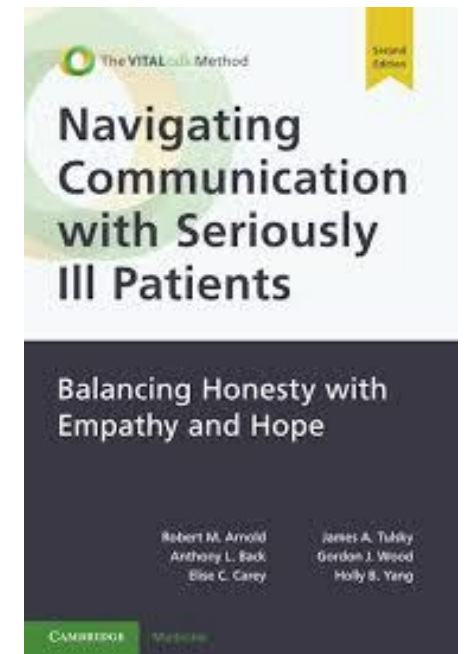
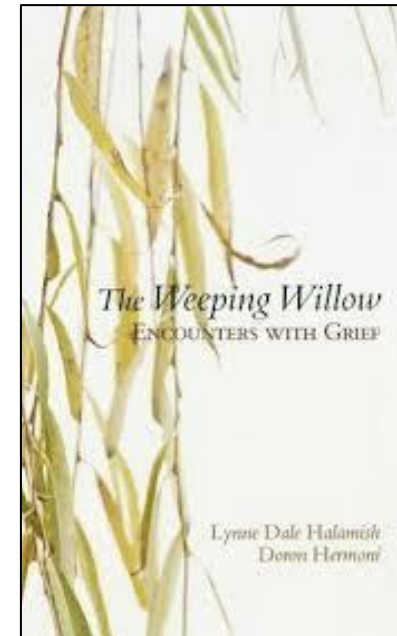
- **PLOS ONE**

כתב עת מדעי גדול בגישה פתוחה. דוגל בביסוס מדעי על-פני חדשנות או חשיבות הממצאים

Journals

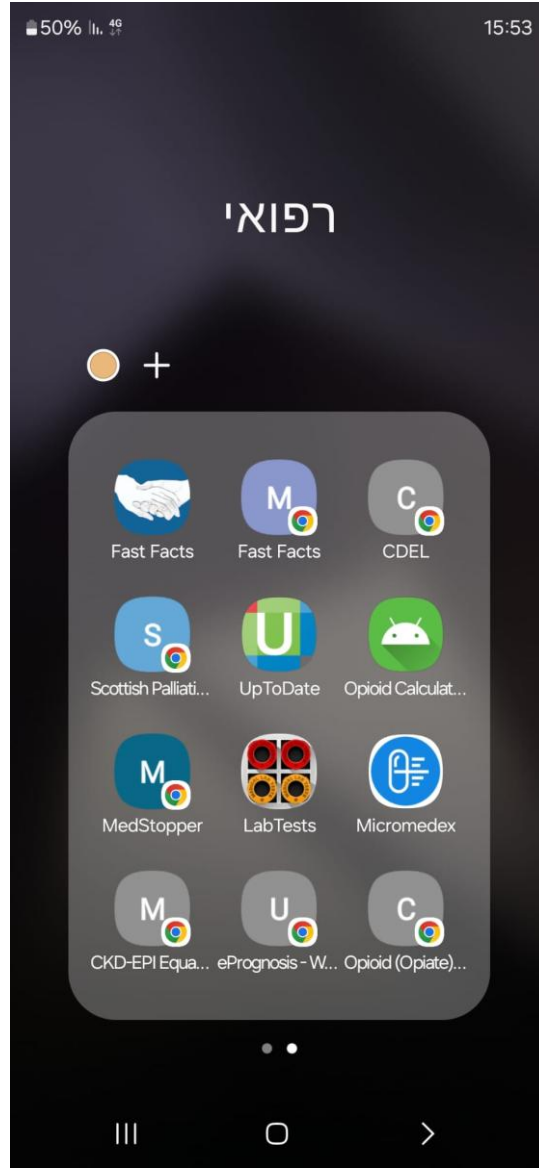
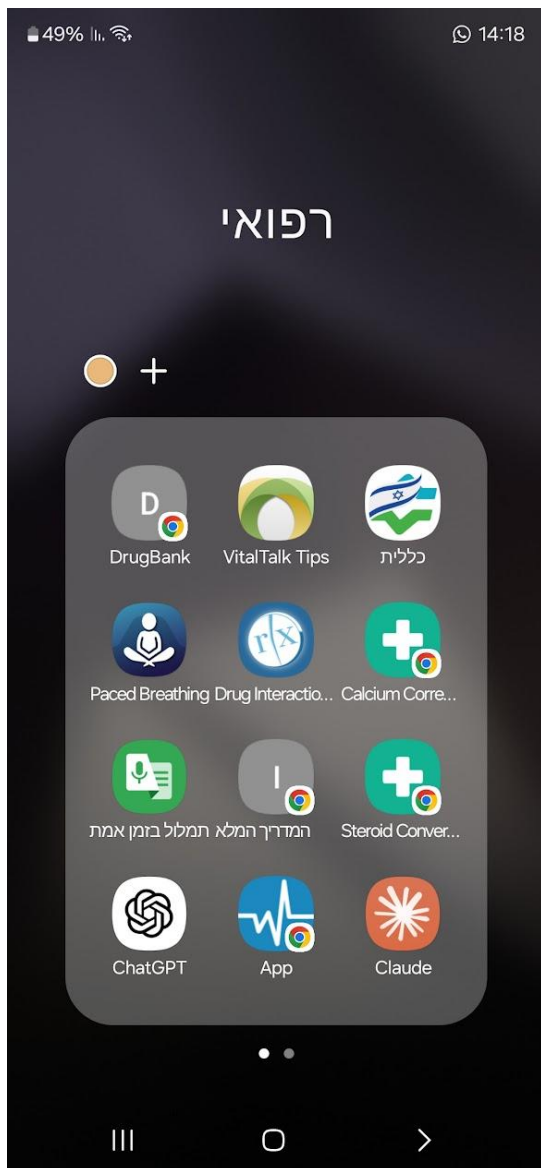


