

רק בריאות

הניוזליטר השבועי של חסד בישראל
קהילת האונליין ליועצים רפואיים בישראל

גיליון מס' 25 || פרשת דברים תשפ"ג



חסד בישראל

קהילת האונליין ליועצים רפואיים
לענין האברך ישראל אברהם קנפול ז"ל

חדשות הבריאות



מומחי מאוחדת במספר עצות לקראת צום תשעה באב

על מנת לעבור את הצום בצורה קלה ובריאה יותר, מגיש הדיאטן המחוזי של מאוחדת בירושלים, דודי לביא, את הטיפים להתנהלות נכונה לקראת הצום, במהלכו ובסופו. לקראת הצום החל משעות הבוקר מומלץ לשתות כוס מים כל 2-1 שעות, כלומר 10 כוסות מים לפחות עד לתחילת הצום. רצוי לצרוך פחמימות מורכבות (לדוגמה לחם או קרקרים מדגנים מלאים) ופירות החל מהבוקר ומדי 4-3 שעות בכמות מדודה בכדי לאפשר מילוי אופטימלי של מאגרי האנרגיה בגוף לקראת הצום. לאלו ששותים הרבה קפה – מומלץ להפסיק בהדרגה מספר ימים לפני הצום את שתיית הקפה. בכך נימנע מתחושות לא נעימות שעלולות להיגרם עקב הפסקה פתאומית של צריכת הקפה לדוגמה כאב ראש ועייפות יתר. סעודה מפסקת מומלץ לשלב בסעודה פחמימות עם סיבים תזונתיים בכדי לספק אנרגיה לקראת הצום הארוך ולשפר את תחושת השובע לאורך זמן. לדוגמה:



קטניות, אורז מלא, לחם מלא וכד'. חשוב לאכול גם ירקות בקליפתם בכדי להעשיר את הארוחות בסיבים תזונתיים נוספים ובנוזלים. כדאי להמעיט ו/או להימנע משתייה מתוקה ומאכלים מתוקים טרם הצום שכן הם עלולים לגרום לרעב ולצמא מוגברים בהמשך. מומלץ להימנע מאכילת מאכלים מלוחים ומתובלים יתר על המידה בכדי למנוע צמא בשלב מוקדם של הצום. מהלך הצום עומס חום, חשיפה מוגזמת לשמש ופעילות גופנית מגבירים את איבוד הנוזלים ולכן רצוי להימנע מהם ככל האפשר במהלך הצום. סיום הצום: בסיום



טור פתיחה || חיים קליגר



הרפואה על כסא גלגלים

רופאים יוצרים חומה כדי לבודד את החולה מאחור, מותרים אותו צועק, אוחזים במיקרופון וממשיכים להקריא טקסטים מהדף, זוהי תמונה שלא מצליחה לעבור את העין, היכן היא החמלה, היכן היא ההקשבה, היכן אותו רופא שיגש לאותו חולה, ישים על כתפו את היד, ירגיע אותו, יקטיב לו ויראה לו רגע של אמפטיה לכאבו ולמכאובו.

איננו נכנסים בכלל לנושא הרפורמה המשפטית, איננו דנים בשאלה הכל כך חשובה האם רצפת המרכז הרפואי היא המקום לנהל מאבק פוליטי, האם נכון וראוי שרופא כשהוא בשעות תפקידו לא אמור להיות נטול כל אג'נדה פוליטית, את כל אלה אנו משאירים מחוץ לדיון, אנוח כואבים את כאבו של אותו חולה, שמנסה להביע את אשר על ליבו והרופאים שכל כך אמונים על להכיל כל אדם באשר הוא הודפים אותו לאחור.

כשתקפו את הרופאים בתוך המרכזים הרפואיים יצאנו כולנו חוצץ נגד התופעה הזו, כי אין מקום חלילה לאלימות בתוך המרכזים הרפואיים, בדיוק כך אין מקום במרכזים הרפואיים לאג'נדה פוליטית זו או אחרת

מי כמונו מכירים ומוקירים את הרופאים, מי כמונו שפונים אליהם בכל שעה משעות היממה כדי לבקש מהם סיוע ועצה עבור אלו הזקוקים לעזרתם יודעים להעריך אותם ואת פועלם, את מקצועיותם ובעיקר את "המענטש" שעומד מאחורי כל רופא ורופאה, ולא, לא זה לא מובן מאילוי, כולנו נתקלנו בסיטואציות בהם הרופא שם בצד את כל השיקולים והתמסר לסייע לחולה, רק כי הוא רופא והוא יכול ומסוגל לסייע, לא כבוד, לא כסף, לא תהילה – פשוט ממקום של רצון ונכונות לסייע ועל כך כאמור מלוא הערכתנו ותודתנו לרופאים ולרופאות!

