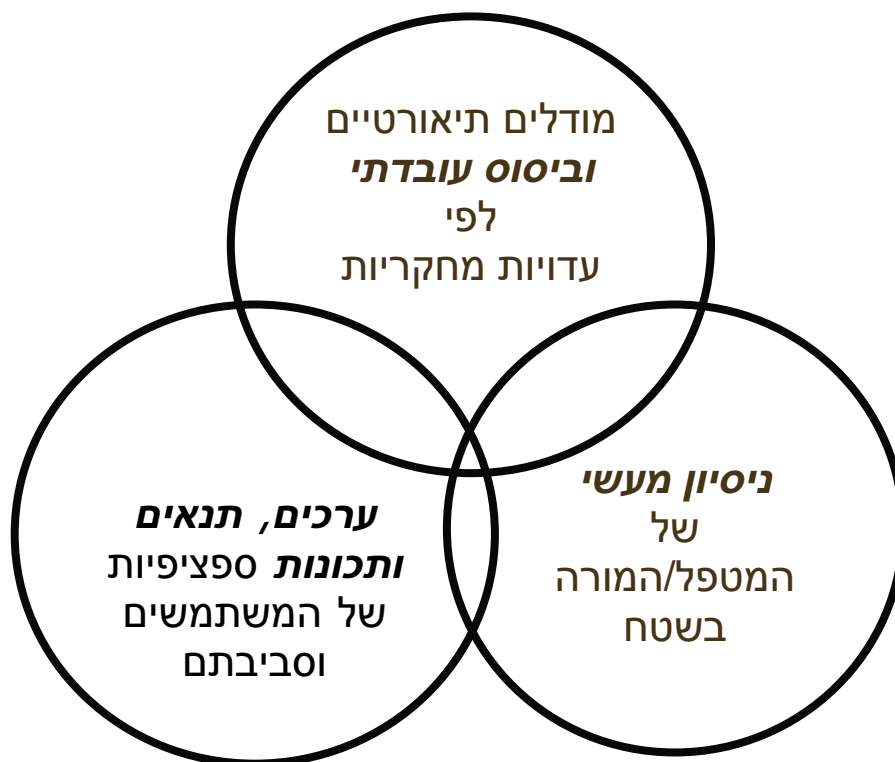


סקירות ספרות שיטתיות למטרת תמיכה בפרקטיקה מקצועית ישעיהו הוצלר, ראש בית הספר ללימודים מתקדמים

אם תשאלו את עצמכם, כיצד ומדוע הנכם פועלים מבחינה מקצועית באופן בו הנכם פועלים, הרי שיהיו לכך מספר תשובות טיפוסיות: (א) כי כך לימדו אותי כשעסקתי בענף הספורט (במקצוע) המדובר, (ב) כי כך למדו אותי במסגרת המקצועית (למשל בשיעורים המעשיים ובשיעורי מתודיקה של החינוך הגופני), (ג) כי הספרות המקצועית מצביעה על כך שזו השיטה הטובה ביותר. אם נבחן את השאלה לעומק, נמצא בדרך כלל שהתשובה הראשונה מתארת את המניע החזק ביותר. את התופעה הזו גילה ככל הנראה גם רופא בריטי בשם קוכראן (Cochrane, 1972), אשר כתב ספר על האפקטיביות והיעילות של חקירות מדעיות ברפואה, ממנו עולה שיש לבסס את הפרקטיקה המקצועית על עובדות (Evidence based practice: EBP). הכוונה לכך שאנשי המקצוע "ישתמשו באופן מצפוני, מפורש ושקול בעדויות עדכניות הטובות ביותר" (Sacket et al., 1996). כוונת המחברים היא, שבנוסף לידע שנרכש בהוראה פורמלית של תורת המקצוע ועל ידי התנסות מעשית, הפרקטיקה המקצועית תסתמך גם על ראיות מחקריות שבחנו את מידת האפקטיביות והיעילות של השיטה המקצועית. מידע עובדתי שסוקר ממצאי מחקר ביחס לתופעה מסוימת, לאוכלוסיה מסויבת, או לצורת טיפול או אימון מסוימת, עשוי לספק לאיש המקצוע מידע ביחס להסתברות ששיטה מקצועית מסוימת תגרום לתוצאות הרצויות. למשל, עד כמה אימוני כוח מסוגים שונים (למשל אימון איזוקינטי, איזומטרי ואיזוטוני), עשויים לגרום לשיפור בכוח באוכלוסיות של צעירים, בוגרים וזקנים.

הרמה הגבוהה ביותר של וודאות, שמרבית החוקרים מיחסים למידע עובתי היא כאשר המחקרים שנכנסו לסקירה מבוססים על הקצאת מדגם של אנשים בעלי מאפיינים דומים באופן אקראי לקבוצות המקבלות את הטיפול הנבדק לעומת חוסר טיפול או טיפול באמצעות שיטות אחרות (Guyatt et al., 2000). יחד עם זאת, בסוגיות הקשורות בתופעות מתחום מדעי החברה יש החולקים על חשיבותו של ההקצאה האקראית (Spring, 2007), וטוענים שיש לשלב את הידע העובדתי בזה הנלמד על ידי מדריכים מנוסים ובהתנסות המעשית. באיור 1 מתואר מודל המייצג את יחסי הגומלין בין המשתנים הקובעים את רמת ביסוס הידע המחקרי.

