

עושים תקשורת

טעימות מהתקשורת בחודש פברואר 2024



מרכז רפואי מאיר

מסונף לפקולטה לרפואה, אוניברסיטת תל אביב

כשהלב בוכה: תסמונת הלב השבור

בשנים האחרונות התברר הקשר בין מחלת לב וגורמי סיכון נוספים, אחד החשובים שבהם הוא הסטרס הנפשי. מדובר בקשר רב סיבתי. כשהביטוי הישיר ביותר לקשר זה הנה **תסמונת "הלב השבור"** המוכרת בתסמונת זו המטופל סובל מסימנים וסימפטומים טיפוסיים לאוטם שריר הלב (כאב בחזה, הזעה וקוצר נשימה, שינויים באק"ג וממצאים מעבדתיים טיפוסיים), ולכן המטופלים מופנים לרוב לביצוע צנתור דחוף. אולם, בניגוד לאוטם שריר הלב, בתסמונת זו לא תימצא חסימה בעורקים הכליליים. בתסמונת הלב השבור נראה בבדיקות ההדמיה הפרעה קשה בהתכווצות הלב (בבדיקות ההדמיה הלב מתכווץ בצורה הדומה לכד יפני – ומכאן שם התסמונת – טקוצובו).

התסמונת מופיעה במרבית המקרים בעקבות אירוע סטרס אקוטי, כדוגמת פטירה של קרוב משפחה, קבלת בשורה רעה מכל סוג וכו'. נשים מהוות את הרוב המכריע של החולים בתסמונת זו. בתקופות רוויות מתח וחרדה מתוארת עלייה בשכיחות התסמונת ואכן מאז 7 באוקטובר מחלקות קרדיולוגיות רבות בארץ מדווחות על עלייה ניכרת באשפוז של מטופלים ומטופלות עם תסמונת הלב השבור. בימים אלו אף מתבצע סקר ארצי רב מרכזי לאיסוף נתונים על מטופלים שסבלו מהתסמונת.



פרופ' דודי פרג, ד"ר אלה גלעדי (צילום: רמי זרנגר, ענבל איל)

[לכתבה המלאה](#)

כמו משקולת על בית החזה: הסימנים להתקף לב שחייבים להכיר

אוטם שריר הלב הוא הסיבה המובילה לתמותה בעולם המערבי. מהם סימני האזהרה שחשוב לזהות, מהו הטיפול הטוב ביותר ואיך המלחמה משפיעה על בריאות הלב? קרדיולוגים בכירים מהמרכז הרפואי מאיר מסבירים

13 תגובות

פרופ' דודי פרג, ד"ר אלה גלעדי | 05.02.24 | 06:45

כולנו מכירים את הסצנה מהקולנוע שבה הגיבור מתלונן באופן פתאומי על לחץ בחזה ומהר מאוד מתמוטט ומת. מהם באמת הסימנים המוקדמים לאוטם שריר הלב (התקף לב), האם הם שונים בין גברים לנשים ומהן הבדיקות שחשוב לעשות כדי לשמור על בריאות הלב שלנו?

מחלות לב וכלי דם הם הסיבה המובילה לתמותה בעולם המערבי בכלל ובישראל בפרט. מתוך מחלות אלו, הנפוצה ביותר הנה אוטם שריר הלב (התקף לב) הנגרם מחסימה אקוטית של כלי דם המספק דם לשריר הלב.

הסימפטום הנפוץ ביותר של אוטם שריר הלב הוא כאב לוחץ בקדמת החזה (החולה יתאר משקולת הלוחצת על בית החזה) עם הקרנה לצוואר וליד שמאל המלווה בהזעה וקוצר נשימה. עם זאת, בחלק משמעותי מהמקרים הביטוי הקליני יהיה פחות טיפוסי ויכול להיות כאב בעל אופי דוקר או שורף, או במיקום שונה כגון רום הבטן, צוואר, גב או לסת תחתונה. בחלק מהמקרים התקף הלב יופיע ללא כאב כלל ויתבטא כהזעה, צרבת, קוצר נשימה או התעלפות. ביטוי לא טיפוסי של אוטם שריר הלב נפוץ יותר בקרב נשים, מטופלים מבוגרים וחולי סוכרת.

הופעה של כל אחד מהסימפטומים הללו מצדיקה דרגת חשד גבוהה ופינוי דחוף לבית החולים באמצעות אמבולנס. הסכנה המיידיית בחולים הסובלים מאוטם שריר הלב הנה מצב של דום לב – הפסקת פעילות הלב כתוצאה מהפרעה חשמלית בקצב הלב. זהו סיבוך של אוטם שריר הלב המהווה את הסיבה העיקרית לתמותה עוד לפני הגעת המטופל לבית החולים. החיאה מהירה ומתן מכת חשמל על ידי דיפריילטור מצילים את חייהם של מטופלים רבים.

אסנת אושפדה במשך תקופה ארוכה בפנימית ה',
טופלה על ידי פרופ' יאיר לוי, מנהל המחלקה

ומומחה לראומטולוגיה ועל ידי פרופ' שי קויתי, מנהל היחידה לראומטולוגיה. היא עברה אינספור בדיקות. "לא היה דבר שלא בדקו" היא מספרת, "ולאחר תהליך שכלל בדיקות מקיפות והתייעצויות עם מומחים מובילים בארץ ובעולם, בישר לי פרופ' קויתי על כך שאני יוצאת למלחמה קשה - אבל אני אנצח".

"המחלה שתקפה את אסנת היא מחלה אוטואימונית הנקראת נקרוטייזינג מיזיטיס, דלקת ונמק של השריר", מסביר פרופ' שי קויתי. "זוהי מחלה בה המערכת החיסונית תוקפת ומפרקת את כל השרירים של הגוף. במקרה של אסנת היא עברה במהירות עצומה ממצב של בריאות שלמה למצב קשה ומסכן חיים.

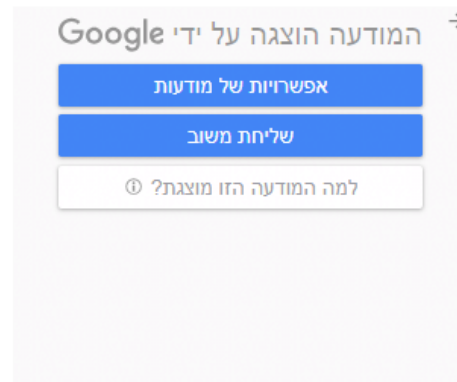
"עשינו לה בירור מקיף שכלל בדיקות והדמיות רבות, ביופסיה מהשריר והתייעצויות עם רופאים רבים, מכיוון שהמצב שלה היה דרמטי וחריג. מדובר במחלה נדירה ובמקרה הזה הגורם להתפרצותה נדיר ביותר גם הוא".



בלילה אחד הפכה אסנת למשותקת וכמעט מתה. עד שהרופאים הבינו מה קרה

דורון קופרשטיין
עודכן לאחרונה: 29.2.2024 / 10:49

בתוך ימים עברה אסנת בלומנפלד ממצב של בריאות שלמה למצב קשה ומסכן חיים עקב מחלה נדירה. טיפול חדיש שקיבלה בבי"ח מאיר הציל את חייה. הימים הכי קשים שעברה בחייה, ההתמודדות מעוררת ההשראה והתמיכה המרגשת שקיבלה כל הדרך



"נפלתי לתהום כזו עמוקה שלא ידעתי היכן היא מסיימת" פותחת אסנת בלומנפלד (62) את דבריה, אבל כבר במהלך המחלה הנדירה שגרמה לכל שרירי גופה להתפרק, עד שלא יכלה לעמוד על רגליה או ללכת, היא למדה "שאם לא התהומות האלה, לא הייתי מגלה את השחקים".