אך בגלל כל זה, התמונה הזו בה עומדים רופאים בכניסה לאחד המרכזים הרפואיים, מנהלים מפתח בית הרפואה את המאבק על הרפורמה המשפטית וכשיגש חולה על כסא גלגלים ומבקש להביע את דעתו על מחאתם הם יוצרים חומה אנושית מאחוריו ומותרים אותו זועק מאחור, התמונה הקשה הזו מזועזעת אותנו.

אותם רופאים שאמורים להיות חומת מגן לאותו חולה, אותם רופאים שאמורים להיות קשובים לחולה, אותם



שלום דוקטור || ד"ר סנקוביסי זיגמונד



ד"ר סנקוביסי זיגמונד

פסיכיאטר - בית חם באלעד ומודיעין עילית

למד את לימודי הרפואה בארגנטינה, שם גם עשה התמחות בפסיכיאטריה, עלה לישראל בשנת 1975 ומאז הוא עוסק גם כאן בפסיכיאטריה, במשך 40 שנה במרכז הרפואי שיבא – תל השומר, מתוכם כ-23 שנה ניהל ד"ר סנקוביסי זיגמונד את המרפאה הפסיכיאטרית של שיבא בבני ברק – מרפאה ייחודית למגזר החרדי. בליווי ובעצת רבנים ומורי הוראה.

ב-12 שנים האחרונות פועל ד"ר סנקוביסי זיגמונד במסגרת המערכת של "בית חם", הוא החל את פעילותו בבית חם כשבראש בית חם עדין עמד אביו של הרב אריה מונק וכיום הוא פועל במסגרת בית חם תחת הנהגתו של הרב אריה מונק שהביא לפריחה, למודעות ולהשפעה רבה בכל תחומי הפסיכיאטריה.

ישנם הרבה הבדלים בין מטופל חרדי למטופל שאינו חרדי, כאיש מקצוע חשובה לו מאוד ההיכרות עם המגזר החרדי, ההיכרות עם השפה והטרמינולוגיה החרדית, ההיכרות והתייעצות עם הרבנים ומובילי דיעה. במהלך שנות פעילותו העביר ד"ר סנקוביסי זיגמונד הרצאות מקצועיות בפני הרבנים המובילים, זו הייתה עבורו הזדמנות גם לפתוח את עולם הפסיכיאטריה בפניהם אך לא פחות חשוב מכך, גם ללמוד ולהבין מהם את אופיו ורגישותיו של המטופל החרדי ובני משפחתו.

משפט בנימה אישית לקוראים: אין ספק כיום המודעות לנושא מאוד גבוהה, המספרים גדלו, התורים כבר הרבה יותר ארוכים, ישנה מודעות בציבור, גם הפונים באים כבר הרבה יותר בשלים ולרבנים ולמורי ההוראה ישנה השפעה מאוד גדולה גם בפן הטיפולי.

המחלקות שלנו



חסד בישראל אונליין



חסד בישראל בשטח



חסד בישראל מוקדניאלי

026
442
442

חדש! מוקדניאלי
של "חסד בישראל"
מידע רחב בתחומי הבריאות
והרפואה ומענה אונליין לכל בקשה

**שלא
תצטרכו!**



כרטיס ביקור || יוסף גלאס

כרטיס ביקור של אחד מחברי קהילת האונליין חסד בישראל



תפקיד: יו"ר ארגון לב לרפואה

מה הכי חשוב לי בתפקידי?

בתפקידי החשוב ביותר הוא הנזקק, החולה, הילד המיוחד והמשפחה שסביבו שגם הם נמצאים באותה ספינה עם בן המשפחה שלהם שכרגע זקוקים לעזרה ולרפואה, הכי חשוב לי שגם הם יקבלו גם מענה כיון שגם הם כרגע במדרף איך לסייע ולעזור לכן המשפחה. העזרה יכולה להיות גם בבית או אפילו בטיול או בסתם ארוחה משביעה או פנאי בחוץ

משהו מהניסיון שלי לקוראים:

ברגע שפונים אליך לעזרה קטנה וזה יכול להיות אפילו בהקדמת תור/בעזרה בבית/ אוכל בבית החולים וכו' תסתכלו לא רק על הפניה עצמה אלא לראות את כל חלקי הפאזל שלעיתים מסתתרים מאחורי אותה פניה פשוטה לכאורה...

