

התפתחות המוח מעוברות לבגרות

15.12.22 בין השעות 09:00 - 16:00, חדר SL201, קמפוס אוניברסיטת רייכמן, הרצליה
בהנחיית ד"ר נועה אלבלדה (anoa@runi.ac.il)

לו"ז היום

09:00 - 08:30	התכנסות והרשמה
10:30 - 09:00	ניצני חיים - התפתחות המוח העוברי
10:45 - 10:30	הפסקה
12:15 - 10:45	משחק ילדים - המוח בשנות החיים הראשונות
12:45 - 12:15	הפסקת צהרים
14:15 - 12:45	סערת מוח - המוח בגיל ההתבגרות
14:30 - 14:15	הפסקה
15:45 - 14:30	אל המנוחה והנחלה - המוח המתבגר והמזדקן
16:00 - 15:45	סיכום היום

09:00 - 10:30: ניצני חיים - התפתחות המוח העוברי

כולנו התחלנו כמפגש בין שני תאים - זרעון וביצית. מהם התהליכים המתרחשים במהלך תשעת חודשי ההריון שמובילים להתפתחות של מערכת עצבים ומוח המכילים כ-86 מיליארד נוירונים? אילו גורמים מכוונים תהליכים אלו? בהרצאה נכיר את שלבי התפתחות המוח העוברי ונראה כיצד הם נשלטים על ידי גורמים גנטיים וסביבתיים. כמו כן נעסוק במושג fetal programming: כיצד שינויים קלים אך משמעותיים בסביבה העוברית והאימהית יכולים להשפיע על מסלול התפתחות המוח לטווח ארוך, לטובה ולרעה.

10:45 - 12:15: משחק ילדים - המוח בשנות החיים הראשונות

שנות החיים הראשונות מאופיינות בפלסטיות מוחית מדהימה, זינוק מרשים במספר הסינפסות במוח ותגובתיות מוחית גבוהה לסביבה הפנימית והחיצונית של הילד. בשנים אלו ידע חדש נרכש ונשמר במהירות מדהימה ורשתות מוחיות הולכות ונרקמות, הולכות ומשתכללות. בהרצאה נדבר על השינויים המוחיים המאפיינים את שנות החיים הראשונות, על קונספט החלון הקריטי בהתפתחות מוחית והתנהגותית וכן על ההשפעה החשובה של הורים ומטפלים דווקא בשנים חשובות אלו בהן אישיותו ואופיו של הילד מתחילים להתעצב.

12:45 - 14:15: סערת מוח - המוח בגיל ההתבגרות

בגיל ההתבגרות מתרחשים במוח שינויים רחבי היקף וביניהם ירידה בנפח החומר האפור, הסתעפות החומר הלבן ושינויים תפקודיים ונוירוכימיים רבים. שינויים אלו מתרחשים באזורים קריטיים לוויסות רגשי והתנהגותי כמו הקורטקס הפרה-פרונטלי, המערכת הלימבית ומערכת התגמול. בהרצאה נדבר על שינויים אלו ומשמעותם ליכולות קוגניטיביות ורגשיות של מתבגרים ונבין מדוע גיל ההתבגרות נחשב לחלון זמן קריטי בהתפתחות המוח שעשוי להוות טריגר להתפרצות של פסיכופתולוגיות שונות אך גם הזדמנות לצמיחה, התבגרות מוצלחת וכניסה מיטבית לעולם המבוגרים.

14:30 - 15:45: אל המנוחה והנחלה - המוח הבוגר והמזדקן

הרפואה המודרנית הצליחה להאריך את תוחלת החיים שלנו באופן משמעותי. כך, אוכלוסיית העולם המערבי הולכת ומזדקנת ומחלות/תופעות המאפיינות את גילאי הזקנה כמו פרקינסון, אלצהיימר ודמנציה הופכות לנפוצות יותר. בהרצאה נדבר על השינויים שמתרחשים במוח כאשר אנו מתבגרים ומזדקנים ונשאל כיצד אנו יכולים לשמור על בריאות מוחית ופסיכולוגית גם לעת זקנה. לבסוף, נכיר את גורמי הסיכון וההגנה, את הבסיס המוחי ואת הטיפולים לאחת המחלות הנפוצות ביותר בגילאים אלו: מחלת האלצהיימר.

15:45 - 16:00 - סיכום, שאלות וסיום.