ספרי עיון



ועוד אינספור ספרים נפלאים. לרשימת קריאה מומלצת

אתרים ואפליקציות



קצת טיפים לפני שניגש לכלים עצמם...

הוספת קיצור דרך באנדרואיד

הוספת קיצור דרך באייפון

טיפול פליאטיבי

<https://www.mypcnow.org/> -PCNOW

- אתר הארגון לטיפול פליאטיבי מטעם בית הספר לרפואה של וויסקונסין.
- דורש הרשמה חד פעמית בחינם.
- נותן גישה לתכנים בנושא איזון תסמינים, טיפול תרופתי וסוגיות ודילמות נפוצות בטיפול פליאטיבי. Geriatric FF ,50 Fast Facts, תכנים לפי מקצועות ועוד.
- מתעדכן לעתים קרובות

ארגונים עולמיים

<https://www.capc.org>

-CAPC

• אתר הארגון לטיפול פליאטיבי של בי"ח Mount sinai באונטריו, קנדה

-IAHPC ארגון הוספיס בינלאומי (מבוסס בארה"ב)

<https://iahpc.org/>

<https://pallipedia.org/>

EAPC, Pallium Canada, PCA (Australia) ועוד...

Fast Facts

Welcome to the home of Palliative Care Fast Facts and Concepts—originally published by EPERC since 2000. Fast Facts are edited by Sean Marks, MD; Associate Professor of Medicine at the Medical College of Wisconsin.

FAST FACTS DIRECTORY

Search through hundreds of Fast Facts, filtered by



English ▼

אבחון וטיפול

- **UPTODATE-** מספק מידע רפואי מבוסס ראיות על מגוון רחב של אבחנות, טיפולים ומסייע באבחון וקבלת החלטות רפואיות.
- בנוסף מאפשר ניתוח אינטראקציות בין תרופתיות.
- זמין באתר ובאפליקציה לנייד
- **MICROMEDEX-** מספק מידע מהימן על טיפול תרופתי לפי שם תרופה או מצב קליני וכן על שילובים בין תרופות IV.
- לאחרונה יצאה אפליקציה אחודה לכל הפונקציות

* דורשות מנוי שנתי- קיים ברוב הארגונים

U

Patient Education - UpToDate

×

+

←

→

↻

🔍

uptodate.com/contents/table-of-contents/patient-education

☆

📷

👤

👤

🗖

📧 (365) - jul... דואר נכנס

🔍 Google תמונות

✓ חיפוש במאגר התרופ...

📄 ePrognosis - Walter...

🔍 Google Scholar

📺 YouTube

📄 קורס אחיות מובילות...

✓ כניסת עובדים

»

📁 All Books

🌐

UpToDate®

🔍

?