מה זה חסד בישראל עבורי?

חסד בישראל עבורי זה מוסד ענק מלא בפרזדורים ובחדרים, בכל חדר ישנו סוג אחר של חסד ובכל חדר יש לא רק מענה אחד אלא מגוון מענים על ידי מלאכי החסד של חסד בישראל

חדשות הבריאות



הצום רצוי לפתוח בפירות כגון אבטיח, מלון, ענבים וכד' המספקים אנרגיה זמינה ונוזלים לגוף. לחלופין, ניתן להתחיל בשתיית כוס תה בתוספת 2-3 ביסקוויטים, עוגיות יבשות או קרקרים. לאחר כחצי שעה עד שעה מומלץ לאכול ארוחה מאוזנת קלה. זכרו! אין להשלים בצאת הצום את כל המזון ש"פספסנו" ביממה האחרונה. גופנו יעיל ומסתפק באכילת מזון בכמות מתונה ונוזלים בצאת הצום. בבוקר למחרת הצום חשוב לחזור לאכילה מסודרת כבכל יום רגיל. * לחולי סוכרת, לב ומחלות כרוניות אחרות – יש להיוועץ ברופא/א/דיאטנית לפני החלטה על צום.

לקראת צום ט' באב תפעיל מאוחדת מוקד מענה הלכתי-רפואי בשיתוף מוקד ה.ר.ב.

לקראת צום ט' באב, וכחלק מפעילותה למען הקהילה ושיתוף הפעולה ההדוק שהיא מקיימת באורח תדיר עם הרבנים, נערכת מאוחדת להפעיל מוקד מענה הלכתי-רפואי לשאלות הרבות בשיתוף פעולה עם מוקד ה.ר.ב. במסגרת שיתוף הפעולה יינתן מענה הלכתי בשיתוף



מוקד ה.ר.ב. בו ישיבו לשאלות רבני בית ההוראה ומומחי רפואה. המוקד המיוחד והמתוגבר יפעל רצוף מיום שני ו' אב עד יום רביעי ערב תשעה באב. הסוגיות ההלכתיות בנושאי רפואה בתשעה באב הינם רבים ועצומים ומידי שנה נתקלים אנשים רבים בשאלות הלכתיות שנוגעות לעיתים בפיקוח נפש. השאלות הרפואיות מורכבות במקרים רבים, ועל כן נדרש שילוב בין רבנים ומוראי הלכה לבין מומחי רפואה על מנת לבחון את הסוגיות



מדברים בריאות || מוקדניאלי של חסד בישראל



בעז"ה להשליש את מספר הפונים למוקד, הדרך ליעד רצופה באתגרים, אך ההירותמות של כל אחד ואחת מכם, להביא לידיעת קרובי משפחה, חברים וידידים את דבר קיומו של המוקד, זה האתגר הראשון והראשון במעלה, המערכת כבר קיימת ב"ה, המשאבים כבר הושקעו, כל מה שנותר כעת הוא להרחיב עוד ועוד את מעגל המשתמשים במערכת, זה לא מאמץ גדול, זה לא יותר מחמש דקות של מחשבה, כל אחד מאיתנו ישלח את המספר של המוקד לעשרה חברים ובני משפחה והנה אנחנו בעז"ה יחד בדרך ליעד!

לאחר כחודש של פעילות, אנחנו נושקים את ה 15.000 פניות שהיו מיום ההשקה של "מוקדניאלי - מוקד הסיוע של חסד בישראל". 15.000 פעם נתן המוקד שלנו בשתי המערכות, גם בבוט וגם בטלפון מענה לאנשים שהיו זקוקים לעזרה במגוון תחומי רפואה ובריאות.