זה קרה בחודש יולי האחרון. אסנת ומשפחתה שהו בטיול בחו"ל, סיימו עוד יום עמוס חוויות וחזרו בערב למלון. "באותו ערב", היא מספרת, "הרגשתי כאילו משהו נשבר לי בגוף. הגעתי לחדר, נשכבתי על

המיטה ואמרתי לבעלי שמהו קרה לי בגוף. חשבתי שאולי נדבקתי בשפעת או בקורונה. בעלי נתן לי אקמול וקצת התאוששתי, אבל אז ניסיתי להיכנס לאמבטיה ולא הצלחתי להרים את הרגל. חשבתי שאולי זו פשוט חולשה מהווירוס אבל בדיעבד, זה היה הסימן הראשון שמהו בגופי השתבש".

מספר ימים לאחר שחזרו לארץ, הרגשתה של אסנת הלכה והחמירה, היא מיהרה לבצע בדיקות, והתוצאות הראו תפקודי כבד חמורים בצורה ניכרת. בלומנפלד הובאה בבחילות לבית החולים מאיר בכפר סבא. "במיון בדק אותי רופא, שביקש שאתאר לו בדיוק את סוג כאב השרירים עליו דיווחתי.

לכתבה המלאה

"הסתכלתי על עודד, סימנתי לו, ותוך שניות כל המערכות שלי קרסו"

שירה מחפוד חוותה במהלך הלידה תופעה נדירה וקטלנית לרוב בשם תסחיף מי שפיר. היא עברה מספר החייאות, כולל אחת שארכה 17 דקות, 18 ניתוחים, ועוד אחד בדרך וחודשים של אשפוז בטיפול נמרץ ובשיקום. למרות הסיכויים הקלושים, שירה הצליחה לשרוד ולחזור הביתה

עליל פטרי | mako | פורסם 15/02/24 06:03

8,328 תגובות



שירה עברה תסחיף מי שפיר, אירוע מורכב ונדיר שהרופאה המודרנית לא יודעת למנוע או לצפות. אחוזי התמותה עומדים על 90 אחוזים, וגם במקרה של שירה - זה לא היה נראה אופטימי. מערכת הריאות, הלב והקרישה של גופה קרסו. היא איבדה עשרות מ"ל של דם, ועברה מספר החייאות - הארוכה שבהן בת 16.5 דקות. היא עברה 18 ניתוחים, חוברה למכשירי אקמו ודיאליזה, ובמשך חודשיים שלמים היא הייתה מורדמת ומונשמת בטיפול נמרץ.

"התסחיף נגרם כתוצאה מחלקיקים הנמצאים בתוך מי השפיר שנזרקים אל הריאה, ויוצרים בשלב הראשון קריסה של המערכת הנשימתית ואז גם של הלב", מסבירה פרופ' טל בירון שנטל, מנהלת מערך נשים ומיילדות במרכז רפואי מאיר מקבוצת כללית. "בשלב השני התסחיף גורם לקריסה רב מערכתית של הכליות ובעיקר של מערכת הקרישה המובילה לדימומים נרחבים שאינם נשלטים. מדובר באירוע מסכן חיים עם אחוזי הישרדות נמוכים".

"שירה נזקקה למספר חסר תקדים של מנות ומוצרי דם שאף תיעדנו בספרות הרפואית, קרוב ל-1,000 מוצרי דם", מוסיף ד"ר ניסים יפרח, מנהל טיפול נמרץ כללי במרכז רפואי מאיר. "היא עברה ביממה הראשונה מספר החייאות וניתוחים מורכבים. באחת ההחייאות היא אף חוברה תוך כדי למכשיר אקמו שמטרתו היה לתת מענה לאי ספיקה נשימתית ולבבית המאוד קשה ממנה סבלה. חיבור זה מחייב דילול דם מאסיבי וזה היה אתגר של ממש בשיתוף ההמטולוגים ובנה הדם להתמודד איתו".

אחרי חודשיים וחצי במחלקת טיפול נמרץ, שירה התעוררה לראשונה. "זה רגע שלא שוכחים", היא אומרת. "כל התקופה הזו שהייתי רדומה אני לא הפסקתי לשמוע את נוייה קוראת לי. הקטנה מבחינתי לא הייתה בתודעה שלי, הגדולה כל הזמן קראה לי 'אמא, בוקר טוב, אמא קומי'. כשהתעוררתי זה היה נורא חזק וכל הזמן חיפשתי אותה מסביבי, ולא הבנתי מה יש עליי. הייתי עם השפעה של הרדמה אז כנראה דמיינתי המון, ולא הבנתי למה אני עירומה. לא הבנתי למה אני שומעת את הילדה ולא רואה אותה, ולמה הכל חשוך לי".

שירה המבולבלת החלה לחפש את נסיה, ולא הצליחה להבין לאן נעלמה בתה התינוקת. "בהתחלה לא הייתה לי תחושת זמן, ונורא היה לי קשה שאני לא יכולה לדבר. ביקשתי לכתוב, אבל לא הצלחתי להחזיק עט. ביקשתי טלפון, וגם אותו לא הצלחתי להחזיק. אבל היה לי צוות מדהים, ואף אחד לא ויתר עליי לרגע. אני כל הזמן אומרת את זה, הם התייחסו אליי כאילו הייתי הבת שלהם. זה מדהים כמה היה חשוב לצוות שאני אשרוד".

"כששירה חזרה להכרה זו הייתה שמחה גדולה מאוד ביחידה", מתאר ד"ר יפרח. "הקשר עם המשפחה בעבורנו הוא נדבך בלתי נפרד מהטיפול. לראות את החולה, גם את מי שהיה לפני שהגיע אלינו, דרך העיניים של המשפחה, הוא השלב הראשון באחריות שאנו נושאים כלפיו. מכאן, הדרך להילחם עם הכוח והידע שיש בארץ ובעולם הרפואה בכלל, הם משימת חיינו. אנחנו זמינים למשפחות כל הזמן והם צריכים לדעת שאנחנו עושים הכל להיאבק על חיי היקרים שלהם".

[לכתבה המלאה](#)

צעד לפני
בשביל הבריאות שלך

ד"ר אהוד רוזנבלום, מנהל מיון ילדים במרכז רפואי מאיר מקבוצת כללית, מספר: "הילדה הגיעה כאובה ומבוהלת לחדר המיון. נכנסנו לאינטרנט להבין מהו מנגנון ההפעלה של המכשיר והבנו שכל משיכה או תזוזה בניסיון לשחרר אותו למעשה תייצר התנגדות ותפעיל אותו שוב ושוב.

"מדובר במכשיר שאין לו כפתור הפעלה/כיבוי או בטריות נשלפות והוא פועל באופן אוטומטי ברגע שהוא מרגיש התנגדות. התחלנו להכין אותה להרדמה, ובמקביל הזמנו צוות של כיבוי אש. יחד ניסינו להבין מה הגישה הטובה ביותר לנטרול ההפעלה שלה".

אבי הילדה: "גזירת ציפורניים לילדים יכולה להיות משימה מאוד לא פשוטה כשהילד מפוחד מהפעולה ומסרב. לא פעם נאלצנו לבצע את הגזירה רק כשבתנו ישנה. המכשיר הגיע אלינו רק באותו הבוקר, אך לא תיארנו לעצמנו שהבת שלנו תקרב אותו לפיה"

הוא סיכם: "לשמחתנו עם שחרורו של המכשיר משפתיה, גילינו שהילדה סובלת מחתך קטן יחסית ולאחר תפירה עדינה שלו החלנו בפעולות להעיר אותה. האירוע הסתיים בטוב ולידה שלום".

קצין הכיבוי רשף אהרון גולמן, שפיקד על האירוע, משתף: "בהגיענו למקום ראינו כי מדובר במכשיר חשמלי לקיצוץ ציפורניים אשר נתפס בשפתיים של הילדה. בעקבות גיל הילדה והמצב הרגיש פעלנו בזהירות רבה ופירקנו את המכשיר בפעולות כמעט כירורגיות עד הוצאתו משפתיה.

