



צום יום הכיפורים בתקופת הקורונה חולים, מבודדים והדרכה לצוותים רפואיים

ביום הכיפורים התחייבנו בחמשה עינינו: אכילה, שתיה, סיכה, רחיצה ותשמיש המיטה (שו"ע סימן תרט"ו). להלן נפרט מספר הלכות הרלוונטיות במיוחד לשנה זו – בצל מגיפת הקורונה.

שיעור אכילה המחייבת כרת ביום הכיפורים הוא כמותבבת הגסה, כלומר מעט פחות מכביצה, אך גם פחות מכך אסור מן התורה כדין חצי שיעור. המשמעות ההלכתית בשיעור זה הוא לחולה שיש בו סכנה ויכול להסתפק באכילה פחות מכשיעור. לדעת רבי חיים נאה השיעור הוא 57 סמ"ק, ולדעת רוב הפוסקים פחות מכך (בין 45 ל-50 סמ"ק). לכלכה מאכילים לחולה לא יותר מ-30 סמ"ק, שהוא שני שליש ביצה. החישוב הוא לפי נפח (הנמדד בסמ"ק) ולא במשקל (הנמדד בגרמים). לכן, עדיף לחולה לאכול מאכלים דחוסים.

אכילת פחות מכשיעור אינה מצטרפת לאכילה הבאה, במידה שבין האכילות עבר יותר מכדי "אכילת פרס", שהוא לחומרא שיעור זמן אכילת ארבעה ביצים, כלומר 9 דקות, ובשעת הדחק, 6-7 דקות.

שיעור השתיה המחייבת כרת ביום הכיפורים הוא מלוא לוגמיו, שבאדם בינוני הוא פחות מרביעית. כעיקרון שיעור זה נמדד כל אחד לפי גודלו (כשמרכז משקה בצד אחד של פיו), ולכן יש שהמליצו למלא כל פיו במשקה מערב יום הכיפורים ולפלטו לתוך כלי, ומחצית מהכמות היא שיעור השתייה עבורו. להלכה ההוראה המקובלת היא ששיעור השתיה לאדם ממוצע לא יעבור את שיעור רוב רביעית שהוא עד 40 סמ"ק משקה. שתייה פחות מכך בהפסקות של 9 דקות או יותר אינה מחייבת כרת, ואף שגם היא אסורה מן התורה היא עדיפה עבור חולה שיש בו סכנה שיכול להסתפק בשתייה כזאת.

אכילה ושתיה אינם מצטרפים, ולכן בהפסקה שבין אכילה לאכילה יכול לשתות וכן להיפך.



חולה הלוקח תרופות (קונבנציונאליות, לא ויטמינים או תרופות הומאופטיות) באופן קבוע, אפילו אינו חולה שיש בו סכנה, אם לדעת רופאו אין אפשרות ליטול את התרופה מעבר לשעות התענית (כלומר – מעט לפניו ומעט לאחריו), אלא נדרש לקחת את התרופות בזמן מדויק, וכן אין אפשרות לדלג על מנת תרופה - יכול לקחת את התרופות כהרגלו ביום הכיפורים.

אכילת מאכלים שאינם ראויים לאכילה אסורה ביום הכיפורים אבל פטור עליה, ודבר שאינו ראוי כלל כעפר מותר. לרוב הפוסקים בכלל מאכל שאינו ראוי גם מאכל שראוי מצד עצמו אלא שעירב בו דבר מר. לכן, מותר לקחת תרופה מרה ביום הכיפורים. אם אינה מרה, יכול לעטפה בנייר ולבולעה כך. אם יכול, יטול את התרופה ללא מים. אם אינו מסוגל, ימרר מעט מים (באמצעות תיבולם בשמן, מלח או תה מר). אם אינו מסוגל, וללא התרופות עלול לבוא לידי סכנה, ישתה עם התרופה מעט מים רגילים.

הנחיות אלו כוללות לא רק כדורים שמניעת נטילתם מסכנת את האדם, אלא גם כדורים נגד בחילות, לתוספת ברזל או לויסות לחץ הדם. תרופות אחרות כמו גלולות למניעת היריון, לכאב ראש, וכדומה מותר לקחתם ללא מים.

לעומת זאת – חולה שיש בו סכנה שמותר לו לאכול ולשתות ביום הכיפורים (בין אם לשיעורין, או כדרכו – על פי הוראת מורה הוראה והנחיית רופאו), אין לו לפגום את המזון ואת השתיה, אלא יאכלם כמות שהם. ואדרבה, הנזקק לשתייה מועטת פחות מכשיעור ישתה משקה ממותק כמו מיץ ענבים, שערכו התזונתי גדול משל מים, וכך יוכל למעט במנות שיצטרך במשך היום.

פיקוח נפש דוחה כל התורה, כולל את מצות העינוי ביום הכיפורים. בכלל פיקוח נפש לא רק מי שכעת חייו בסכנה, אלא גם היכול להגיע לכך אם נמנע ממנו אכילה.