מגוון הנושאים בהם בחרנו לתת מענה בשלב ההשקה היה מגוון, הבאנו לפונים את המידע בנושאי מתאמי קשרי הקהילה של קופות החולים, מתאמי קשרי הקהילה של המרכזים הרפואיים, ארגונים המסייעים בתרופות שאינן בסל התרופות, ארגונים המסייעים בהעברת חולים, מידע על דרכי הפנייה להרב פירר ומידע רחב בנושא מקומות הלינה והאירוח באמצע"ש ובסופי שבוע ליד המרכזים הרפואיים בכל רחבי הארץ. התגובות, הארות על המערכת הינן מדהימות ומרגשות,



אך חלקן גם מאתגרות, עשרות הצעות להרחבת ושדרוג הפעילות, עשרות הצעות להוסיף מידע במערכת, כל הצעה כזו נלקחת בחשבון, חלקן קלות ליישום ויחסית וחלקן מורכבות ליישום. אך אנשי הפיתוח שלנו מנסים ועמלים לפעול ולהרחיב את המערכת המתקדמת שתלך ותתרחב בעז"ה.

קעת מגיע החלק שלכם, של כל אחד ואחת מכם הקוראים קעת את השורות הללו, אחרי תקופת ההרצה של המערכת והוכחת היכולות שלה, שזה האתגר הראשון של כל מערכת דיגיטלית חדשה, אחרי שהיא עמדה בעומס הראשוני וב"ה צלחה את המשימה, היעד שלנו הוא להמשיך ולצמוח, להגדיל מידי חודש את מספר הפונים למערכת בכ 20%, כשהיעד השנתי הינו

אז במסגרת השותפות שלנו, אנחנו נשתדל בעז"ה להרחיב את המענה של המוקד, להוסיף בו מידע ככל שניתן ואתם מפיצים עוד ועוד את מספרו של המוקד, הוא מופיע לכם בסוף הטקסט, אל תהססו, הפיצו אותו, ואחלו

לכולם "שלא תצטרכו" אבל שימרו על המספר!

"יחד נמשיך בשרשרת החסד"

כאן המקום להודות בראש ובראשונה להנהלת קרן דניאלי, להרב מוטי זוננפלד שהרים את הכפפה ונתן לנו את האפשרות להקים את מוקדניאלי לע"נ ביתו דניאלי זוננפלד ע"ה.

תודות לחברי קהילת "חסד בישראל" שכל המידע המגוון הזה הינו המראה של העשייה הברוכה שלהם!

ואם עדיין לא שמרתם את המספר, אז שלא תצטרכו - אבל שיהיה לכם... 026-442-442

לרשותכם המידע בקו הטלפוני ובבוט של "חסד בישראל"

- מתאמי קשרי הקהילה של קופות החולים הרפואיים
- מתאמי קשרי הקהילה של קופות החולים הרפואיים
- מידע על שירותי אמבולנסים
- מידע על שירותי רפואי
- מידע על השקמים
- מידע על השקמים
- מידע על שירותי רפואיים
- מידע על שירותי רפואיים
- מידע על שירותי רפואיים
- מידע על שירותי רפואיים



חסד בישראל מוקדניאלי
מוקד סיוע טלפוני לזכר דניאלי זוננפלד ע"ה
רק בריאות!

026 442 442

שלא תצטרכו!

חדש! מוקדניאלי של "חסד בישראל"
מידע רחב בתחומי הבריאות והרפואה ומענה אונליין לכל בקשה



זכות ההפגנה אינה הזכות להפקיר חולים

שמטפלים באדם באשר הוא, גם ראש הממשלה ראוי לטיפול המסור הזה במסירות ובמקצועיות ובדיסקרטיות, זו אמירה שאסור שתאמר!

לו אתה היום מכהן בתפקיד מנכ"ל משרד הבריאות, איך היית נוהג אל מול התופעה הזו?

צריך לדון בכל שביתה לגופה, מנכ"ל משרד הבריאות אמון על מתן שירותי הרפואה לכל אדם, בזמינות ובמקצועיות, אני מניח שבשביתה הייתי דואג לכך תוך מתן כבוד גם לזכותם של הרופאים למחות וכך אכן נוהג מנכ"ל משרד הבריאות המכהן

זו אולי לא שאלה, אבל אשמח למילות הרגעה שלך לאזרח הפשוט, זה שמוסר את הטיפול בבריאותו בידיו של הרופא, אני בטוח שהיום ישנם אנשים שחוששים יותר כשהם נכנסים לחדרו של הרופא שעד היום היה בעיניהם סוג של "מלאך טוב" שכל מהותו היא לדאוג לבריאותו של החולה