"בתחילה פירקנו את חלקי הפלסטיק וחשפנו את החלק הפנימי שלו, איתרנו את כבלי הבטריה ונטרלנו אותם. חשפנו את המנגנון המורכב מגלגלי שיניים. הבנו עם הצוות הרפואי את הכיוון אליהם הגלגלים מסתובבים וסובבנו אותם נגד כיוון התנועה, כך שחררנו את האחיזה האימתנית של המכשיר".

אביה של הילדה, שנבהל מאוד מהאירוע, מספר: "גזירת ציפורניים לילדים יכולה להיות משימה מאוד לא פשוטה כשהילד מפוחד מהפעולה ומסרב. כך היה אצלנו ולא פעם נאלצנו לבצע את הגזירה רק כשבתנו ישנה. המכשיר הגיע אלינו רק באותו הבוקר ועשינו בדיקה שהוא לא כואב בעת הפעולה. לא תיארנו לעצמנו שהבת שלנו תקרב אותו לפיה ושפשוט אי אפשר יהיה לשחרר אותו ממנה. הודות לשתוף פעולה מעולה ודרמטי של כל הצוותים, הן של מיון ילדים והן של כיבוי האש, האירוע מאחורינו ואנו מתאוששים".

מכשיר לקיצוץ ציפורניים "לכד" שפתיים של ילדה, כך שחררו אותו

הילדה בת החמש שיחקה עם המכשיר והובהלה למיון במרכז הרפואי מאיר לאחר שנתפס בשפתיה. צוותים רפואיים בשילוב עם צוותי כיבוי אש, הצליחו לשחרר את המכשיר ולשלוח אותו. **ד"ר אהוד רוזנבלום, מנהל מיון ילדים:** "הבנו שכל משיכה תפעיל אותו שוב ושוב והזקנו צוות כיבוי. קצין הכיבוי רשף אהרון גולמן: "איתרנו את כבלי הבטריה ונטרלנו אותם. שחררנו את האחיזה האימתנית של המכשיר"

רענו בו צור | 11:27

תגיות: שפתיים, בית חולים מאיר, מספרים



Powered by Trinity Audio

צוות רופאים מהמרכז הרפואי מאיר בכפר סבא ולוחמי האש שחררו אמש (יום ד') מכשיר לקיצוץ ציפורניים ש"לכד" את שפתיה של ילדה בת חמש מאזור השרון. הרופאים הזעיקו את לוחמי האש משום שכל ניסיון למשוך את המכשיר, הפעיל אותו מחדש. בפעולה משותפת, נטרלו אותו והצליחו לשחרר את אחיזתו.



כך חילצו בבית חולים מאיר מכונה לקיצוץ ציפורניים שנתפסה בשפתיה של ילדה

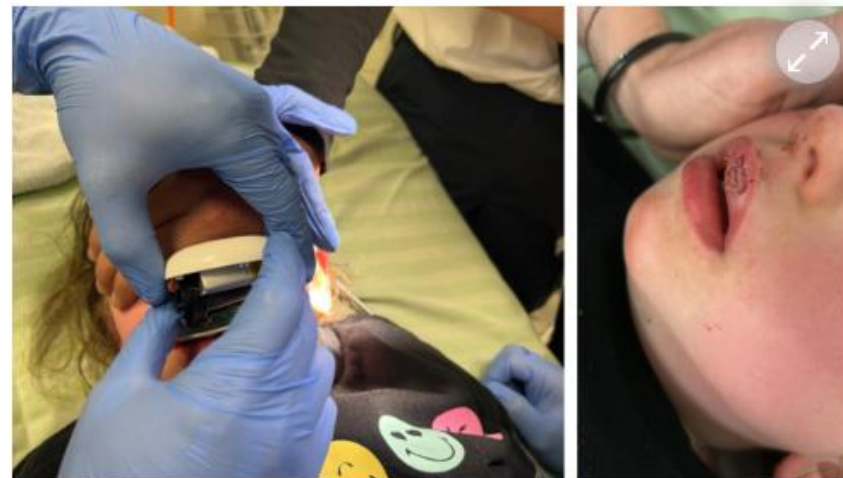
מכונת קיצוץ ציפורניים חשמלית נתפסה בשפתיים של ילדה בת 5. במאמץ משותף של צוות מיון ילדים במרכז רפואי מאיר ולוחמי אש מתחנת השרון שהוזעקו לבית החולים הם הצליחו לחלץ את שפתיה משיני המכשיר

אשר אטדגי | עודך 09:27, 08.02.24

קצין כיבוי רשף אהרון גולמן שפיקד על האירוע: "בהגיענו למקום ראינו כי מדובר במכשיר חשמלי לקיצוץ ציפורניים אשר נתפס בשפתיים של הילדה. בעקבות גיל הילדה והמצב הרגיש פעלנו בזריזות רבה ופירקנו את המכשיר בפעולות כמעט כירורגיות עד הוצאתו משפתיה. בתחילה פרקנו את חלקי הפלסטיק וחשפנו את החלק הפנימי שלו, איתרנו את כבלי הבטריה ונטרלנו אותם וחשפנו את המנגנון המורכב מגלגלי שיניים. הבנו ביחד עם הצוות הרפואי את הכיוון אליהם הגלגלים מסתובבים וסובבנו אותם נגד כיוון התנועה, כך שחררנו את האחיזה האימתנית של המכשיר".

"לשמחתנו הודות לזהירות המירבית שליוותה את כולנו באירוע תוך הימנעות מתזוזה של המכשיר, עם שחרורו גילינו שהילדה סובלת מחתך קטן יחסית ולאחר תפירה עדינה שלו החלנו בפעולות להעיר אותה והאירוע הסתיים בטוב ולידה שלום", הוסיף ד"ר רוזנבלום.

ילדה בת 5 מאזור השרון הובהלה על ידי הוריה אתמול (רביעי) בשעות הערב למיון ילדים במרכז רפואי מאיר כשמכונה חשמלית לקיצוץ ציפורניים נתפסה בשפתה העליונה.



חילוץ קוצץ הציפורניים (צילומים: דוברות בית החולים מאיר)

קראו גם:

[לוחם המילואים כבר ארבעה חודשים בעזה - בהרצליה ארגנו לו הפתעה](#)

["באתי לגנוב לך את הכסף": בת 31 מרעננה גנבה ותקפה עובדת משרד \(וידאו\)](#)

[כסבלתם בגשם דיאן שוורץ חגגה בביקיני בתאילנד](#)

אביה של הילדה משתף: "גזירת ציפורניים לילדים יכולה להיות משימה מאוד לא פשוטה כשהילד מפוחד מהפעולה ומסרב. כך היה אצלנו ולא פעם נאלצנו לבצע את הגזירה רק כשבתנו ישנה. המכשיר הגיע אלינו רק באותו הבוקר ועשינו ממש בדיקה שהוא לא כואב בעת הפעולה אך לא תיארנו לעצמנו שהבת שלנו תקרב אותו לפיה ושפשוט לא יהיה אפשרי לשחרר אותו ממנה. טסנו למיון במאיר והודות לשיתוף פעולה מעולה ודרמטי של כל הצוותים, הן של מיון ילדים והן של כיבוי האש, האירוע מאחורינו ואנו מתאוששים".

ד"ר אהוד רוזנבלום מנהל מיון ילדים במרכז רפואי מאיר מקבוצת כללית:

"הילדה הגיעה כאובה ומבהלת לחדר המיון והוריה שיתפו כי שיחקה במכשיר החשמלי ושפתיה נלכדו בין סכיניו. מיד נכנסנו לאינטרנט להבין מהו מנגנון ההפעלה של המכשיר והבנו כי כל משיכה או תזוזה בניסיון לשחרר אותו למעשה תייצר התנגדות ותפעיל אותו שוב ושוב. מדובר במכשיר שאין לו כפתור הפעלה/כיבוי או בטריות שניתן להוציא והוא פועל באופן אוטומטי ברגע שהוא מרגיש התנגדות. ביצענו העברה עדינה מאוד של הילדה לחדר המיועד לפעולות תחת טשטוש והרדמה והתחלנו להכין אותה להרדמה. במקביל הזמנו צוות של כיבוי אש - הגיעו אלינו ארבעה לוחמי אש וביחד ניסינו להבין מה הגישה הטובה ביותר לנטרול ההפעלה שלו".



