

הנחיות לצום תשעה-באב שנדחה, תשפ"ב

התייחסות עקרונית לנשים מעוברות, מניקות ולנשים במהלך טיפולי פוריות
(במקרים פרטניים בהם יש רקע רפואי מיוחד – יש להיוועץ ברופא ולשאול רב)

ביום ראשון הקרוב יחול יום תענית ט' באב. מדי שנה עולות בציבור הרבה שאלות בנושא התענית שיש לקבל עליהן פסיקה רבנית והכוונה אישית על פי המקרה.
מכון פוע"ה שמהווה צינור בין רפואה והלכה ומביא את החידושים בנושאים הקשורים לבריאות האישה, רואה חשיבות עליונה בהדרכה נכונה לימי הצום.
הרב מנחם בורשטיין שליט"א ראש מכון פוע"ה אומר: במשך עשרות שנים אנו זוכים לקבל פניות מאנשים הזקוקים להכוונה לקראת הצום. הפניות הן חשובות כיוון שההנחיה 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- 250 פניות ביום במגוון רחב של נושאים הנוגעת לפוריות, הריון ולידה, טהרת המשפחה ועוד. בימים הסמוכים לתענית וביום התענית עצמו המכון ערוך לשאלות בנושא ומעמיד לטובת הפונים מענה רבני במוקד הטהרה של המכון.
"יהי רצון שנוכה לבניית בית המקדש במהרה בימינו אמן"
בנוסף למענה הרבני מפרסם מכון פוע"ה הנחיות עדכניות הן בתחום הרפואי והן בתחום ההלכתי הנוגעות לנשים מעוברות, מניקות ונשים הנמצאות בתהליכי פוריות.

1. מעוברת ומניקה

- א. תשעה באב שחל בשבת ונדחה ליום ראשון, נשים **מעוברות ומניקות** פטורות מהצום. ויש סוברים שככלל הן חייבות לצום.
- ב. למעשה, נראה שאם מרגישה שבכוחה לצום – תתחיל לצום, על מנת להשתתף עם הציבור בצום, ותפסיק את הצום כאשר מרגישה שזקוקה לאכול או לשתות, ובמניקה תשתה אף כאשר מרגישה שחלבה עלול להתמעט (ואם בכוחה לצום עד חצות היום - ישנה מעלה בכך. אין לחשוש מלצום לפחות חלקית, כיוון שבדרך כלל בזמן הריון רגיל ניתן לצום יום אחד ללא חשש לפגיעה בהריון. **מאידך כשמרגישה צורך לשבור את הצום – תעשה זאת ללא חשש**).
- ג. 'מעוברת' לעניין זה היא לאחר שלושה חודשי הריון. מכל מקום, אם סובלת מהקאות או בחילות או מיחושי ראש וחולשה, וקל וחומר אם היא בהריון בסיכון גבוה – פטורה מלצום אף מתחילת ההריון.
- ד. **כאשר הרתה 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 (לאחר שנצפה דופק, דינה כמעוברת רגילה, כדלעיל סעי' א'-ב').
אישה לאחר הזרעה – דינה כמעוברת רגילה.
- ה. 'מניקה' לעניין זה הוא כאשר מניקה בפועל. אך כשאינה מניקה בפועל - החל משלושים יום לאחר הלידה לכתחילה עליה לצום (אם אינה מרגישה טוב - תשאל רב באשר לדינה).
- ו. **הבדלה** – כיוון שהשנה חל ט' באב מיד לאחר שבת, אישה הפטורה מהצום ורוצה לאכול או לשתות – צריכה להבדיל על הכוס לפני שאוכלת או שותה. אם צריכה לאכול מיד בערב - תבדיל בערב, ואם צריכה לאכול ביום - תבדיל ביום.
לכתחילה לא תבדיל על יין או מיץ ענבים, אלא על שאר משקים שמותר להבדיל עליהם (יחמר מדינה - כגון מיץ פירות טבעי או בירה). אפשרות נוספת היא שתיתן לשתות את יין ההבדלה לקטן שהגיע לגיל חינוך (מגיל 6-7, אך רק עד גיל 9 שנים). אם אין משקה אחר להבדיל עליו, ואין קטן - תבדיל על מיץ ענבים ותשתה בשיעור המינימלי (כלומר תשתה שיעור 'מלוא לוגמיו' - כ-45 מ"ל, ולא יותר).
- ז. כששותה או אוכלת - מותרת לאכול ולשתות כדרכה, ואין עליה חיוב לאכול פחות משיעור. אך, לא תאכל 'מעדנים'.
- ט. **יולדת** – פטורה מן התענית בתוך 30 יום ללידתה, אף אם אינה מניקה (מניקה – התבאר דינה לעיל).

2. אישה במהלך טיפולי פוריות

א. אישה שזקוקה ליטול תרופות לצורך טיפולי פוריות - מותרת ליטול בצום תרופות שאין בהן טעם, ואין הדבר נחשב לאכילה. לכתחילה, אם אפשר מבחינה רפואית – תיטול את התרופות וכדי לפני תחילת הצום ובסיומו. אך, כשחייבת לקחת את התרופה דווקא בזמן הצום – לכתחילה תיקח את התרופה ללא מים. אם אינה יכולה – תיקח עם מעט מים מרים (כגון מים עם ריכוז גבוה של תה קמומיל וכד').

ב. לאישה שמטופלת בכדורים או בזריקות לשם טיפולי פוריות, עצם הטיפול אינו סיבה להימנע מהצום. אך כאשר לדברי הרופא קיים אצלה חשש לגירוי יתר שחלתי, וכדי – לא תצום.

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.

לכל שאלה, נשמח לעמוד לרשותכם, בטל' 02-6515050. צוות רבני מכון פוע"ה.