Help

▼

👤

▼

CME 40.5

Sign out

Contents ▼

Calculators

Drug Interactions

UpToDate Pathways

⏪

Back

Patient Education

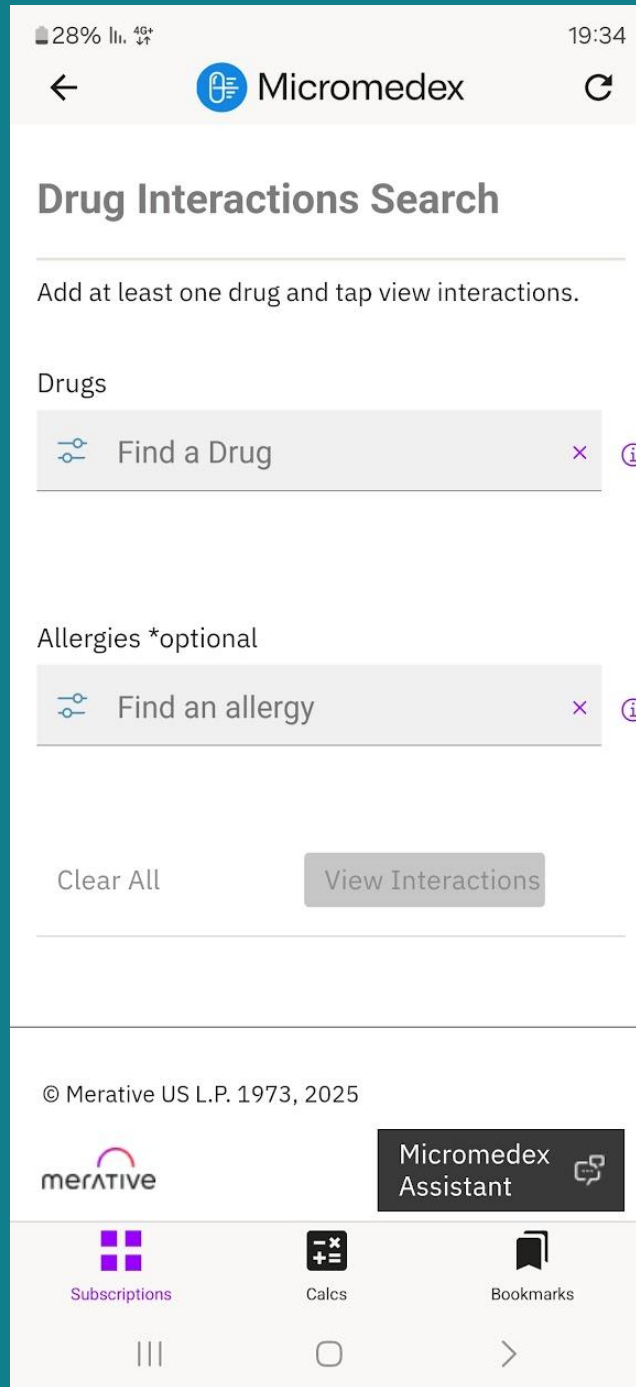
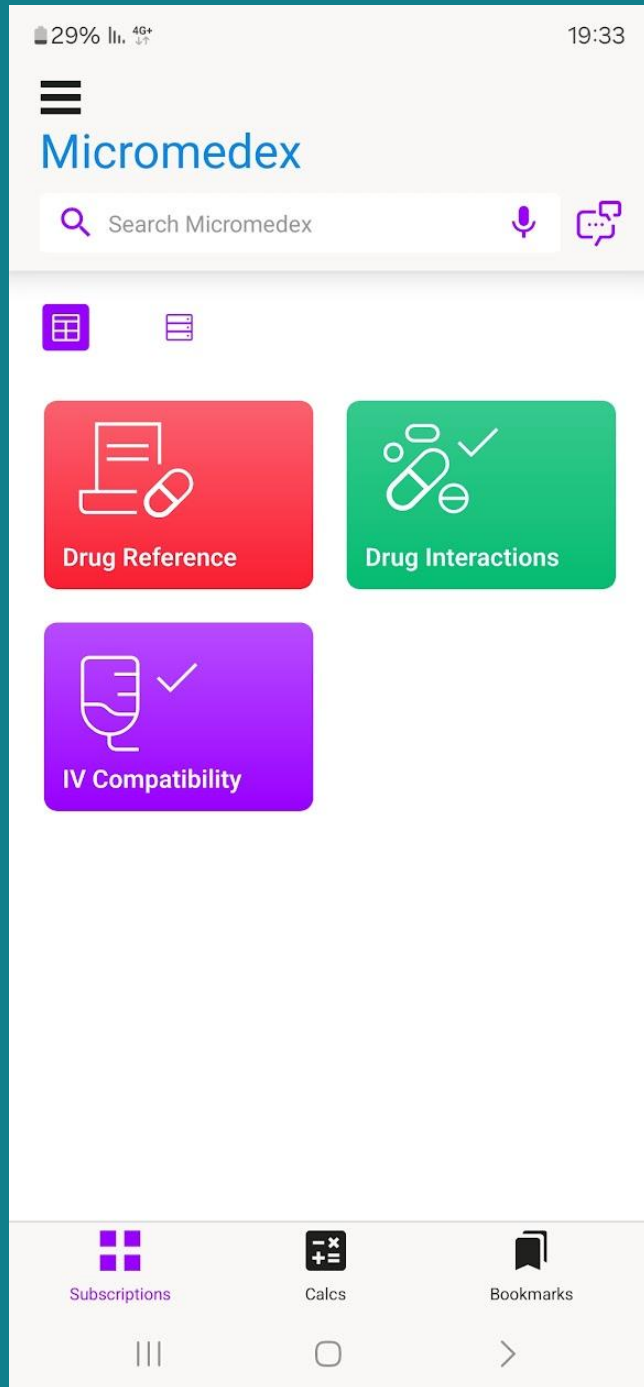
UpToDate offers two levels of content for patients:

- **The Basics** are short overviews. They are written in accordance with plain language principles and answer the four or five most important questions a person might have about a medical problem.
- **Beyond the Basics** are longer, more detailed reviews. They are best for readers who want detailed information and are comfortable with some medical terminology.

[Learn more](#) about UpToDate's patient education materials.

To browse the available patient education topics in UpToDate, click on a category below.

Adult general health	Digestive system	Lung disease
Allergies and asthma	Ear, nose, and throat	Mental health
Anesthesia	Emergency medicine	Nutrition, diet, and weight
Autoimmune disease	Eyes and vision	Pregnancy and childbirth
Blood disorders	Heart and blood vessels	Senior health



ניתן לערוך חיפוש לפי שם
התרופה ולפי אבחנה
ספציפית

טיפול תרופתי



DrugBank

<https://go.drugbank.com>

[DrugBank Online | Database](https://go.drugbank.com)

Access the world's pharmaceutical knowledge used by researchers and health professionals

לכניסה לאתר

<https://www.drugs.com/>

אתר המנגיש מידע תרופתי-

בגרסה החינמית מספק מידע רב על שכולל רקע,

מאפייני PK ו-PD.