גם ד"ר גיורא גוטסמן מנהל היחידה לזיהומי ילדים במרכז רפואי מאיר מקבוצת כללית, מתאר עלייה בתחלואה, אם כי לדבריו היא אינה חריגה בהשוואה לעונות קודמות. "כבכל שנה, עם תחילת החורף ישנה עלייה בקרב הילדים הסובלים מווירוס ה-RSV המוביל למחלה בדרכי הנשימה ובריאות. חלק מהילדים מאושפזים במחלקת ילדים וחלקם אף מטופלים בטיפול נמרץ ילדים וזקוקים לתמיכה נשימתית מוגברת, להרדמה והנשמה. מדובר בווירוס שעלול להיות מסכן חיים, בייחוד בקרב תינוקות קטנים". עוד הוא מציין כי רק בסוף השבוע האחרון אושפזו במאיר 7 ילדים שנדבקו בווירוס. "לצד זאת, אנחנו רואים גם הרבה ילדים הסובלים משפעת. נזכיר שוב כי חיסון לשפעת כפי שקיים כיום בישראל יכול למנוע את הסיכונים הכרוכים במחלה", הוא מוסיף.



המחלה עלולה להסתבר בסבירות נבוהה יותר אצל ילדים מתחת לגיל 3 | צילום: שניידר



מרכז רפואי מאיר
מסונף לפקולטה לרפואה, אוניברסיטת תל אביב

[לכתבה המלאה](#)

שיא בתחלואת RSV בקרב ילדים בישראל

המרכז לבקרת מחלות מדווח על עלייה במספר האשפוזים כתוצאה מנגיף ה-RSV בינואר בהשוואה לחודש הקודם. בתוך כך, חלק מבתי החולים מדווחים על תפוסה משמעותית יחסית, ונראה כי שיא התחלואה מתמקד בירושלים. "המחלה יכולה לגרום להיות קשה ולגרום לאי-ספיקה נשימתית ואף לצורך בהנשמה"

מכל הליפין | בריאות | פורסם 04/02/24 12:38

26,383



דוח ניטור תחלואה מנגיפי נשימה בישראל, שפורסם ביום חמישי האחרון על ידי המרכז הלאומי לבקרת מחלות (מלב"מ ICDC) במשרד הבריאות, מצביע על עלייה במספר האשפוזים כתוצאה מנגיף ה-RSV במהלך ינואר בהשוואה לחודש הקודם. במהלך החודש תועדו 1286 מקרי אשפוז בעקבות הנגיף, לעומת 941 מקרים במהלך דצמבר.

צעד לפני
בשביל הבריאות שלך

מוסף כריאות

ידיעות תקשורת

רשת המקומונים של המדינה



בריאות

מוזין בריאות ואורח חיים בריא | פברואר 2024

לא בעיה של ילדים בלבד

מורפאה חדשה להפרעת קשב וריכוז למבוגרים נפתחה במרכז רפואי מאיר

מאיר קידס

מומחי מאיר ילדים של מרכז רפואי מאיר הגיעו לכללית בהרצליה

מיילדת מחודש ראשון

ליוון של מיילדות מחודרי הלידה של מרכז רפואי מאיר במרפאות הכללית בנתניה

יד ביד

תכנית "חודית של מרכז רפואי מאיר ועמותת 'בנתיב אודי' מלווה משפחות לאחר אובדן ושכול

לגזור ולשמור

טיפים חשובים של מערך המיילדות במרכז רפואי מאיר ללידה ואחריה

מרכז רפואי מאיר ידיעות השרון



מרכז רפואי מאיר

מסונף לפקולטה לרפואה, אוניברסיטת תל אביב

צעד לפני בשביל הבריאות שלך

'מאיר קידס': מומחי מיון ילדים של מאיר הגיעו לכללית בהרצליה!

הילדה נפלה מהאופניים בשבת? הילד העלה חום גבוה אחרי שהמרפאה כבר נסגרה? יש לתינוק פריחה מלחיצה ואין למי לפנות בשעות הערב? מעכשיו יש! תכירו את 'מאיר קידס' - שלוחת מיון ילדים חדשה לכל מטופלי הכללית בשרון, זמינה ומקצועית, עם צוות מומחים ברפואה דחופה ילדים של מרכז רפואי מאיר

בשיתוף מחוז שרון שומרון בכללית ומרכז רפואי מאיר מקבצת כללית

לכולנו לא פשוט כשהילדים שלנו לא מרגישים טוב, הרצון לעזור להם כמה שיותר מהר ובדרך הכי טובה שיש, היא מנת חלקו של כל הורה ובמיוחד במצבי חירום רפואיים. במרפאת רמב"ם ו של כללית בהרצליה נפתחה לאחרונה שלוחה של מיון ילדים ממרכז הרפואי מאיר שנועדה לתת מענה מהיר ויעיל במקרים דחופים וזה ממש דקה מהבית. 'מאיר קידס' מצויד במכשור המקצועי והמתקדם ביותר וכולל אולטרהסאונד, בדיקות מעבדה, צילום רנטגן ועוד. האמצעים והמומחיות של הצוותים מאפשרים מתן מענה מהיר במצבים רפואיים דחופים, לצד שימוש באמצעים מתקדמים להפגת כאב וחרדה, גם בשעות שהמרפאות סגורות וכל זה בתוך הקהילה.



ד"ר איילת שלז

ד"ר אהוד חזנבלום, מנהל מיון ילדים במרכז רפואי מאיר מקבוצת כללית, ד"ר איילת שלז, רופאה בכירה במיון ילדים והמנהלת הרפואית של 'מאיר קידס' ואלה אילון וייס, האחות האחראית של 'מאיר קידס' התפענו לשיחה קצרה וחשובה לספר לנו על פעילות 'מאיר קידס' וה"אני מאמין" שלהם בנושא רפואה דחופה ילדים.

"מאיר קידס" פתח שערו בתחילת ספטמבר ומאז נותן מענה ומטפל במגוון בעיות רפואיות של ילדי השרון בקהילה. אנחנו אומנם חדשים יחסית בהרצליה אבל כבר מרגישים כי רבים ממטופלי כללית יודעים לפנות אלנו בשעת הצורך"

מיהם הצוותים הרפואיים שעובדים במוקד?

'מאיר קידס' מאויש על ידי רופאים מומחים ברפואה דחופה ילדים וצוות האחיות הבכיר של מיון ילדים מאיר. לכל אחד ואחת מהם ניסיון רב ברפואה דחופה. לבוא לשם זה לדעת שהמומחים של מאיר יקבלו את הילד או הילדה שלך ויתנו את המענה הטוב ביותר. זה שירות רפואה דחופה אמיתי ולא מרפאת ילדים או מוקד רגיל.

האם אתם מעניקים טיפול רק במקרים דחופים בזמן שהמרפאות סגורות?

הרעיון המרכזי של 'מאיר קידס' הוא להגיש

שירותים של רפואה דחופה בקהילה. בזמן הפעילות שלנו אנו מקבלים ילדים עם מגוון בעיות - מחלות חום, חבלות, חתכים וכיוצא ב. השיחות מיועד לתת מענה למקרי חירום דחופים. חלק מהילדים פונים באופן עצמאי וחלקם מופנים ע"י רופא הילדים המטפל - אשר במקום לשלוח למיון בחר ב'מאיר קידס' וכולם מרצים. מכיוון שמדובר במוקד חירום אין צורך לתאם תור ונקבל את כל ילדי האזור חברי כללית.

עבור ילדים המטופלים ב'מאיר קידס' ומזקקים לאשפוז או המשך טיפול מורכב במיון - נעשה תיאום מול 'החברים שלנו' - הצוות במיון ילדים להעברתם לבית החולים במהרה.