חשוב שהאזרח הפשוט ידע שיש במדינת ישראל מערכת בריאות ציבורית עם רופאים מאוד מסורים ומקצועיים, ידע כל אזרח אין מקום לשום שביתה שעלולה חלילה לסכן אותנו, הוא יקבל את השירות הרפואי ללא קשר לדתו למגורו למגדרו ולמינו, ואבוי לנו אם לא כך יהיה אבוי לנו. – הייתי אומר לאזרח הישראלי שהוא יטפל כראוי. אני חוזר ואומר לכל אדם יש את הזכות למחות. גם לרופאים ישנה את הזכות הזו – אבל לנו הרופאים אין את הזכות לנטוש חולים או חלילה להפקיר אותם ואכן הרופאים אינם מפקידים את החולים, גם במהלך השביתה

האם זכות ההפגנה לא אמורה להישאר מחוץ לבית החולים?

חשוב לציין, המוסד הרפואי כישות רפואית, אינו מביע עמדה ואינו מביעה דיעה, מי ששובת הם האנשים, ההפגנה אינה בבית החולים, זו שאלה חשובה לדיון, אך בית החולים לא שובת.

אם במרכז הרפואי ברזיל תתארגן מחאת רופאים, איך תגיב כמי שמנהל את המרכז הרפואי?

לכשתתארגן אדע איך אגיב
לסיום, מה לדעתך אמור להישאר מאחורי דלת הכניסה למרכז הרפואי, הן מבחינת הצוות הרפואי והן מבחינת המטופלים ובני משפחותיהם?

אני אענה על זה מהצד השני של הדלת, אומר לך מה צריך להיות בתוך בית הרפואה, אנחנו צריכים להשאיר בתוך המרכז הרפואי את הרגישות, הנגישות והדאגה והאכפתיות לחולים ולמשפחתם, את החמלה והמקצועיות ואת הפוליטיקה להשאיר מחוץ למפתן המרכז הרפואי.

תודה רבה פרופ' לוי!

בעקבות הצטרפותם של חלק מהרופאים ושל הר"י למחאה על הרפורמה המשפטית, ביקשנו לשוחח עם פרופ' חזי לוי, מנכ"ל המרכז הרפואי ברזילי ומי שהיה בעבר מנכ"ל משרד הבריאות.

שלום פרופ' לוי, ראשית, תודה שנעתרת לשוחח איתנו בטח על נושא רגיש כל כך.

אנחנו רוצים לפתוח דווקא בשאלה רוחבית יותר, האם אופציה של שביתה בתחום הרפואה היא לדעתך בכלל אופציה קיימת? האם מתוקף תפקידו של הרופא ושל הרפואה לא נכון וראוי שהתחום הזה יהיה כמו שאר תחומי החירום במדינת ישראל שאין בהם בכלל מושג של שביתה?

מאז ומעולם התנגדתי לשביתה של רופאים, עוד בשנת 2011 עת הייתי ראש מינהל הרפואה ולאחרונה הדברים באו לידי ביטוי גם במאבק של המתמחים, גם ממקום מושבי כמנכ"ל משרד הבריאות בעבר. זכותו של כל אדם להפגין ולמחות, גם לרופאים עומדת הזכות הזו, ניתן לעשות אקטים של שביתה אך חייבים לדאוג שהמערכת נערכת לכן והרופאים לא יכולים לנטוש חולים במפתיע.

לא יודע אם יצא לך לראות את התמונות משיבא, כאשר חולה על כסא גלגלים ביקש לומר משהו לרופאה הנואמת והרופאים פשוט יצרו חומה אנושית ודחקו אותו לאחור, מה הרגשת כשראית את התמונה הזו?

לא ראיתי את התמונה המדוברת, אך מה שאתה אומר משתלב היטב עם מה שאני אומר, לחולים צריך דבר ראשון לתת את מלוא תשומת הלב ברגישות, במקצועיות ובאחריות. אני מביע את דעתי באופן כללי כי לא ראיתי את התמונה המדוברת

משהו שלדעתנו לא ברור לאזרח הפשוט, האם אתה רואה או מבין מה הקשר בין הרפורמה המשפטית או מה שנתה ממנה, לבין עולם הרפואה?