לכניסה לאתר יש ללחוץ- [drugbank database](https://www.drugbank.com)

-Drugs.com

אתר המנגיש מידע תרופתי,

ברובו נגיש בחינם. מכיל מידע

נרחב, בדיקת אינטראקציות

וכן כולל Pill Identifier

Pill Imprint

Tip: Enter the imprint only first. Refine by color or shape if too many results display.

Color and shape (optional)

Any color

Any shape

Search

Enter the **letters** or **numbers** from each side of your pill.

9 | 3
SIDE A

5510
SIDE B

For this tablet you would enter
9 3 5510

• Pharmacodynamics

Mechanism of action

Absorption

Volume of distribution

Protein binding

Metabolism

Route of elimination

Half-life

Clearance

Adverse Effects

Toxicity

Pathways

Pharmacogenomic Effects/ADRs

Interactions

Products

Categories

Mechanism of action

the effects of endogenous GABA, the primary inhibitory neurotransmitter in the CNS. Compared to other benzodiazepines, it has relatively low potency and a moderate duration of action. Oxazepam should be administered with caution to patients for whom a drop in blood pressure may lead to cardiac complications as, in rare cases, it may cause hypotension.¹⁴

Like other benzodiazepines, oxazepam exerts its anxiolytic effects by potentiating the effect of gamma-aminobutyric acid (GABA) on GABA(A) receptors, the main inhibitory neurotransmitter receptors in the mammalian brain.⁸ GABA(A) receptors are a component of GABA-gated ionotropic chloride channels that produce inhibitory postsynaptic potentials - following activation by GABA, the channel undergoes a conformational change that allows the passage of chloride ions through the channel. The inhibitory potentials produced by GABA neurotransmission play an integral role in the suppression and control of epileptiform nerve firing such as that seen in epilepsy, which makes the GABA system a desirable target in the treatment of epilepsy.

Benzodiazepines are positive allosteric modulators of GABA(A) function. They bind to the interface between alpha (α) and gamma (γ) subunits on the receptor, commonly referred to as the benzodiazepine binding site, and modulate the receptor such that its inhibitory response to GABA binding is dramatically increased.⁸

TARGET	ACTIONS
A GABA(A) Receptor	positive allosteric modulator

טיפול תרופתי


מאגר התרופות של משרד הבריאות-

מקור רשמי ומהימן למידע על טיפול תרופתי בארץ, זמינותו ועלוני יצרן להורדה ישירה

לכניסה לאתר- [מאגר תרופות משרה"ב](#)

Google

🔍 Search Google or type a URL 🔊 🌐

- 
b-zion
- 
NHS palliativ...
- 
whatsapp web
- 
MEET
- 
translate
- 
CDEL
- 
Add shortcut

 Customize Chrome

טיפול תרופתי- מחשבוני

Clinicalc.com-

Popular Calculators



[DrugStats Database](#)



[Acute Physiology and Chronic Health Evaluation \(APACHE II\) Calculator](#)



[Creatinine Clearance and GFR Calculator](#)



[How to Pronounce the Top 250 Drugs](#)



[Opioid Equianalgesic Calculator](#)



[Pooled Cohort 10-Year ASCVD Risk Assessment Equations](#)



[Phenytoin \(Dilantin\) Correction Calculator](#)



[Vancomycin Calculator](#)

<https://clincalc.com/opioids/>

מחשבון המרה לאופיואידים הכולל מתאדון

מחשבוניס

<https://www.mdcalc.com/>

מחשבוניס שימושיים למגוון נוסחאות:

- eGFR





- Calcium Correction for hypoalbuminemia

- Steroid conversion

הפסקת טיפול תרופתי- Deprescribing

<https://medstopper.com/>

הנחיות להפסקת טיפול תרופתי בהתייחס למאפייני מטופל כגון שבריריות
מאפשר לבנות תכנית צעד אחר צעד

Stopping Priority RED=Highest GREEN=Lowest	Medication/ Category/ Condition	May Improve Symptoms?	May Reduce Risk for Future Illness?	May Cause Harm?	Suggested Taper Approach	Possible Symptoms when Stopping or Tapering	Beers/STOPP Criteria
	pregabalin (Lyrica) / Antiepileptic / pain				If used daily for more than 3-4 weeks. Reduce dose by 25% every week (i.e. week 1-75%, week 2-50%, week 3-25%) and this can be extended or decreased (10% dose reductions) if needed. If intolerable withdrawal symptoms occur (usually 1-3 days after a dose change), go back to the previously tolerated dose until symptoms resolve and plan for a more gradual taper with the patient. Dose reduction may need to slow down as one gets to smaller doses (i.e. 25% of the original dose). Overall, the rate of discontinuation needs to be controlled by the person taking the medication.	return of symptoms, pain	None

PRINT PLAN



Medstopper.com



All

Shopping

Images

Videos

News

Web

Maps

More

Tools



MedStopper

https://medstopper.com

MedStopper

MedStopper is a deprescribing resource for healthcare professionals and their patients ... Frail elderly ...

Select Condition Treated ... Generic or Brand Name ...

Is the patient a frail elderly?

MedStopper is a deprescribing resource for healthcare ...

About

By entering the list of medications a patient is receiving ...

Deprescribing Resources

Deprescribing Resources. Below are links to other resources and ...

Terms of Use

Terms of Use. The Medstopper site is an educational tool intended ...