ד"ר אהוד חזנבלום

צילומים: דוברות מרכז רפואי מאיר מקבוצת כללית



האחות אלה אילון וייס

מהם הטיפים שלכם בנוגע לשמירה על הבריאות הילדים?

- 1 לא לוותר בשום אופן על מיון: הילד או הילדה רוכבים? אל תוותרו על קסדה מתאימה ואמצעי מיון מתאימים לכל כלי.
- 2 מה שמסוכן סגור: אחסנו חרפות במקום סגור ושאינו נגיש לילדים. הרחיקו חומרי מיקרו ושחרו עליהם סגרים. אנחנו רואים הרבה מקרים של פגיעות ממסירי שומנים בעור ובעיניים ופגיעות לאחר התעסקות עם טבליות למרחיב ולכביסה.
- 3 מגנטיים וסוללות: בליעה של עצמים אלה מסכנת לילדים ועלולה להוביל לפגיעה קשה במערכת העיכול ולסכנת חיים מיידית - הקפידו לאחסן אותם הרחק מהישג ידם של ילדים.

- 4 להיזהר כמו מאש: חב הכוונות בילדים הן פגיעות מנוולים חמיי. הקפידו להניח כוס שמכילה משקה חם הרחק מהישג ידם. במידה ונכחו - הסירו בנדיים ושטפו את אזור הכוונה תחת הברז עם מים פושרים ופנו לקבלת עזרה.

זכרו אנחנו פה בשבילכם ב'מאיר קידס' של כללית בהרצליה, ברחוב רמב"ם 1, בימים א' - ה' וביום שבת, בין השעות 16:00-22:30 למקרים דחופים וללא צורך בתאום תור (הביקור בעלות ביקור מר"מ).

אנו ערוכים לטפל במגוון חבלות ומקרי טראומה: ביצוע תפיחות והדבקות של חתכים, אבחון וטיפול בשברים (הנחת סדים), הוצאה של גופים זרים ופתחה של מורטות.

"מאיר קידס" מאויש על ידי רופאים מומחים ברפואה דחופה ילדים וצוות האחיות הבכיר של מיון ילדים מאיר לכל אחד ואחת מהם ניסיון רב ברפואה דחופה. לבוא לשם זה לדעת שהמומחים של מאיר יקבלו את הילד או הילדה שלך ויתנו את המענה הטוב ביותר"

לאילו מצבים רפואיים אתם ערוכים לתת מענה?

אנחנו מספקים קשת רחבה של טיפולים במקרים רפואיים דחופים, נטו קוצר נשימה וחום - מתן אינזליציות, תרופות דרך הווריד ועירויים, לקיחת בדיקות מעבדה (עם תשובות מהירות) כמו כן,



צילום: אילוסטרציה: Shutterstock

ליווי משפחות לאחר אובדן ושכול תכנית ייחודית של מרכז רפואי מאיר ועמותת 'בנתיבי אודי'

במסגרת הליווי בני המשפחה יכולים להתייעץ בשאלות חשובות כגון איך לעדכן בני משפחה, כולל ילדים ונכדים, איך להתמודד עם העצב, המתח והכאב וכיצד נכון להתחיל לחזור לשגרה

מאז ה-7 באוקטובר מדינת ישראל שינתה את פניה. הכאב והאובדן הפכו להיות נוכחים בחיים של כולנו. אובדן של אדם קרוב הוא מהחוויות הקשות שגורם עובר במהלך חייו, וגורם לשיעור רגשות חוסר ודאות ובלבול ומציף שאלות כמו: מה עושים עכשיו? איך מתמודדים? איך ממשיכים הלאה? פעמים רבות הוא גם מלווה בקושי בחזרה לשגרה, חוסר יכולת לחזור לתפקד, בעיות שינה דכאון ובידודות. חלק מהאנשים אף ימצאו עצמם ב"אבל מורכב" המתבטא בחוסר יכולת לקבל את האובדן, שימוש מוזר באלכוהול ותרופות, יציאה ממגלי העבודה וכן נטייה לפתח מחלות ובעיות בריאותיות: סרטן, חוסר תפקוד אימונולוגי, יתר לחץ דם ואירועים לבביים. מחקרים בארץ ובעולם מצאו כי מתן תמיכה וליווי על ידי צוות שהוכשר בתחום האובדן והשכול יכול לסייע רבות בעיבוד חווית האבל ובהתמודדות עימו ואף לנטוע בהתדרדות למצב של אבל מורכב. "במערך השירות אנו עוסקים כל הזמן בחשיבה כיצד לשפר את חווית המטופל ובני משפחתו" מספרת **ליאת ליפסקי-פוזיצקי, מנהלת מערך השירות וחיונית המטופל במרכז רפואי מאיר מקבוצת כללית** ומי שבנתה מודל ייחודי לליווי משפחות לאחר הפטירה מתוך כוונתה "בית יחד עם עמותת 'בנתיבי אודי'". "במסגרת זו קיימנו גם



ליאת ליפסקי-פוזיצקי. צילום: פריטי

קבוצה גדולה של אנשים שראו את הערך הרב ואת החשיבות שיש בתהליך מסוג זה ורצו לקחת בו חלק לתרום לו מומסים", מוסיפה ליפסקי-פוזיצקי.

כיצד התהליך מתרחש?

"כחלק ממערך השירות בבית החולים יושבת רכות שכול ואובדן (מתכנית ממעמקים) ולאחר שאדם נפטר היא יוצרת עם בן המשפחה או עם המלווה שלו קשר ראשוני ומבררת על פניות רגשיות לשוחח ולעבור תהליך קצר ומיוחד של ליווי רגשי. הליווי והתמיכה הם של מתנדבים שעברו הכשרה ייעודית לטיפול בשכול ואובדן. יש כאלו שרוצים לדבר קרוב למועד הפטירה, אחרים אחרי השבעה ויש הקובעים את התהליך לימים שאחרי השלושים או במהלך שנת האבל הראשונה. ההתאמה המתגוררת והייחודית בין המתנדב המתאים לאדם שאיבד את יקיריו - מולידה ליווי רגשי מעצים לאותם אנשים שלפני רגע חרב עליהם עולמים", מתארת ליפסקי.

מה שאנו חווים כעת הוא לא בהכרח מה שיהיה בהמשך

דנה דרבינסקי, אמא לשתי בנות איבדה את אביה כשהיה בן 81 לאחר שבץ מוחי שהותיר אותו במצב סיעודי מורכב במשך כשש שנים, בהם שהה בביתו בליווי מטפל. "כשהתקשח אליי מבית החולים ארבעה חודשים לאחר פטירתו הייתי מופתעת ממש. אפילו כתבתי על זה פוסט בפייסבוק", היא מספרת. "שאלתי אותם אם נשאר חשובן פתוח או אם במקרה הם רוצים

"אנו רואים חשיבות בשימור רצף בית חולים - קהילה - ומצאנו שכאשר אדם שחווה אובדן,

מקבל טלפון מאיש מקצוע מבית החולים בו נפטר האדם היקר לו, ולא ממקור שאינם מוכר לו, הוא מגלה יותר אמון מכיוון שהוא מכיר את פרטי המוסד ממנו פונים אליי והפנייה הזו מאפשרת סוג של סגירת מעגל עבור המשפחות"

ליאת ליפסקי-פוזיצקי

להודיע שקרתה טעות והוא בעצם חי", היא מספרת בחיוך, אותו חיוך שירשה מאביה לדבריה. "זוהי הם סיפור לי שהם עממות" "מעמקים" ומציעים לי ליווי פסיכותרפיוטי לעבד את חווית האובדן ולסייע לי בהתמודדות. הייתי בהלם. אבא שלי נפטר בגיל 80 אחרי שבץ - אני אמורה לקבל את זה כחלק כעובדת חיים. אבל הם מצדדים התעקשו - כל אובדן הוא קשה, שכול צבאי ושכול אזרחי - וחייבנו פרק זמן ליצור עמכם קשר, כך הם אמרו. וככה התחיל פרק של שלוש שיחות מהמשמעותיות והעמוקות שהיו לי עם איריס גבעון. מטפלת מוכשרת, מדויקת, חמה, ידענית ורחמנית שהיתה פשוט מצוינת ועזרה לי ולנו - ולרגע לא היינו שם לבד. זה דבר מדהים",