עולם הרפואה נשען על חקיקה אתית ועל חקיקה של שני חוקים חשובים שחוקקו ב 95 וב 96 חוק בריאות ממלכתי וחוק זכויות החולה, שמענו לצערי בתחילת כהונתה של הממשלה הנוכחית משרה בממשלה שלדעתה רופא לא חייב לטפל בחולה ממגדר מסוים, הרמב"ם כבר אמר את זה בראשית האלף הקודם – "חובתו של הרופא לטפל באדם באשר הוא", לכן חוששים הרופאים שיכולות להיות אמירות או חקיקות שיעמידו בצל את החובה לטפל באדם באשר הוא אדם, זה לפחות ההיגיון של הרופאים החוששים מהרפורמה המשפטית

ראיתי הבוקר כותרת מעיתון הארץ שאחד הרופאים בהלל יפה אמר שלו ראש הממשלה היה מגיע להלל יפה הוא לא היה מטפל בו, איך אתה מתייחס לאמירה הזו?

בדחיה ושאט נפש, זה בדיוק נוגד את האמירה שלי

בצורה מיטבית ולהעניק מענה מוסמך לשואלים. על מנת להקל על הציבור מפעילה מאוחדת מוקד הלכתי בשילוב מוקד הר.ב. בו יענו רבנים ומורי הוראה ומומחי רפואה במגוון מקצועות על מנת להשיב דבר הוראה והלכה בנוגע לצום והאפשרויות ההלכתיות הנדרשות. השואלים יפנו למוקד שמספרו 02-5020202 ויקבלו את המענה ההלכתי והרפואי המקצועי ביותר. בין לבין ילבנו הרבנים עניני רפואה והלכה הנוגעים לילודות/חולי לב/ סוכרת/ כליות/ לחץ דם גבוה/ נשים בסיכון/ ועוד. מלבד רבני בית ההוראה של מוקד הר.ב. שבנשיאות הגרמ"ש קליין ישיבו לשאלות רופאים מומחים מטעם מאוחדת. הרב ישראל פינחס טירנואר יו"ר מוקד הרב: " הרבנים יענו לשאלות בשיתוף פעולה עם מאוחדת אשר תמיד שמה לנגד עיניה את טובת המטופל ורווחתו. נפעיל את המוקד עבור שאלות הנוגעות לתענית ביחד עם מאוחדת ורופאיה הבכירים". בנוסף, בגלל חומרתו היתירה של צום תשעה באב והשאלות הרבות הו"ל מאוחדת חוברת מיוחדת שמופצת ברחבי הארץ, שם ניתן מענה מפורט לשאלות רבות הנוגעות לצום ט' באב תוך הכוונה רפואית והלכתית כיצד יש לנהוג במקרים רבים. בחוברת מובא סיכום מקיף ובהיר של ההלכות הנוגעות לחולים בתשעה באב. על הכתיבה והעריכה של החוברת עמל הרב אשר לנדאו שליט"א ראש תחום תורה רפואה והלכה במכון המחקר של מאוחדת, ובהסכמת הגאון הגדול רבי משה שאול קליין שליט"א אשר סמך את ידיו על הלכות אלו.

תינוק בן שנה בלע עגיל פנה למלר"ד מאוחדת בירושלים - וניצל בנס

תינוק כבן שנה שיחק בקופסת התכשיטים של אימו, וברגע של היסח דעתה לקח עגיל ובלע אותו. האם הבינה שמשוהו אינו כשורה ומיהרה איתו אל המרכז לרפואה דחופה של קופת חולים מאוחדת. כשהגיעו אל המרכז,



הצוות קיבל אותם במהירות לקבלת טיפול רפואי מיידי.

להצטרפות לרשימת התפוצה לקבלת 'רק בריאות'

הניוזלייטר השבועי של הסד בישראל

שילחו הודעה לכתובת המייל | או שלחו הודעת וואצאפ לספר 050-8154500 | c026222303@gmail.com

והניזלייטר ישלח אליכם בעד"ה מידי שבוע



מדור מורחב - הלכות תשעה באב לחולים

הסנדל" – איסור לנעול נעלי עור. חולה שחייב לנעול נעלי עור (כגון מי שיש לו נעליים מותאמות בגלל בעיה ברגל) ואין לו אפשרות לנעול נעליים אחרות מגומי או מבד – פטור מעינוי זה.