Meet the Team

A web-based tool designed to help prescribers and patients make ...

More results from medstopper.com

פרוגנוסטיקציה

<https://eprognosis.ucsf.edu/index.php>

כלים שימושיים מטעם אוניברסיטת UCSF
-מסייע בניבוי Time to Benefit מבדיקות שונות.
- משקלל את סיכויי ההישרדות של מטופל בשנה הקרובה דרך מחלה עיקרית, אומדן תפקוד, מין, אלבומין, קריאטנין וכדומה.
- מיומנויות תקשורת לתיווך מידע פרוגנוסטי בסגנון ASK-TELL-ASK

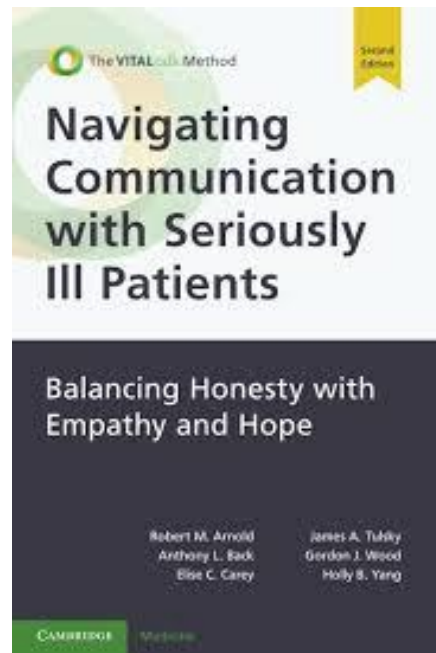
<https://www.mdapp.co/palliative-care/>

גישה נוחה למחשבון PPI- palliative prognostic index

תקשורת

<https://www.vitaltalk.org/>

כלים לתיווך מידע רפואי, ניהול שיחות קשות, בשורה מרה ומיומנויות תקשורת למטפלים.
קיימת אפליקציה בנוסף לאתר.
מידע נגיש חלקית בחינם.



הנגשת מידע למטופלים

<https://getpalliativecare.org/>

מכיל מידע קריא ונוח כמו פליירים על טיפול פליאטיבי במחלות שונות, חלקו זמין בקבצי PDF עבור הקהל הרחב. מחולק לפי מחלות.

<https://sciencebasedmedicine.org/>

מידע מבוסס ראיות בנוגע למיתוסים נפוצים, Fake news ועוד

מדיות שונות

בלוג:

Palliative provocateur •

ערוצי You tube:

- מרכז תום – CDEL
- Friday chalk talk- palliative care
- Pallimed
- צבר רפואה

פודקאסטים:

- Geripal (גם בניוזלטר עם תמלול)
- סוף הדרך- עינת גוטפריד ושרית אופק

ועוד שלל אפשרויות...

מדיות ואתרים

- אתר המרכז הארצי למחקר וחינוך פליאטיבי- קאפי ואריק פלנדרס, שניתן

למצוא בו ארגז כלים של הרצאות, דיון במקרים ועוד:

<https://www.palliative-care.org.il>

- אתר מרכז תו"ם <https://cdel.huji.ac.il/>

- ויקירפואה- פרקים ברפואה פליאטיבית מאת פרופ' פסח שוורצמן ז"ל-

[פרקים ברפואה פליאטיבית](#) (2015)

איזון תסמינים

- אתר הגרסה הישראלית של ההנחיות הסקוטיות-

<https://cdel-palliative.org.il/>

- אתר ההנחיות המקורי-

<https://rightdecisions.scot.nhs.uk/scottish-palliative-care-guidelines/>

אתר ההנחיות הסקוטיות

אתר ההנחיות הסקוטיות לטיפול פליאטיבי:

- בחסות משרד הבריאות הסקוטי
- אינו למטרות רווח
- עובר ביקורת עמיתים קפדנית ומתעדכן מעת לעת
- מותאם למומחים ולאנשי מקצוע שאינם מומחים בתחום
- הנחיות מבוססות ראיות* (לעתים מעטות, עקב מיעוט מחקרים בתחום)

Scottish Palliative Care Guidelines



Healthcare Improvement Scotland



WHO defines palliative care as an approach that improves the quality of life of patients – adults and children – and their families who are facing problems associated with life-threatening illness. It prevents and relieves suffering through the early identification, impeccable assessment and treatment of pain and other problems, whether physical, psychosocial, or spiritual. [Palliative care - World Health Organization \(WHO\)](#)

The Scottish Palliative Care Guideline offers guidance for adults. If you require guidance for a child please access the Association for Paediatric Palliative Medicine Formulary: [APPM Master Formulary](#)



Pain



Symptom management



Palliative emergencies

Introduction

Assessment

Management

Medication

Practice points

Resources

References

כל קובץ בנוי בצורה

שיטתית

ומחולק לפרקים

בהתאם לגישה לאיזון

סימפטומטי

אתר ההנחיות הסקוטיות

Sent: Tuesday, December 7, 2021
1:24 PM

To: julia.estrin <julia.estrin@b-zion.org.il>

Subject: FW: Request for permission to use guidelines

Hello Julia,

The chair of the Palliative Care Group has given her response below and is happy for the guidelines to be translated.