מספרת דנה בהתרגשות. בת שבע פירוק, עובדת סוציאלית המתנדבת בתכנית 'מעמקים' הגיעה לטיפול בתחום השכול והאובדן לאחר שאיבדה את חברה שהיתה חולה בסרטן במשך שנים רבות. "אחד הדברים המשמעותיים ביותר הוכיחו לי היה שמתוך רצון לחזק ולעודד את חברתי, אמרתי לה שאני רואה אותה חקדת בחנותות בתי שחוכנה, לימים הבנתי שהרצון שלה היה בעיקר לשתף בפרד ובחשש לקראת המוות. פעמים רבות ההעדפה הטבעית שלנו היא לעודד ולטעת אופטימיות ותקווה אך לעיתים מה שאנשים זקוקים לו יותר מכל הוא שנהיה לצידם בחששות ובפחדים המציפים אותם. מאז הבטחתי לעצמי ללווה אנשים הנמצאים בהתמודדות המורכבות והכל כך לא פשוטות הללו, להיות שם עבורם ולא לתת להם להיות לבד".

איריס גבעון, פסיכותרפיוטית המתנדבת בתכנית 'מעמקים': "לצערנו עכשיו אנו מתמודדים עם אבל לאומי שאין כמעט אדם שזה לא נוגע בו. בימים כאלה ישנה חשיבות למתן לטיפול רגשות שעולים נוכח האובדן, בין אם הם של כעס, תסכול או עצב. לעיתים אנו משוחחים על הנפטר, מי היה, מה שאיר אחריו. על האפשרות לחיות עם האובדן, לאפשר את התנועה בין העצב הגדול לאפשרות של שמחות קטנות כמו לצאת מהבית ולפגוש חברים. אחת המעצות הנכונות ביותר בימים כאלה הוא לזכור שמה שאנו חווים כעת הוא לא בהכרח מה שיהיה בהמשך". ■



לצערנו עכשיו אנו מתמודדים עם אבל לאומי שאין כמעט אדם שזה לא נוגע בו. בימים כאלה ישנה חשיבות למתן לטיפול רגשות שעולים נוכח האובדן, בין אם הם של כעס, תסכול או עצב. לעיתים אנו משוחחים על הנפטר, מי היה, מה שאיר אחריו" איריס גבעון

צילום: אילוסטרציה: Shutterstock

מרכז רפואי מאיר מציג פתרון נגיש לשגרה ולחירום: סדנה לשיקום ריאות מרחוק



צילום: פורום רפואי מאיר, מתקופת נגיף

שיקום ריאות אן ליין

אשפוזים חוזרים וסיכון לתמותה. בימים אלו של מלחמה והפחד לצאת מהבית ישנן קשיים משמעותיים בהגעה פיזית למסגרות טיפוליות על אחת כמה וכמה כשמדובר באוכלוסייה עם מחלות רקע.

היכולת לבצע שיקום ריאות מרחוק מהווה פתרון מצוי לאתגרים אלו - שילוב של טכנולוגיות מתקדמות המאפשרות להנגיש את השיחות למטופלים שמתקשים להגיע.

מה התוכנית כוללת?

בתכנית שיקום ריאות מרחוק המטופלים מגיעים ככל המתאפשר למפגש ראשון בבית החולים לצורך ביצוע הערכה ראשונית הכוללת שאלון פרטים אישיים ומבדקים גופניים. בנוסף, הם

מתקבלים ציוד אימונים (גמימות, כדורים, משקולות חופשיות) וששון חכם שאוסף נתונים על מספר צעדים יומי למדריך ישי גישה לתזונה דרך מערכת שמאפשרת מעקב, שליחת הודעות, סרטונים והדרכה המותאמים אישית למטופל.

האימונים הנופיים מתקיימים באמצעות מערכת המחברת לטלוויזיה של המטופל ומאפשרת לבצע אימון בשידור חי כאשר המטופל רואה את המדריך והמדריך צופה במטופל במהלך כל זמן התרגול. המערכת מאפשרת גם גישה לחכמים מנוגנים בהתאם לתחומי העניין של המטופל. הסדנה נערכת במתכונת קבוצתית, וזו מפחיתה בתחושת הבדידות, וקבוצת שהתקיים ממשכונות לשמור על קשר באמצעות ווטסאפ וקשרים אישיים שברקע.

הוד בן חורין, ראיות: "האפשרות להנגיש את תכנית שיקום הריאות למטופלים הדוקים לה ומתקשים כיום לצאת מביתם מהווה כלי חשוב לבריאותם. לתכנית יתרונות משמעותיים בימי שגרה וחירום - המטופל עושה פעילות גופנית בביתו, אינו מפסיק שעות עבודה, וחוסך בנסיעות ובחניה"

קוצר נשימה והגבלה בתפקוד הם תסמינים שכיחים במטופלים עם מחלות ריאה כרוניות. אחד הטיפולים לשיפור תסמינים אלו הוא סדנת שיקום ריאות, סדנה וב תחומית המתאמת אישית למטופל וכוללת אימון גופני, תרגילי נשימה ומתן כלים לאורח חיים בריא. הסדנה מורכבת מ-24 מפגשים קבוצתיים (שני מפגשים בשבוע במשך 12 שבועות), ומעורבת על ידי פזיותרפיסט מוסמך.

מה סדנת שיקום ריאות מרחוק?

שיקום ריאות מומלץ על ידי רופאי ריאות בארץ ובעולם והוכח כיעיל בהפחתת קוצר נשימה, שיפור היכולת הובנית, שיפור איכות החיים והפחתת דיכאון וחרדה במטופלים עם מחלות ריאה כרוניות. השתתפות בשיקום ריאות איך עשויה להפחית

איתך מהרגע הראשון:

מיילדות מרכז רפואי מאיר מלוות נשים מהחודש הראשון להיריון ועד לרגע המרגש בלידה

בשיתוף מרכז רפואי מאיר מקבוצת כללית ומחודש שרון שומרון בכללית



"חילדת מחורש ראשון - אינוי הריון של חילדות מרכז רפואי מאיר"

המפגש בין היולדת למיילדת מתקיים פנים מול פנים או באופן מקוון וזאת בהתאם לבחירה של האישה ההרה. השירות שניתן על ידי המיילדת כולל את כל ההיבטים הקליניים ומספק מעטפת אישית ורגשית ליולדת. במהלך המפגשים המיילדת תבנה יחד עם היולדת "תכנית לידה" והן גם יעזבו יחד על בסיס תכנית הטיפול ועל כל שלבי ההיריון. הליוו הקרוב מגיע מענה הוליסטי, מקצועי ורגשי כאחד, מהשילובים המוקדמים של ההיריון ועד לאחר הלידה ומעניק ליולדת מפגש תחושי בן שעה שמאוד משמעותי בעבור האישה. העובדה כי מדובר במיילדות ותקוט ומנסות ממרכז רפואי מאיר להן ניסיון רב גם בלייו הריון, בלידה ולאחריה - הוא יתרון עצום. המיילדות פועלת בשיתוף פעולה עם אחיות הקהילה ומרכזי בריאות האישה וטיפות חלב ומעניקות יחד מעטפת הוליסטית לנשים.

המיילדת אורנה שוימר בחד עם שיל-ובתה במרפאת אלון השרון של כללית בנתניה

במאיר זכיתי לחווית לידה ראשונה מיוחדת מאין כמוה, משתפת שי לי מנתניה שלוחתה על ידי אורנה במרפאת אלון השרון של מחוז שרון שומרון בכללית בנתניה וחובקת בימים אלו את בתה שטלדה במרכז רפואי מאיר לפני כחודש. "השיחות הזה הוא סיפור הצלחה של מיילדות מרכז רפואי מאיר, כללית וארגון המיילדות והוא למעשה מייצר עטיפה מיילדותית החל מהרגע הראשון. הוא תורם באופן משמעותי לכל השתפים שלו ויותר מכל ליולדת.

