

שם הקורס: המוח ומערכת החיסון- כיצד רגשות משפיעים על בריאותינו וכיצד בריאותינו משפיעה על הרגשות?
שם המרצה: ד"ר הדס שחורי
אשכול (נא לסמן):

1. מערכות ותהליכים.
2. היבטים ישומיים של ביולוגיה - כימיה.
3. מדעי כדור הארץ.
4. אקולוגיה.
5. איכות הסביבה ושמירת טבע.
6. אורגניזם וסביבתו.

תקציר:

כולנו מכירים את הקשר בין לחץ נפשי לתחלואה. אך הקשר בין המוח לבין מערכת החיסון עמוק הרבה יותר וכולל בתוכו את כל מגוון הרגשות שלנו, תקווה, שמחה, אהבה ועצב. כל אלה משפיעים על בריאותינו ועל מערכת החיסון, האחראית על תקינות הגוף. בקורס נעסוק בשאלות כגון: כיצד לחץ משפיע על תפקודי הגוף? האם יש קשר בין אישיות ואריכות ימים? האם פוליטיקאים חיים יותר? האם המעמד החברתי שלך משפיע על הבריאות שלך?

כמו כן, נבחן את הצד השני של המטבע, כיצד בריאות הגוף יכולה להשפיע על בריאות הנפש. האם מערכת החיסון יכולה להשפיע על הזיכרון? מה קורה כשמערכת החיסון מזדקנת, האם גם המוח משתנה ואיתו הרגשות שלנו? האם שינוי תזונתי שמשפיע על אוכלוסיית החיידקים בקיבה יכול לגרום להפרעה נפשית? ובכלל, כיצד הסביבה בה אנו חיים משפיעה על התקשורת בין המוח ומערכת החיסון.

דרישות קדם: אין

דרישות הקורס: מבחן בסוף הקורס

ציון הקורס: ציון המבחן

פרטי המרצה (שם, מייל וטלפון): הדס שחורי hadas.schori@gmail.com נייד 0523217649