

צום יום כיפור – איגרת מידע לעובדים בארגוני בריאות

צום יום כיפור יתחיל השנה (2016) עם שקיעת החמה ביום שלישי ה-11 באוקטובר ויסיים ביום רביעי ה-12 באוקטובר עם צאת הכוכבים.

רקע כללי

יום כיפור נחשב לאחד מהימים הקדושים ביותר בלוח השנה העברי. במקרא נאמר עליו "שבת שבתון היא לכם" ועל פי ציווי התורה נדרש להתענות בו. ביום כיפור נמחלים ונמחקים עוונותיהם של השבים בתשובה והמתחרטים על מעשיהם הרעים. יום זה מיוחד לקבלת תפילות. כמו כן מתפללים בו בבית הכנסת כל היום או רובו.

מידע שימושי לצוות ועצות להתנהלות בתקופה זו:

- **סדר היום:** ביום שלפני יום כיפורים מצוה להרבות באכילה ושתייה והגברים טובלים ביום זה במקווה. בקהילות רבות נהוג לערוך בערב יום הכיפורים את טקס ה"כפרות" בו מסובבים סביב הראש תרנגול, דג, או סכום כסף הנתרמים לצדקה. במחלקות בית החולים יבקשו מהמעוניינים להחליף את התרנגול בכסף. לקראת הערב סועדים "סעודה מפסקת".
- **יום הכיפורים עצמו:** צום יום כיפור, המוקדש לתפילה ולתשובה, כולל חמישה איסורים (אכילה ושתייה, רחיצה, סיכה, נעילת סנדל שלא מעור, ויחסי אישות) ובארגוני בריאות רבים ישפיע הן על עבודת הצוות והן על מצויים מטופלים, חלקם צמים וחלק אוכלים כרגיל, השוהים בחדרים מעורבים.
- **הצום והצמים:** ביום כיפור גם חולים חייבים לצום, מלבד במקרים בהם יש חשש (אפילו נמוך) שהצום יוביל לסיכון חיים. הזנה דרך זונדה, גסטרוסטום וכדומה, אינה פוגעת בצום. נשים בריאות הנמצאות בהריון או מניקות חייבות בצום, ובמקרה של הנחייה רפואית סותרת, יש לפנות ליעוץ הלכתי. נשים מניקות ונשים בימים שלאחר הלידה יש לשאול סמכות הלכתית. המלצה לנשים המרגישות צירי לידה סדירים היא לשתות כדי שלא יגיעו ללידה במצב של חסר נוזלים. מומלץ לפנות לרב בשאלות לגבי מצבי בריאות פרטניים, מכיון שפעמים רבות יש שיחמירו או יקלו שלא לצורך. כשקיים הכרח לאכול או לשתות והדבר אפשרי מבחינה רפואית, יש לאכול או לשתות "לשיעורין" – מנות קטנות מאד. גודל המנות הינו אישי, לבוגר ממוצע – עד 40 גרם מים או עד הוא עד 30 סמ"ק מזון, בפרקי זמן קצובים (כל תשע דקות). לעתים, יש לפגום את טעם המים (כגון בעירוב של תה מאד חזק שאינו ערב לחיך). חולים הצריכים לצום, ימנעו מללכת לבית הכנסת למרות חשיבות התפילות ביום זה, אלא ישכבו על מיטתם ויונחו ובכך יקיימו את השתדלותם שלא להגיע למצב שיחייב אותם להפסיק לצום.
- **קופות חולים:** חלק מקופות החולים וכן מוסדות רבניים שונים מקיימים מוקד טלפוני המשלב רבנים ורופאים על מנת לתת מענה לספיקות בקשר לצום בחולים עם סיכון חיים.
- **הסעדה:** מומלץ להתאים את שעות הארוחות ככל שניתן לשעות תחילת הצום וסיומו. בחדרים שבהם שוהים רק אנשים צמים יש להמעיט ככל האפשר בהכנסת אוכל ושתייה במהלך היום.
- **תרופות:** יהיו שיפנו לסמכות רפואית בשאלות על נושא נטילת תרופות. מומלץ לנהל דיאלוג עם המטופל ומשפחתו להתאמת הטיפול והתרופות – למציאת חלופות או לדחיה ליום אחר. תרופות נצרכות שאין בהם טעם ערב לחיך ואין מחייבות בליעה של מים, אינן פוגעות בצום. במקרה של צורך בשתיית מים עם התרופה או בסירופ – המטופל יבקש לעתים להתייעץ בסמכות רבנית. בכל מקרה קיימת חובה הלכתית ורפואית לבלוע תרופות המונעות מצבים מסכני חיים. רחיצת ידיים לחיטוי לפני או אחרי טיפול רפואי – יש לרוחץ כמקובל.
- **טיפולים:** היחס לביצוע טיפולים רפואיים נדרשים ביום הכיפורים הינו כמו לגבי טיפולים בשבת.
- **קוד לבוש/נעליים:** ישנה מניעה לנעול נעלי עור ביום זה. מנעלים רפואיים או סדים העשויים מעור, מומלץ להתייעץ עם סמכות רבנית.
- **סוגיות דתיות בטיפול:** מומלץ לארגון לבדוק טרם הצום מי הם המקורות הקהילתיים והדתיים הרלוונטיים לפתרון מקרים טיפוליים שיש בהם סתירה בין הטיפול הרפואי לבין התפיסות הדתיות של המטופלים.
- **בטיחות:** ביום כיפור נפגעים ילדים רבים במהלך רכיבה על אופניים, גלגליות וכו'. אירגוני הבריאות צריכים לשקול לתגבר את מערך הטיפול במועד זה ולידע את לקוחותיהם כיצד להתנהל בצורה נכונה לקראתו (קישור להנחיות בסוף איגרת זו).

המרכז הבין-תרבותי לירושלים מודה לרב צבי פורת, רב ויועץ הלכתי במרכז הרפואי שיבא ובביה"ח אלי"ן, על הערותיו ההלכתיות הנזכרות באיגרת זו. תודה לאלו שיעצו בהכנת האיגרת ולצוות מהמרכז הבין-תרבותי: ד"ר חגי אגמון-שניר, ד"ר מיכל שוסטר ואורנה שני.

בכל מקרה, אין לראות בדף זה משום ייעוץ הלכתי או רפואי.

אגרות מידע נוספות לגבי חגים ומועדים בארגוני בריאות ניתן למצוא [בדף הפרסומים של המרכז הבין-תרבותי לירושלים](http://tinyurl.com/bikekipur) (<http://jicc.org.il/heb>)

לקריאה נוספת: הנחיות בטיחות ליום כיפור – ארגון "בטרם" <http://tinyurl.com/bikekipur>

JICC@JICC.ORG.IL, WWW.JICC.ORG.IL