אותה מיילדת מלווה את האישה לאורך כל ההיריון ויש סיכוי טוב שהיא תהיה איתה גם ברגע האמת - בלידה עצמה. הוא מעניק ליולדת שזקוקות לכך מענה נשי בזמן אמת ותחושת ביטחון לאורך ההיריון. גם אחרי הלידה אנושות נפגשות, משוחחות על חווית הלידה וההתמודדות עם החוהות הראשונית וההנקה ובמידת הצורך גם יודעת להפנות לאנשי מקצוע נוספים בעבורי כמיילדת ובמיוחד בימים אלו, לפגוש את התנסות החדשים והמהממים הגלג שלישיית מהרגע שהיו פס במקלון", מחייכת שוימר, "וזו תחושה מספקת מאין כמוה שמרחיבה את הלב כל פעם מחדש". במרפאות אלו של כללית לצד שוימר מלוות את הנשים המיילדות עינת ארליך, סמדר שמולביץ ורגנה בוכניק הימנ ממרכז רפואי

מאיר המספרות גם הן סיפורים דומים ומרגשים על לייו נשים בהריון.

השיחות ניתן בארבע מרפאות באזור נתניה: מרפאת אמיר בצורן, מרפאת אלון בקריית השרון ובמרכז בריאות האישה של כללית רמת שבנתניה, שרונים ומשמר השרון.

את שיל-פגשתי בשבוע 8, במסגרת פרויקט "מיילדת מחודש ראשון" של כללית. לידה תמיד הייתה ותהיה הרגע הכי עוצמתי וזהי שקיים. אבל הדרך לא פחות מרגשת ובעבורי זהו זכות לקחת חלק גם בה", משתפת אורנה שוימר, מיילדת במרכז רפואי מאיר ומרכזת השיחות "מיילדת מחודש ראשון" במרכז הרפואי הפועל בשיתוף מרפאות כללית בנתניה של מחוז שרון שומרון בכללית.

מזל ליו הריון על ידי מיילדת קיים במדינת מסופת בעולם (אנגליה, פינלנד ועוד) והוכח במחקרים ככזה שתורם להצלחה לכל הצדדים המעורבים בו עם יותר מוכנות ללידה, שבעות רצון וחווית לידה מספקת ומעצימה ליולדת.

"בעברו כמיילדת ותוקה, להעניק לאשה בהריון את הכלים הטובים ביותר שיכולו לסייע לה בלידה, ללוות אותה עם כל שאלה כששתיים ורעות שהיא מקבלת את המענה המקצועי ביותר, לצד הידיעה שבימי מאור כי נפישפ כאן אצלנו במאיר באחד מרגעי הלידה או לאחריה - זה מעמד מהגבול שאין ממתו. שיל-לי היא מסוג ההריוניות שכל מיילדת חולמת ללוות. רצינית, תותנת אמון, מוכנה עם שאלות מעולות, בין לבין מעדכנת על בדיקות, מתייעצת ומשתפת לאורך הדרך בכל מה שחשוב שיל-לי בהיה לעשות את ההבנה ללידה ואת ההבנה להנקה אצלי דרך השיחות ולאורך הדרך תפכנו למעין משפחה. הריון מטבעו מעלה שאלות וחששות רבות לאורך הדרך והיכולת להעניק את החוזהקת הללג לתהלך זה נפלא", מוסיפה שוימר.

היכתי לליוו של אורנה המדרימה. בעבורי שזה היה לי הריון לידה ראשונה המצפים הרבה דאגות ורצון לאותן קשבות ומענה מקצועי - הקשר עם אורנה הפך את החוויה להרבה יותר רגועה. כפיית ולימד אותי שאפשר בהחלט ליהנות גם מהדרך; הגעתי ללידה אחרי שהייתי בקשר רציף עם אורנה שעתה על לי כל שאלה, עברתי שני קורסים בהם קיבלתי כלים חשובים ואפילו זכיתי שבמרבית הלידה היא היתה שם לצד. איתה ועם כל הצוות



צילום אילוסטראציה: Shutterstock

שקט מתרכזים

הפרעת קשב וריכוז אינה בעיה של ילדים בלבד. אבחון ההפרעה בקרב מבוגרים חיוני וחשוב לאיכות חייהם. במרכז רפואי מאיר פנתחה לאחרונה מרפאת הפרעת קשב, ריכוז ופעלתנות יתר המעניקה אבחון וטיפול מיטבי למטופלים החל מגיל 18



מאת: ד"ר אמלי אלפנט
נירולוגית, מנהלת
המרפאה לאבחון וטיפול
במרכז רפואי מאיר
מקצועת כללת

הפרעת קשב, ריכוז ופעלתנות יתר היא הפרעה נורו-תפתחותית שכחה ביותר, הבאה לידי ביטוי לראשונה בילדות ומלווה את האדם במהלך חייו. הבעיה העיקרית, העומדת בראשה של הפרעה זו, היא חוסר היכולת להישאר ממוקדים ולהקפוא את תשומת הלב הדרושה לביצוע משימות. הפרעה זאת עלולה להתבטא גם כקושי בוויסות ההתנהגות עם תגובות אימפולסיביות ופעלתנות יתר. ההפרעה מתפתחת ומשתנה לאורך השנים. ניתן לחלק את תסמיני ההפרעה לשתי קבוצות עיקריות, בצד האחד הפרעת קשב וריכוז, ומנגד

היפראקטיביות אימפולסיביות. כל קבוצה יכולה להופיע בפני עצמה, או בשילוב. בשנים האחרונות ישנה עליה משמעותית בשכיחות אבחון של הפרעות קשב וריכוז, וקו יתכן שיש גם אבחון יתר. אבל חשוב לציין, מדובר בהפרעה שקיימת שנים רבות, ולמעשה חועדה לראשונה כבר במסגרת "שכיחות" עולה היא תוצאה של העולם המתפתח, שעל שבו הצלחה מתורגמת לעמידה בדרישות אקדמיות מהמגלה הראשונה ובעבודה משדית ממושכת מול מסכי מחשב. תלמידים וסטודנטים היום נכנסים למערכת היסודית מקשה יותר, צופה ותחרותית יותר. השלם המודרני הוא שמצריך יכולת או מיומנות של קשב וריכוז לאורך זמן, ולא כך היה הדבר בשנים עברו. אם נסתכל סביבנו נראה כמה קצב החיים השתנה בשני העשורים האחרונים. נדיע זורם בכמות רבה ובמהירות בקשה לתשום, דרך אמצעי תקשורת מרובים. ככל שהמידע זורם במהירות כך גם הביקשה שהחלטות ופעולות יעשו

במהרה. לאדם עם הפרעת קשב וריכוז יש קושי רב להתמודד עם הצפת המידע והדרישות המחכות ועל כן "עלונה" השכיחות והמודעות לבעיה. **האם מדובר בהפרעה גנטית?** הפרעת קשב ופעלתנות יתר הינה בעלת מרכיב גנטי משמעותי, ולמעשה נמצאו עשרות גנים הקשורים לביטויים שונים של ADHD. להפרעה אספקט תורשתי העומד על כ-75% כלומר אם לאחד מילדי המשפחה יש הפרעת קשב וריכוז, הסיכוי סטטיסטי שלגן משפחה מסוי (מדרגה ראשונה) תהיה הפרעת קשב וריכוז עומד על פי 4 בהשוואה למשפחה בה אין ילד המאבחן עם הפרעת קשב וריכוז. במספר למרכיב הגנטי, ישנם גם גורמים סביבתיים בעלי השפעה בהתפתחות ההפרעה, לדוגמה, לאימהות שעיסו במהלך הריון של ילד עם הפרעת קשב וריכוז, תשום, הפרעת קשב וריכוז, בנוסף ישנם מחקרים המראים את הקשר בין משקל לידה נמוך, צריכת אלכוהול

במהלך ההריון וחבלות ראש בילדות והתפתחותה של הפרעת קשב וריכוז. קיימת הפיכה שהפרעות קשב וריכוז הינן מנת חלקם של בני/גברים, כאשר מבחינה סטטיסטית פי 4-5 יותר בינים בגיל בית ספר, מאובחנים עם הפרעת קשב וריכוז. לא בכדי, מבחינה אוטוטיבית, כשחושבים על הפרעת קשב וריכוז תמיד מדמיינים ילד שצועק, קופץ על הספה וצונע את הקיר עם מרים. אבל האמת היא שהיקף התופעה נראה אינו שונה במספרות בין המינים פשוט צורת הביטוי שלה שונה. בנות טעות להיות יתר שקטות, מוכסות בדך עצמן, ולמעשה "הולכות" לאיבוד במסגרת הבית ספרית כי אינן מפריעות למהלך השיעור. בשל כך יש עיסוב של שנים באבחון של הפרעת קשב וריכוז ובנות לרוב מאובחנות רק בבגרותן.