נהגו שיושבים על כסא או/שרפרף נמוך כמו אבליים בליל תשעה באב ובבוקר עד חצות היום. מי ששייבה כזו מזיקה לו בריאותית כגון שסובל מ'פריצת דיסק' וכדומה יכול לשבת על כסא רגיל וכן הדין בנשים הרות ואנשים מבוגרים שישבה על שרפרף נמוך מזיקה להם.

מצבים רפואיים להתחסות:

סכרת סוג 2

חולים שמזריקים אינסולין פטורים מהצום

חולי סכרת שהתחילו לצום באישור רופא – חייבים להקפיד על ניטור עצמי של סוכר במיוחד בחולים שמטופלים סולפונילאורא ו להפסיק צום בכל מצב ש - : סוכר מעל 300, סוכר פחות מ- 70 בתחילת הצום או פחות מ- 60 במהלך יום הצום.

כמו כן בהופעת תסמיני התייבשות ותת לחץ דם תנחת

סכרת סוג 1

ככלל פטורים מהצום ובוודאי נשים הרות הסובלות מסכרת סוג 1. <<<

חולה שרופא הגדיר שהצום מסוכן עבורו הן מפאת מחלה קיימת והן בגלל שיתכן שמחלתו תוחמר בעקבות הצום – פטור מהצום וחייב לאכול (שולחן ערוך או"ח סימן תקנ"ד סעיף ו').

ישנם דעות בפוסקים שחכמים לא גזרו את צום תשעה באב על חולים בכלל ואפילו על חולים במחלה שאינה מוגדרת כמסוכנת וכבר כתב הרמ"א בשולחן ערוך אורח חיים הלכות תשעה באב ושאר תעניות סימן תקנד סעיף ו' "והמיקל לא הפסיד" והוסיף המשנה ברורה בס"ק טז' "ומכל שכן באדם חלוש והוא חולה שאין בו סכנה אין כדאי להחמיר". (הרחבה בנספח המצורף). בנידון זה עדיף לאכול ולשתות רק בשיעורים, אולם הכל לפי הצורך והאפשרות.

אנשים בריאים שהינם בחשש סכנה לחלות מחמת הצום חולי שיש בו סכנה – אסור להם להתענות, ופשטות ההלכה שאוכל כרגיל, ורק לא יאכל דברים שיש בהם תענוג, אלא אכילה ושתייה פשוטים. אולם דעת מרן הגרש"ז איערברג זצ"ל שיש לאכול ולשתות לשיעורים' כמו ביום כיפור כי מכיוון שהוא כרגע אינו חולה חלה עליו חובת התענית, ואכילה לשיעורין לאדם כזה נחשב כמתענה. (לדעת מרן בעל שבט הלוי זצ"ל משמע שדין לשיעורין' נאמר רק בחשש הידבקות במגיפה שאינה חזקה).

עיני נוסף שחייבים בו בתשעה באב הינו "נעילת

ד"ר קאסם נמר, מומחה לרפואה דחופה במאודת ורופא חדר מיון בהדסה עין כרם, בדק את התינוק. "בצילום הרנטגן ראינו באופן ברור כי העגיל נמצא במקום מסוכן, בסמוך מאוד לקנה הנשימה ועם חשש ממשי לחסימה של נתיבי האוויר". ד"ר נמר הורה למנוע את הזזת התינוק בשל החשש לחנק, הזמין ניידת טיפול נמרץ, ובמקביל עדכן את חדר המיון בהדסה על המצב המורכב. תוך מספר דקות האם ובנה פונו לבית חולים, שם העגיל הוצא מגרונו של התינוק ללא פגיעה. בשעות הערב, הגיע ד"ר נמר לבקר את התינוק ואת האם, ושמה לראות אותו מחיין ומרגיש טוב. האם הודתה על הטיפול המסור והמהיר שלו ושל צוות המרכז לרפואה דחופה של מאודת, שזיהו באופן מיידי את מצבו של בנה ופעלו להצלתו. "הפעם זה נגמר בנס גדול וללא פגע", אמר ד"ר נמר, "אבל אני מבקש מכל ההורים להגביר את תשומת הלב וההשגחה על תינוקות, ולהרחיק מהם כל חפץ שעלול לסכן אותם". למעלה מ-70,000 אנשים מטופלים, מדי שנה, במרכז לרפואה דחופה (מלר"ד) של מאודת הנמצא ברחוב יפו במרכז ירושלים. המלר"ד, מעניק מגוון רחב של שירותים רפואיים דחופים ללקוחות הקופה סביב השעון, בכל ימות השנה, מסייע להפחית את העומסים הכבדים בחדרי המיון בבתי החולים בירושלים, ובמקביל מאפשר לפונים אליו לקבל מענה רפואי מקצועי ומהיר על ידי מיטב הרופאים.