איור 1: מודל תיאורטי לקבלת החלטות מקצועיות ע"פ ספרינג (Spring, 2007)



המודל התפקודי של ארגון הבריאות העולמי International Classification of Function and Disability [ICF]: World Health Organization, 2001) מספק מסגרת נוחה לניתוח צרכים ולתכנון פעילות, שמבחין בין שלוש קבוצות של משתנים, כמפורט בלוח א:

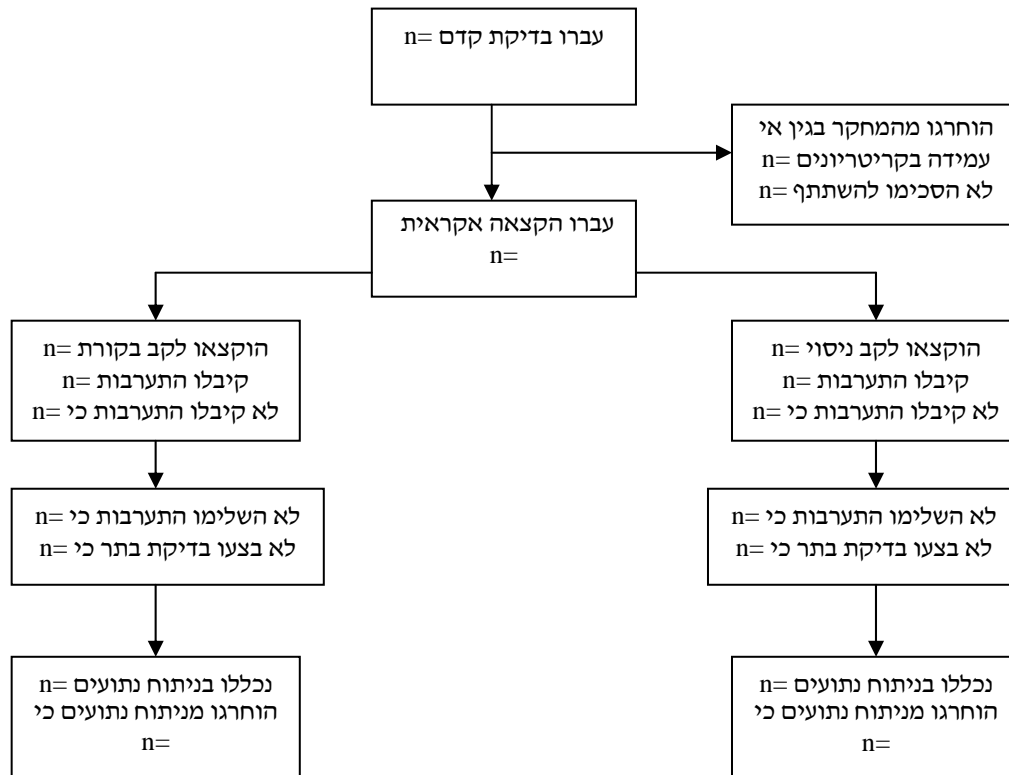
לוח א: דוגמאות למשתני תרגול והערכת ביצוע בממצאים של טיפולים פיזיקליים

דוגמאות למשתני הערכה	תחום
טווחי תנועה, כוח שריר, צפיפות עצם, תפקודי ריאות, שיווי משקל, כאב, דיכאון	מבנה ותפקוד גופני ונפשי (Structure & Function)
איכות ומרחק הליכה בזמן מוגדר, מהירות ביצוע בעברים, כמו קימה מכיסא	פעילות (Activity)
מספר הצעדים בהליכה יומיומית, סוגי הפעילות בהן יש התמדה כמו יציאה לקניות, למרכז הקהילתי, לקולנוע, פעילות פנאי כגון ספורט	השתתפות (Participation)