מצות התענית קודמת לכל מצוות ומנהגי היום הקדוש, ולכן החכם עיניו בראשו, שהיכול לקיים מצות התענית על ידי שישכב במיטתו כל היום כולו במיזוג אויר ובמנוחה מוחלטת (על פי הוראת הרופא), יעשה כן בכדי שלא להפר את התענית. איש או אשה שבן הזוג שלהם נצרך לנוח בכדי להתענות, חובתם להישאר בבית ולסייע לו לקיים את הצום.

יש להפריד בין אכילה לשתיה. חולה שיש בו סכנה ודי לו באכילה, אין להתיר לו שתיה, וכן להיפך. חולים רבים יכולים להסתפק בשתיה, וגם להם יש להתיר רק כפי צרכם; היכול להסתפק בליטר אחד של מים למשך כל היממה, לא ישתה יותר. לכן, יש צורך בהדרכה רפואית ובשאלת חכם בכל מקרה. בכל מקרה אין צורך להמיר את השתיה במתן נוזלים באינפוזיה (אפילו מדובר בחולה שעירוי תוך-ורידי מותקן בגופו).



מיהו חולה שמצבו נחשב כפיקוח נפש? ישנם מצבים שבהם ניתן לתת כללים בדבר, כגון מי שחוס גופו חצה את ה-39 מעלות, או קרוב לעילפון, יאכל מיד. כיוצא בזה סמוך לניתוח משמעותי, או יולדת בשלשת הימים לאחר הלידה. אך ברוב המקרים הדבר דורש התייעצות עם רופא המבין את חשיבות הצום, ושאלת חכם. לכן, לא נאריך בפרטים אלו כאן. נתייחס למספר פרטים הנוגעים לתקופתנו.

המגן אברהם (סימן תקעו, ב) כתב שאין מתענים בשעת המגיפה. גם החתם סופר (חלק ו סימן טו) כתב, שבשעת מגפה אם לדעת הרופאים גם הבריאים צריכים שלא להתענות, ישנו לשיעורים. מאידך יש אומרים שעליהם לצום שכבר הוכח שצמו בשעת מגיפה רבבות אנשים ולא אירע להם דבר (ראשית ביכורים ל"ג ועוד). והיו שהכריזו בשעת מגיפה שכל אדם שמרגיש חולשה רבה ישתה ויאכל כפי הצורך (דעת תורה סימן תריח, א בשם מהר"ש מבעלזא), וכתב השדי חמד (יום הכיפורים סימן ג) שהמיקל בזה יש לו על מה שיסמוך. הביאור הלכה הביא דבריהם בתחילת סימן תריח. ידוע גם המעשה ברבי ישראל מסלנט שהורה לבני עדתו לאכול כולם היום הכיפורים בתקופת מגיפת הכולירע, משום שהצום עלול לגרום ליתר חולי (אגרות משה או"ח חלק ג סימן צא). יעודים לעומת זאת דברי רבי עקיבא איגר, שכתב בתקנותיו לקהילתו בתקופת מגיפת הכולירע שאין להקל באופן כללי לבריאים.

להלכה, אין להקל כלל לבריאים שלא להתענות, כפי שהאריך לבאר רבינו הגאון הגדול רבי אשר וייס שליט"א.

ספציפית לתקופתנו :

מבודדים צמים כדרכם, משום שרובם אינם חולים כלל, ואף מיעוטם שנדבקו, אין להם אלא מיחוש בעלמא.

חולה קורונה מאומת, שחוממו מעל 38 מעלות, או מרגיש חולשה רבה, ישתה לשיעורים כאמור כשני ליטר בערך.

אם אין לו תסמינים, או רק ניטל ממנו הטעם והריח, או שהיה לו חום וכעת אין לו, חייב לצום, ואם ירגיש במהלך התענית חולשה גדולה ישתה לשיעורים.

במידה שהחולה הנ"ל בקבוצת סיכון גבוה, כגון שסובל ממחלות רקע כמו לחץ דם גבוה או עודף משקל ניכר, ישתה לשיעורין.



חולה קורונה שחש קשיים בנשימה או סובל משיעול חזק ישתה לשיעורים אם די לו בכך, ואם לא, יאכל וישתה כפי צרכו.

צוותים רפואיים העובדים במשמרות בבית החולים ביום הכיפורים במחלקות הקורונה, שהפעילות בהן מחייבת לבישת חליפות הגנה מיוחדות הגורמות להזעת יתר המעלות חשש להתייבשות בלא שתייה, וכן לפגיעה באיכות הטיפול בחולים, ואינם מתחילים את המשמרת לפני היכנס התענית (כך שיוכלו לרוות לפני תחילת המשמרת), ישתו לשיעורים לפני תחילת המשמרת, ובמהלך ההפסקה ישתו כדי צרכן ולא לשיעורין, מאחר שההפסקה קצרה וסכנת ההתייבשות לאחר שעות עבודה רבות חמורה. אמנם, ישתדלו במידת האפשר להפסיק כחמש שניות בין לגימה של כ-40 סמ"ק ללגימה הבאה.

מותר לצוותים אלו להתקלח, על פי ההוראות, בסיום המשמרת, במיעוט תענוג ככל האפשר.

הרגיל להשתמש באלכוהול, מסתבר שמותר לו להשתמש בו ביום הכיפורים לצורך (רבינו הגר"א וייס שליט"א).