Kind Regards,

Paul

פנינו באופן רשמי לארגון ומהר

מאוד באדיבותם, התקבל

האישור הרשמי לתרגום

והתאמת ההנחיות לישראל



ועדת היגוי 

כל מומחית התייחסה לאספקט מסוים -

הגהה לשונית, טיפול תרופתי בבי"ח ובקהילה ועוד.

אנורקסיה/קכקסיה (Anorexia/cachexia)

מבוא

סינדרום אנורקסיה/קכקסיה הוא תהליך מטבולי מורכב המתגלה במחלות סופניות רבות. הוא מאופיין בירידה או אבדן תיאבון (אנורקסיה) עם ירידה במשקל ודלדול שרירים (קכקסיה). מצב זה פוגע באופן משמעותי באיכות חיים ויכול לגרום לחרדה ודחק לחולה, ואולי אף יותר למטפלים בו.

אומדן

האומדן הוא הרבה יותר מחישוב הצריכה הקלורית ביחס למשקל גופו של המטופל. כדאי לשקול האם הצורך במעקב משקל הוא הכרחי, שכן הוא יכול להגביר את החרדה מאובדן המשקל. יש להיות ערים לכך שירידה מתמשכת במסת גוף יכולה להתרחש עם או ללא אבדן רקמת שומן.

הערכה תזונתית צריכה להיות הוליסטית, ולכלול היבטים רגשיים, חברתיים, קוגניטיביים וביוכימיים של התזונה והדיאטה. כל אומדן צריך להיות מותאם אישית ולהתחשב במצבו הספציפי של המטופל ושלב מחלתו.

יש לאתר בעיות הפיכות שעלולות להחמיר אנורקסיה, כמו כאב, קוצר נשימה, דיכאון, מיימות, בחילות והקאות, עצירות, הפרעות בליעה, צרבת, דלקות במערכת העיכול, חרדה ותרופות.

בעיות בחלל הפה: יובש, תותבות לא מתאימות, פצעים ופטרות.

- ריח: ריחות ביטול, אי שליטה על סוגרים, נגעים פטרייתיים ופיסטולות יכולות להחמיר אנורקסיה.
- עיכוב בריקון הקיבה (למשל עקב מחלה מקומית, נוירופתיה אוטונומית) הגורם לשובע מוקדם והקאה של מזון לא מעוכל שמקל על בחילות.
- תשישות קשורה באופן שכיח לאנורקסיה/קכקסיה.

יש לשאול את המטופל והמטפל על עמדותיהם כלפי משקל, דימוי גוף, תזונה וצריכת מזון.

טיפול

- המטרה היא מניעה, זיהוי מוקדם וטיפול בגורמים המחמירים את המצב. זה כולל הכרה בהשפעה הפסיכולוגית על המטופל והמטפל, לצד מתן מידע ותמיכה.
- בתמיכה תזונתית הדגש הינו על אכילה בהתאם למצבו ויכולתו של המטופל.

ההנחיות קיימות בפורמט

PDF

וניתנות

להורדה ישירות מהאתר



אודות האתר

תודות

ריכוז הפרויקט

וועדה מקצועית מייעצת (לפי
סדר אלפביתי)

בנייה ועריכה של אתר
הגרסה הישראלית של
ההנחיות הסקוטיות לטיפול
פליאטיבי

תרגום ועיבוד ראשוני



הקדמה

אודות האתר

אתר זה הוקם בשיתוף פעולה בין קבוצת פליאציה NET ומרכז תום ע"י אנשי מקצוע מתחום הרפואה הפליאטיבית למען עמיתים העוסקים במתן טיפול תומך לחולים הסובלים ממחלות קשות וכרוניות. הזקוקים לאיזון סימפטומים.

הטיפול הפליאטיבי מכוון לשפר את איכות חיי החולים ובני משפחותיהם בכל שלבי המחלה: מרגע האבחון, במקביל לטיפול פעיל במחלה עצמה, ומתעצב בשלביה המתקדמים של המחלה ולקראת סוף החיים.

טיפול פליאטיבי עוסק באדם ולא במחלה, באמצעות יישום גישה הוליסטית ומתן מענה לצרכים פיזיים, תפקודיים, חברתיים, רגשיים ורוחניים של מטופלים ומטפלים המתמודדים עם מחלה פרורסיבית.

קבוצת פליאציה NET הינה רשת מקצועית יועצת שהוקמה בשנת 2016 לאחים ואחיות העוסקים בטיפול תומך. פעילותה של הקבוצה מתקיימת על בסיס התנדבותי ומהווה מודל ייחודי לשיתוף פעולה של אנשי מקצוע מובילים ממגוון שירותים בקהילה, במוסדות, מכל קופות החולים ומכל המגזרים ברחבי ישראל.

מרכז תום – מרכז אקדמי לקידום טיפול תומך של האוניברסיטה העברית בירושלים הוקם ב 2016 על מנת לקדם הכשרה והפצה של גישה פליאטיבית בקרב צוותים מטפלים ובקרב הציבור הרחב.

הקדמה

איזון תסמינים

מצבי חירום

טיפול בסוף החיים





ברוכים הבאים!



