

## י"ז בתמוז וימי בין המצרים – איגרת מידע לעובדים בארגוני בריאות

צום י"ז בתמוז נמשך מעלות השחר ועד צאת הכוכבים. השנה הוא יחול ביום שלישי 23 ביולי 2024.

### רקע כללי

י"ז בתמוז הוא אחד מארבעת ימי התענית שנקבעו ביהדות לזכר נפילתה של ירושלים וחורבן בית המקדש. תענית זו מציינת את היום שבו הובקעה חומת ירושלים ופותחת את "שלושת השבועות" (ימי בין המצרים) המציינים תקופת אבל. ימי בין המצרים נמשכים עד תשעה באב (השנה מערב יום שני, 12.8.24). נהוגים בהם מנהגי אבלות ההולכים ומחמירים ככל שמתקרבים לתשעה באב. מטרת הצום והאבל היא לעורר את תחושת האובדן על חורבן בית המקדש והגלות שבאה בעקבותיו.

### מידע שימושי לצוות ועצות להתנהלות בתקופה זו (י"ז בתמוז וימי בין המצרים):

- **סדר היום:** המתענים בי"ז בתמוז אינם אוכלים או שותים מעלות השחר ועד צאת הכוכבים. בתקופת בין המצרים נהוג להמנע מחתונות, מסיבות, תספורת וגילוח.
- **פטור מהצום:** נשים הרות ומניקות וחולים פטורים בדרך כלל מהצום (לרוב בהתייעצות עם סמכות רבנית המתאימה להם). אולם, גם אלו שפטורים מהצום לא יאכלו מאכלי מותרות אלא יסתפקו בארוחה פשוטה.
- **הסעדה:** מומלץ להתאים את שעות הארוחות ככל שניתן לשעות תחילת הצום וסיומו. בחדרים שבהם שוהים רק אנשים צמים יש להמעיט ככל האפשר בהכנסת אוכל ושתיה במהלך היום. מכיוון שהצמים מפסיקים את הצום עם צאת הכוכבים, מומלץ לארגון הבריאות לספק להם ארוחה עשירה יותר, המותאמת לסיום הצום.
- בתשעת הימים שלפני תשעה באב חלק מהמטופלים ימנעו מאכילת בשר (מותר דגים) ומשתית יין בימי חול.
- **תרופות:** תרופות שאינן מחייבות בליעה של מים, אינן פוגעות בצום (יהיו שירצו להתייעץ עם סמכות רבנית). במקרה של צורך בשתיית מים עם התרופה או תרופה הניתנת כסירופ – יתכן שהמטופל יבקש להתייעץ בסמכות רבנית. לגבי מריחת שמן או משחה – מותר.
- **טיפולים:** אין מניעה בקבלת טיפולים רפואיים, אך במקרים מסוימים, וכשניתן לעשות את הטיפול במועד אחר, יתכן שהמטופל יבקש לשנות את המועד.
- יש הנמנעים מקביעת ניתוחים אלקטיביים או הליכים רפואיים בעלי סיכון בימי בין המצרים. כמובן שכשיש נחיצות רפואית אין סיבה להימנעות.
- **התייחסות הארגון:** ישנם מספר תחומים שלגביהם חשוב לעדכן את הצוות הרפואי על מנת להימנע מאי-הבנות תרבותיות: 1. בימי בין המצרים חלק מהמטופלים ימנעו משמיעת מוסיקה אולם בנוגע לשימוש במוסיקה לצרכים טיפוליים מומלץ לפנות לייעוץ הלכתי. 2. יש להיות מודעים לאיסור רחיצת הגוף בכל תשעת הימים שלפני תשעה באב (מותר להתקלח לצרכים רפואיים בלבד, או למניעת זיעה מרובה אך לא לשם עינוג הגוף). 3. במקרה של צורך רפואי בגילוח או תספורת, מומלץ לפנות לייעוץ הלכתי.
- **קוד לבוש:** בתשעת הימים שלפני תשעה באב ימנעו חלק מהמטופלים מלבישת בגדים ומצעים שכובסו (בשל איסורי כביסה).
- **פעילות מקצועית ביום הצום:** בשל הצום ובשל האיסורים על מלאכות מסוימות, מומלץ להימנע מעריכת סדנאות והכשרות ביום הצום.
- **סוגיות דתיות בטיפול:** על מנת להימנע ממחלוקות לגבי נטילת תרופות וטיפולים, מומלץ לנהל דיאלוג עם המטופל ומשפחתו להתאמת הטיפול והתרופות (למציאת חלופות או לדחייה למועד אחר). כמו כן, מומלץ לארגון לבדוק טרם הצום מי הם המקורות הקהילתיים והדתיים הרלוונטיים לפתרון מקרים טיפוליים שעלולה להיות בהם סתירה בין הטיפול הרפואי לבין התפיסות הדתיות של המטופלים.

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

תודה לאלו שיעצו בהכנת האיגרת, לצוות מהמרכז הבין-תרבותי. אגרות מידע נוספות לגבי חגים ומועדים בארגוני בריאות ניתן למצוא בדף הפרסומים של המרכז הבין-תרבותי לירושלים <https://jicc.org.il/heb/publications>

[jicc@jicc.org.il](mailto:jicc@jicc.org.il) | [www.jicc.org.il](http://www.jicc.org.il)