- במסגרת הגישה של פרקטיקה מקצועית מבוססת עובדות נהוג לבצע מחקרים ולכתוב סקירות ספרות שיטתיות שמבוססות על ההנחיות הבאות:
- א. יש לבצע חיפוש ממוחשב במאגרי מידע מחקריים, ולאחזר מתוכם את כל הכותרים של המאמרים הרלוונטיים למילות מפתח מסוימות.
 - ב. את הכותרים שאוחזרו יש לסקור באופן ידני כדי לבחון אלו מהם תואמים למטרות הסקירה ולקריטריונים שהוגדרו להכללה. באופן זה ניתן לצמצם את מספר המאמרים לסדר גודל שניתן לנתח באופן מעמיק בהמשך.
 - ג. יש לקרוא בעיון את המאמרים המלאים שנמצאו מתאימים להיכלל בסקירה ולנתח אותם בהתאם לקטגוריות שהוגדרו מלכתחילה. קטגוריות כאלה כוללות בדרך התייחסות לגודל המדגם ומאפייניו, אוכלוסיית היעד, מאפייני הטיפול הייחודיים, שיטות הערכה של האפקט הטיפולי, וממצאים ביחס לתחומי אפקט טיפולי. כמו כן נהוג לתאר את מידת האמינות של המחקרים לפי תבחינים של איכות מאמרים. אחד התבחינים השכיחים והתקפים להתערבות של טיפול גופני בבני אדם, הוא זה שפותח על ידי איגוד הפיסיותראפיה האוסטרלי (Physiotherapy Evidence Database). מאמרים נכללים במאגר PEDro לאחר בחינה של צוות מחקרי הנותן למחקר המוכלל ציון איכות על סמך סולם הערכה בן 10 דרגות כש 10 הוא הגבוה ביותר, בהתאם לתבחינים נפוצים של אמינות ואיכות מחקרים קליניים (למשל אקראיות ההתקצאה, "עיוורון" הבודקים והנבדקים) (Centre of Evidence Based Physiotherapy, 2012; Maher et al., 2005).
 - ד. לעתים נהוג להוסיף לסקירה השיטתית פרוצדורה סטטיסטית המכונה ניתוח על (Meta analysis), במסגרתה נהוג לחשב גדלי פער משותפים לכלל המחקרים שבדקו סוגיה דומה בעזרת אותן השיטות.
 - ה. כמו כן נהוג להציג טבלאות הכוללות את סיכומי הממצאים במחקרים שאוחזרו, ולעתים תרשימים המציגים באופן קווי ודו-כיווני לאישוש את גודל הפער, כשהכיוון החיובי מאושש, והשלילי סותר את השערת המחקר.
- הכתיבה המדעית של סקירות העוסקות בפרקטיקה מקצועית מבוססת עובדות, ערוכה בדרך כלל על פי כללים שנוסחו על ידי ארגון רפואי בינלאומי תחת הכותרת "קונסורט" (CONSORT, Consolidated Standards of Reporting Trials), שמשמעותה מסגרת מגובשת של כללים מנחים לדיווח על ניסויים קליניים. מידע מקיף ביחס לכללים אלה, ולכתבי העת המשתמשים בכללים אלה ניתן למצוא בדף האינטרנט <http://www.consort-statement.org/home> במסגרת זו נכללת רשימה לבדיקה עצמית של 25 כללים. כמו כן מודגם תרשים זרימה המציג את התהליך של הקצאת הנבדקים למחקר. באופן דומה יש להשתמש באותו תרשים הזרימה גם עבור מאמרים המאוחזרים במסגרתה של סקירת ספרות שיטתית (Systematic Literature Review) שתפקידה לאפיין את הספרות המחקרית העוסקת בסוגיה הנדרשת ולנתח את היקף ועומק ביסוס הידע העובדתי ביחס אליה. דוגמה של מבנה תרשים הזרימה על פי כללי CONSORT

מתוארת באיור 2, לפי אתר <http://www.consort-statement.org/consort-statement/flow-diagram0>

איור 2: תרשים זרימה לבחירת נבדקים במחקר לצורך ביסוס ידע עובדתי ע"פ כללי ה"קונסורט"



מקורות

Centre for Evidence-Based Physiotherapy (2009). PEDRo: Physiotherapy Evidence Database. The George Institute for International Health PO Box M201, Missenden Road, SYDNEY NSW 2050, Australia. Retrieved online Aug 13, 2009 <http://www.pedro.org.au/>

Cochrane, A. L. (1972). Effectiveness and Efficiency. Random Reflections on Health Services. London: Nuffield Provincial Hospitals Trust. (Reprinted in 1989 in association with the BMJ, [Reprinted in 1999 for Nuffield Trust by the Royal Society of Medicine Press, London \(ISBN 1-85315-394-X\)](#))

Guyatt, G. H., Haynes, R. B., Jaeschke, R. Z., Cook, D. J., Green, L., & Naylor, C. D., et al. (2000). Users' guides to the medical literature: XXV.

Evidence-based medicine: principles for applying the users' guides to patient care. *Journal of American Medical Association*, 284, 1290–1296.

Maher, C. G. Sherrington, C., Herbert, R. D., Moseley A. M., & Elkins, M. (2003). Reliability of the PEDro scale for rating quality of randomized controlled trials. *Physical Therapy*, 83, 713-721.

Sackett, D. L., Rosenberg, W. M. C., Muir Gray, J. A., Haynes, R. B., & Richardson, W. S. (1996). Evidence based medicine: what it is and what it isn't. *British Medical Journal*, 312, 71-72.

Spring, B. (2007). Evidence based practice in clinical psychology: What it is, why it matters, what you need to know? *Journal of Clinical Psychology*, 63, 611-631.

World Health Organization (2001). *International classification of functioning, disability and health (ICF)*. Geneva, Switzerland: Author [On-line].

Available: <http://www3.who.int/icf/icftemplate.cfm>.