"הפעם זה נגמר בנס גדול וללא פגע", אומר ד"ר נמר הרופא שטיפל בפעוט, "אבל אני מבקש מכל ההורים להגביר את תשומת הלב וההשגחה על תינוקות, ולהרחיק מהם כל חפץ שעלול לסכן אותם"

טרשת נפוצה – ככלל ניתן לצום אך חובה להיוועץ ברופא המטפל.

מתמודדים עם הפרעות אכילה – אנוקסיה או בולימיה – חובה להיוועץ ברופא.

צום לאחר שבץ מוחי – בשנה הראשונה אסור לצום. לאחר מכן יש להיוועץ ברופא

חולים הנוטלים תרופות פסיכיאטריות – נדרש להמשיך ליטול את התרופות. חובה להתייעץ עם הרופא בדבר הצום.

מחלות מעיים – הנתון משתנה מחולה לחולה, יש כאלו שהצום טוב למצבם ויש כאלו שהצום מזיק לבריאותם ולכן חובה לתייעץ עם רופא הבקי במצבם הבריאותי.

מחלות זיהומיות וחום גבוה – חובה ליטול תרופות. מי שמרגיש חולשה חריפה פטור מהצום.

בברכת והסירותי מחלה מקרבך ותחזינה לגאולה השלימה, לפניות: 02-5020202

מחלות כליות ודרכי שתן

אבנים בכליות – חובה לשתות נוזלים בכמות לה הוא זקוק. אי ספיקת כליות – חובה לשתות.

מטופלי דיאליזה – מטופלי דיאליזה שעדיין מטילים שתן – אסור לצום.

דלקת בדרכי השתן - חובה לשתות נוזלים.

מצבים רפואיים נוספים

מושתלי איברים – חובה ליטול תרופות למניעת דחייה, חובה לשתות כדי למנוע אי ספיקת כליות. אם עבר כבר זמן ארוך מהשתלה יש להיוועץ עם מרפאת השתלות.

חולים אונקולוגיים – חובה להתייעץ עם הרופא המטפל בגלל שוני בסוגי הגידולים, שוני בתגובות לטיפולים, מצב רפואי שונה בין החולים.

יתר לחץ דם – במצב מאוזן ניתן לצום. חובה להמשיך ליטול תרופות

<<< סכרת הרינית

סכרת הרינית מאוזנת – יש להיוועץ ברופא אך בדרך כלל ניתן להסתפק בשתייה מתוקה ואין צורך באכילה.

סכרת הרינית שאינה מאוזנת – פטורה מהצום.

מחלות לב

לאחר אוטם שריר הלב – עד שנה מהארוע פטור מהצום וחובה לשתות, לגבי אכילה – יש להיוועץ ברופא.

מחלה אסכמית פעילה – פטור מהצום

אי ספיקת לב – פטור מהצום

לאחר ניתוח מעקפים – שנה לפחות אסור לצום, לאחר מכן יש להיוועץ עם הרופא

לאחר צנתור והכנסת סטנד – נדרש לשתות, משך הזמן משתנה ולכן נדרש חוות דעת רופא.

שלא תצטרכו!

חדש! מוקדניאלי של "חסד בישראל"
מידע רחב בתחומי הבריאות והרפואה ומענה אונליין לכל בקשה

חסד בישראל מוקדניאלי
מוקד סיוע טלפוני לזכר דניאל זונסלדר נ"ה
רק בריאות!

**026
442
442**

- לרשותכם המידע בקו הטלפוני "החסד בישראל" ובו:**
- מתאמי קשרי הקהילה של התרומים הרפואיים
 - מחלקת קופות החולים
 - מידע על שירותים אמבולנסים
 - מידע על השאלת ציוד רפואי
 - מידע על שירותי העוסקים ברשתות רפואת
 - מידע על ביטוחים רפואיים
 - מידע על מקומות האירוח והלינה במרחבים הרפואיים
 - מידע על דרכי הפניה לרבי פירר