

## **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)

### **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 ההיריון.

ד. **כאשר הרתה כתוצאה מהפריה חוץ גופית (IVF)** – פטורה מלהתענות במשך השבועות הראשונים של ההיריון, 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 – תשאול 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 ימלוא לוגמיני' – כ-45 מ"ל, ולא יותר).

ז. כששותה או אוכלת – מותרת לאכול ולשתות כדרכה, ואין עליה חיוב לאכול פחות מכשיעור. 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 לטיפול תרופות לצורך טיפולי פוריות – מותרת לטול בצום תרופות שאין בהן טעם, ואין הדבר נחשב לאכילה.

לכתחילה, אם אפשר מבחינה רפואית – תיטול את התרופות וכד' 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, וכד' – 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.**