מרכז קאפי
ואריק פלנדרס
לטיפול פליאטיבי



האיגוד
הפליאטיבי
ישראל



פליאציה. NET



מרכז תום

הכל

קישורים מהירים



הנח
מתו



קישורים לאפליקציות
המרת אופיואידים



פרקים ברפואה פליאטיבית -
פרופ' פסח שוורצמן



אנשי קשר



"לתמוך תמיד"



הרשמה
לניוזלטר



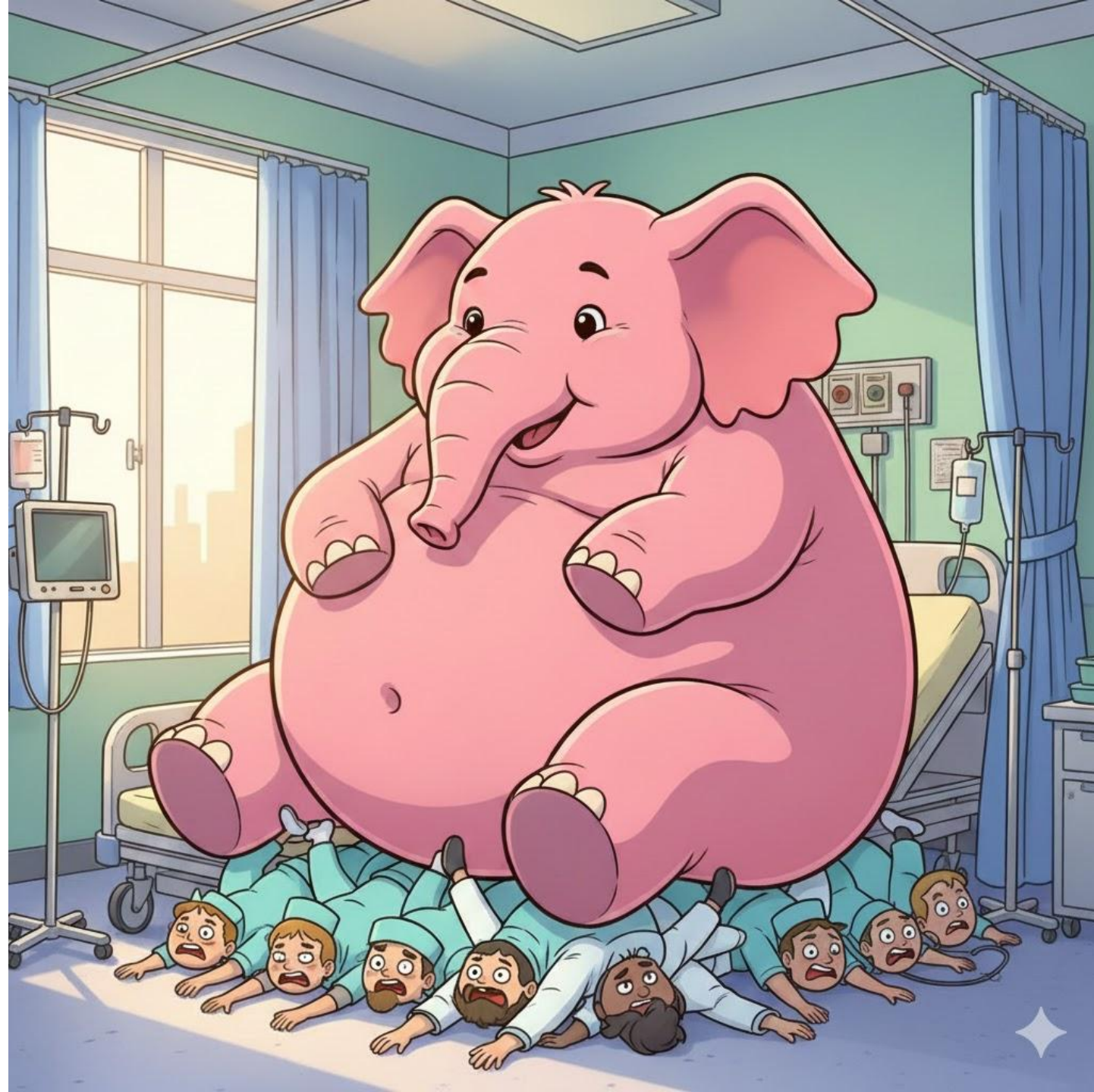
צור קשר



שלחו לנו
חומרים



הבית של
יוליה

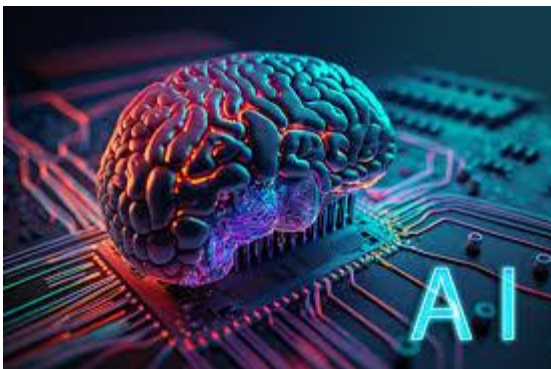


AI- בואו נדבר על זה...

• מהי בינה מלאכותית יוצרת?

טכנולוגיה שיכולה ליצור חומרים חדשים לגמרי—כמו ניתוח נתונים
וכתיבת סיכום, ניסוח מייל להנהלה, ברכה לקולגה שפורשת, סיפור לפני
השינה, תכנון סידור עבודה או יצירת תמונה להמחשה במצגת—פשוט על
סמך הנחיות שאתם נותנים לה.

כמעט כמו עוזר אישי...





