

## הנחיות לצום ט' באב תש"פ – מכון פוע"ה

### למעוברת, מניקה, לאישה בזמן טיפולי פוריות, ולתקופת הקורונה

הערב, יום רביעי תחל תענית ט' באב עד מחר, יום חמישי בצאת הכוכבים. מדי שנה עולות בציבור שאלות רבות בנושא התענית שיש לקבל עליהן פסיקה רבנית והכוונה אישית על פי המקרה.

מכון פוע"ה, שמהווה צינור בין רפואה ולהלכה ומביא את החידושים בנושאים הקשורים לבריאות האישה, רואה חשיבות עליונה בהדרכה נכונה לימי הצום.

השנה לצערנו נוספה עלינו גם מגפת הקורונה, שצריך לתת עליה את הדעת ולהורות כיצד נכון להתנהל בצום למי שחולה וכדומה.

**הרב מנחם בורשטיין שליט"א, ראש מכון פוע"ה התייחס השנה גם לנגיף הקורונה ולחוס הכבד במיוחד:**  
 "במשך עשרות שנים אנו זוכים לעזור לציבור בפניות חשובות מאנשים הזקוקים להכוונה לקראת הצום. ההנחיה במרבית המקרים היא שיש לשאול רב ורופא בנוגע לכל מקרה בו יש ספק, ולא לפסוק או להחמיר לבד בדיני נפשות. במהלך כל השנה אנו מקבלים כ- 300 פניות ביום במגוון רחב של נושאים הנוגעים לפוריות, הריון ולידה, טהרת המשפחה ועוד. יש לשים לב השנה להנחיות הנוגעות גם לנגיף הקורונה וכן יש לשים לב ולעקוב אחר ההרגשה במיוחד בחוס הכבד שפוקד אותנו השנה מחשש התייבשות בשבוע שלפני התענית וביום התענית עצמו יתוגבר מערך מענה הרבני של המכון על מנת לאפשר לכל אחד ואחת לקבל פסיקה ברורה ונכונה להם".

בנוסף למענה המתוגבר מפרסם מכון פוע"ה הנחיות עדכניות הן בתחום הרפואי והן בתחום ההלכתי הנוגעות לנשים מעוברות, מניקות ונשים הנמצאות בתהליכי פוריות.

### להלן עיקרי הדברים:

#### **1. מעוברת ומניקה**

א. על פי פסיקת השולחן-ערוך, ככלל, נשים מעוברות ומניקות חייבות לצום בט' באב. לכן, תשתדלנה להתכונן היטב יום קודם הצום לאכול ובעיקר לשתות שתייה מרובה, וידאגו לתנאים מיטביים לזמן הצום – כגון מנוחה ומקום ממוזג.

ב. מעוברת שסובלת מהקאות, בחילות, סחרחורות, מיחושי ראש וחולשה גדולה, וקל וחומר באישה המוגדרת בהריון בסיכון גבוה - פטורה מלצום, אף מתחילת ההריון.

ג. מעוברת שעברה בעבר הפלות, או שסבלה בעבר/סובלת בהריון זה מדימומים או מהתכווצויות – תיוועץ ברופא בקשר לצום, ועם תשובת הרופא תפנה לשאול רב מה לעשות. ובאם התחילו צירים או התכווצויות תוך כדי הצום – עליה לשבור את הצום מיד.

ד. אישה שהרתה כתוצאה מהפריה חוץ גופית (IVF) – פטורה מלהתענות במשך השבועות הראשונים של ההריון, עד להופעת דופק. זאת כיוון שיש חשש לסיכון מוגבר לעובר בתחילת הריון מהפריה חוץ גופית.

ה. מניקה – אם מרגישה שחלבה מתמעט או שחוששת שיתמעט – תשתה. אם יודעת מעברה שהצום מייבש לה בוודאות את החלב – פטורה מלצום.

ו. גם אישה הפטורה מן הצום, נראה שאם יש בכוחה – תתחיל לצום, על מנת להשתתף עם הציבור בצום, ותפסיק את הצום כאשר מרגישה שזקוקה לאכול או לשתות (ואם בכוחה לצום עד חצות היום - ישנה מעלה בכך). בכל מקרה, שתזהר לא להגזים בהחמרה בנידון.

ז. כששותה או אוכלת - מותרת לאכול ולשתות כדרכה, ואין עליה חיוב לאכול פחות כמשיעור. אך, לא תאכל 'מעדנים' וכיו"ב.

ח. יולדת פטורה מן התענית בתוך 30 יום ללידתה.

## 2. טיפולי פוריות

א. אישה שזקוקה לקחת תרופות לצורך טיפולי פוריות (וכן שאר מי שנוקק לתרופות) - מותרת לקחת תרופות שאין בהן טעם, ואין הדבר נחשב לאכילה (ולכתחילה בוודאי רצוי, אם אפשר מבחינה רפואית, לקחת את הכדורים לפני תחילת הצום ולאחר סיומו).

אם יכולה, תיקח את התרופה ללא מים, ואם אינה יכולה – תיקח עם מים מרים (כגון מים עם ריכוז גבוה של תה קמומיל וכד'). ניתן להכניס תרופה מתוקה לקפסולה ריקה ולבלוע אותה (ניתן להשיג בבתי המרקחת).

ב. לאישה שמטופלת בכדורים או בזריקות לשם טיפולי פוריות בכלל, עצם הטיפול אינו סיבה להימנע מהצום. אך כאשר יש אצלה חשש לגירוי יתר שחלתי, או שאר צורך שהרופא אומר שבגללו אסורה לצום – אינה צמה.

ג. מותר לבצע טיפולי פוריות לפני תשעה באב, וכל שכן בשאר הצומות, למרות שייתכן שתצטרך לאכול בצום תשעה באב.

ד. אין להימנע מלבצע הזרעה תוך רחמית והפריה חוץ גופית בימי בין המצרים ואפילו בתשעת הימים ובצומות, אך לא בתשעה באב עצמו. אם קרה ויש צורך בטיפול בתשעה באב עצמו – יש לשאול רב על כך. יש להזכיר, שכל טיפול פוריות במעבדה צריך השגחה הלכתית מתאימה ויש לברר במיוחד בתקופת הקורונה האם תהיה השגחה ביום המתאים. ואם לאו – לא להתחיל את הטיפול.

## 3. הנחיות בתקופת מגיפת הקורונה:

א. חולה מאומת בקורונה אסור לו לצום, גם אם הוא חש בטוב.

ב. מי שיש לו מעל 38°C חום אסור לו לצום.

ג. מי שחש בתסמינים שמאפיינים קורונה, כגון חולשה, שיעול, חוסר טעם - לא יצום.

ד. מי שהחלים לגמרי אבל עדיין חש חולשה - לא יצום.

ה. מי שנמצא בבידוד ואין לו כל תסמינים - יצום, אך אם חש חולשה – לא יצום.

ו. יש להקפיד באופן מיוחד בשמירה על היגיינה ועל כן חיטוי ידיים בגיל וניקוי ידיים בסבון.

לכל שאלה, נשמח לעמוד לרשותכם למספר: 02-6515050 עד השעה 16:30.  
בשעות 16:30-20:00 – השיחות תועברנה לקו הטהרה שמספרו 052-5910020