AI - אתגרים

צריך לזכור שאנחנו המפעילים ובינה מלאכותית כמו כל כלי דורשת פיקוח אנושי תמידי. עלינו לשים לב ל:

- טעויות קריטיות
- "הזיות"
- הטיות בנתוני אימון
- דליפת מידע
- "טייס אוטומטי"

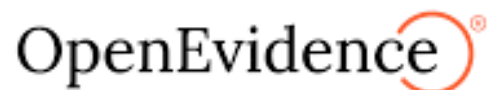
AI - יתרונות

בשימוש נכון בינה מלאכותית יכולה להקל משמעותית על משימות רבות

בחיינו:

- לסייע בקבלת החלטות ולתמוך בהן
- למזער את הנטל הבירוקרטי ולהגדיל את זמן הטיפול הישיר
- הפחתת טעויות
- גישה מיידית למידע וייעול תהליכי למידה
- ניתוח כמויות עצומות של מידע וזיהוי דפוסים חבויים

AI - כלים שימושיים



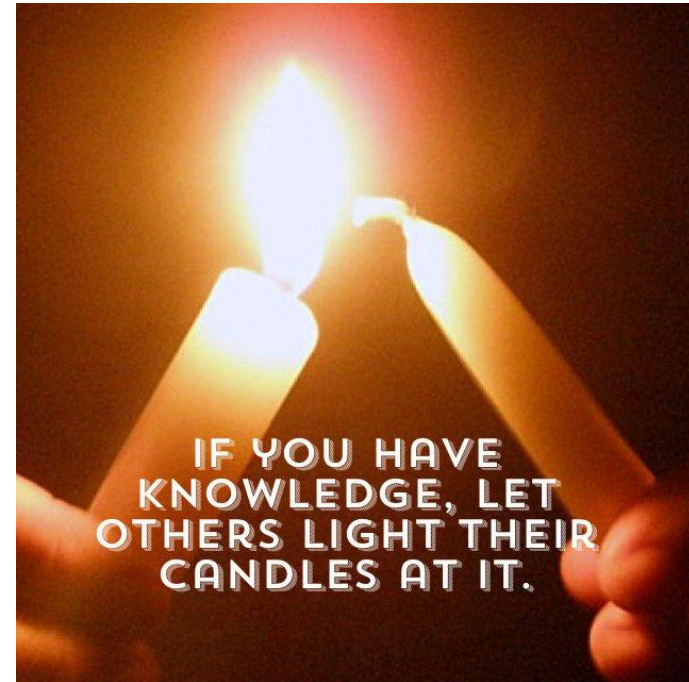
AI - דוגמאות

- כתיבת שאלות בחינה
- תרחישים לסימולציות
- יצירת עלוני מידע
- יצירת פרוטוקול טיפולי
- ניתוח מאמרים, ניתוח נתוני סקר
- יצירת תמונות, סרטונים, מצגות ועוד



<div> Neuropathic Pain Medications in Palliative Care- </div> <div> NNT and NNH Comparison </div>	Medication Class	Specific Drug	NNT	NNH	NNT/NNH Ratio	Clinical Notes
	Tricyclic Antidepressants (TCAs)	Amitriptyline, Nortriptyline	2.1-3.1	13.4	0.16-0.23	Most effective - Lowest NNT, good safety profile
	Anticonvulsants	Carbamazepine	1.7	2.6	0.65	Very effective but highest harm ratio
	Anticonvulsants	Gabapentin	6-8	25.6	0.23-0.31	Good safety profile, moderate efficacy
	Anticonvulsants	Pregabalin	5-6	13.9	0.36-0.43	Balanced efficacy and safety
	SNRIs	Venlafaxine	~3	11.8	0.25	Good efficacy, moderate safety
	Opioids	Various	2.1-5.1	17.1	0.12-0.30	Variable efficacy, good safety profile
	Topical	Capsaicin	Not available	8.7	-	Limited systemic effects

**Knowledge
is only
valuable
when it is
shared**



ועכשיו נתרגל!

1. נפתח אחד מכתבי העת הבאים:

- **PMC- Pubmed Central**
- **BMC- springer**
- **PLOS ONE** (רב-תחומי)

- או **Consensus**

2. נבחר נושא שעליו נחפש 2 מאמרים

- נבקש מ-AI לערוך סיכום והשוואה בין המאמרים

3. לאחר-מכן העתיקו את כתובת ה-URL של המאמר או את התקציר לאחד

מהמודלים:

- GEMINI

- CLAUDE

- CHATGPT

4. בקשו ממנו להכין סיכום קצר של המאמרים ולהשוות בין הפרמטרים של המחקרים, למשל, נקודות דמיון ושוני, מתודולוגיה, נקודות ליישום בשטח ועוד.

5. ניתן לבקש לערוך את ההשוואה בטבלה

נושאים לדוגמא

- פרוטוקול מתן עירוי תת-עורי (Hypodermoclysis)
- הידרציה בסוף החיים
- Deprescribing (אפשר לבחור תרופה מסויימת)
- כלים לניהול שיחות קשות
- כלים להפחתת תשישות חמלה/ עומס על מטפלים
- אבל מורכב- Complicated grief
- נושא לבחירתכם

לסיכום

- האם הרגשתם שלמדתם מהתהליך?
- האם ה-AI עזר לכם לזהות את עיקרי הדברים?
- האם הייתם סומכים על הסיכום שלו?
- האם יש כלי שאתם חושבים שהולך לשמש אתכם בעבודה היומיומית?