התנהגויות מפצות

אנשים הסובלים מהפרעות קשב וריכוז נוטים לפתח מנגנון פיצוי טבעיים העוזרים להם להתמודד עם ההפרעה. הם נוטים להקפיד באדיקות על סביבת עבודה שקטה ומסודרת, לוח זמנים מקשה ושמידה על שבת. יום קבוע. אם כי ההקפדה היתרה הזו עלולה להביא להתפתחות חרדה של ממש.

כמו כן, אנשים הסובלים מהפרעת קשב וריכוז נוטים בספורט באופן חסיני, שכן ספורט מעלה באופן טבעי את רמות הדופאמין במוח, ובכך משפר את יכולת הריכוז, הביטחון העצמי ומפחית חרדה וסטרט. אנשים עם הפרעות קשב וריכוז נחשבים מאוד יצירתיים, על כן פונים לאפיקים תעסוקתיים הנותנים ביטוי לתכונות אלה. ניתן למצוא הרבה סופרים, ציירים ואומנים המאובחנים עם הפרעת קשב וריכוז. הטיפול, שמטרתו לוטט את הפרעת הקשב והריכוז, נחלק לטיפול תרופתי, התנהגותי ורגשי.

הטיפול התרופתי, על פי מחקרים רבים, מוכח כיעיל בהפחתת תסמיני הליבה של ההפרעה ב-80% מהמקרים. יחד עם זאת כדאי להדגיש בקרב רוב המבוגרים הסובלים מהפרעת קשב וריכוז, יש קושי ניכר בתפקודם היומיומי, ועל כן מומלץ לשלב טיפול תרופתי עם טיפול התנהגותי. הטיפול התרופתי נחלק לשתי קבוצות עיקריות: ממריצים (סטימולנטים) וללא ממריצים, הכוללים לרוב סוגים שונים של נוגדי דואן. יש להתאים את סוג התרופה והמינון בקפידה לטיפול על מנת להשיג יעילות מקסימלית.

היתרונות העיקריים של התרופות הממריצות הם היעילות הגבוהה והמהירה, מנגד תרופות אלה קשורות בריבוי תופעות לוואי כגון: יובש בפה, הפרשת שינה, חוסר מנוחה, ירידה בתאבון וכאבי ראש. על אף האנרגי, ליעיל, התרופות הממריצות הן לרוב נסבלות באם נלקחות על פי ההנחיות הרפואיות. כמו כן, ניתן להקל על מרבית תופעות הלוואי על ידי שינוי מינון, שינוי זמן נטילת התרופה, או החלפתן. החלפת סוג התרופה במקרים של תופעות לוואי ממושכות או מיותרות.

כיצד מאבחנים?

העלייה במודעות לקיומן של הפרעות קשב וריכוז ומשמעותן, ונשים האוחזות בתלמידים רבים מהזנים כבר במסגרת החינוכית השואת ונעלמות הלחץ אבחוני. במקביל אבחון הילדים, הורים נוטים לראשונה את מאפייני ההפרעה גם בעצמם ופונים לאבחון וטיפול.



צילום אילוסטראציה: Shutterstock

סימני האכזרה שכדאי להכיר ויכולים אכזר אתנו אזהרות שקיימת בסיה

- **האם את/ה נוטה לטעות או לפספס בפעולות פשוטות יומיומיות, כמו: קניות בסופר, איסוף ילדים מהגן/חוגים או שלום חשבונות?**
- **האם את/ה נוטה לדחות השלמת משימות עד מעבר למסגרת הזמן שהוקצבה?**
- **האם את/ה נחשבת כ"מאבדת/סדרתית" נוטה לאבד רגוק, פלאפון, כרטיסי אשראי, מפתחות?**
- **האם את/ה נמצאת בחיפוש מתמיד**

הפרעת קשב וריכוז מתבטאת במכלול תסמינים מקבוצות שונות ואף בשילוב ביניהם. לדוגמא:

אחר רגושים? מתקשה להמחיד במסגרות תסמינים מקבוצות שונות ואף בשילוב ביניהם. לזוגמא:

- **חשוב לציין כי לעיתים סלול עלולים להיות חולמיים, דחיינים אפילו אימפולסיביים. אן זה אומר שלסלול יש הפרעת קשב וריכוז. מכלול התסמינים נחשב כ"בעיה" של ממש רק אם הוא משפיע באופן ניכר על תחומי חיים שונים. אם למשל לסטודנט יש קושי להתרכז בלימודים אך בכל אספקט אחר בחייו הוא מסתדר- מנהל מערכת יחסים יציבה מזה שנים, בעל חיי חברה פוריים, עושה חיל בעבודה קבועה וכו' הוא למעשה לא יאבחן עם הפרעת קשב וריכוז.**

לסובת אובסלטיזן, של בל 18 ומעלה, נפתחה מראה בניהול לאבחון וטיפול בהפרעות קשב וריכוז במרכז רפואי מאיר. כנירולוגית מומחית, העובדת במסגרת המחלקה הנירולוגית מזה שנים, נתקלתי במבוגרים מתוסבלים מאוה, הסובחים איתם תחושות של כשלון, בטחון עצמי ירוד וכן נדקים רגשיים מצטברים שלא אובחנו בצעירותם. לאחר שהעמקתי וחקרתי את התחום, הבנתי שדיהיו נכון של ההפרעה וטיפול בה יכול לשנות את חייהם מקצה לקצה, ולמעשה אף בל אינו מאוחר חשב לציין, לא קיימת בדיקה אחת המאבחנת הפרעת קשב וריכוז באופן חד משמעי ולא ניתן להוכיח את קיומה באופן אובייקטיבי על ידיקת הדמיה או בדיקת מעבדה. ההלחך האבחוני, במסגרת המרפאה, מתבסס על אמות מידה של משרד הבריאות ובמהלכו ראיין בן שעה עד שעה וחצי הכולל הערכה קלינית מקיפה. ההערכה הקלינית כוללת, בין היתר, מעבר אחר הקריטריונים

סרטן המעי הגס בצעירים: עלייה חדה במספר המאובחנים בשנים האחרונות



צילום אילוסטורציה: Shutterstock

כיום, אחד מכל חמישה מטופלים עם סרטן המעי הגס הוא מתחת לגיל 50, חלקם אפילו בשנות ה-30 לחייהם, רבים מהם מגיעים לאבחון בשלב מתקדם של מחלת הסרטן



ד"ר רון המעי, מנהל שירותי קולורקטאלית ופרוקטולוגיה, כירורגית ב, מרכז רפואי מאיר

סרטן המעי הגס והרקטום הינו סיבת המוות השנייה בשכיחותה מסרטן בעולם המערבי. בישראל כל שנה מאובחנים כ-3,000 מטופלים חדשים עם מחלה זו, ורובם עם סרטן המעי הגס ורובם עם סרטן הרקטום. גיל האבחנה הממוצע הינו 69 שנים.

כשליש מהחולים נפטרים מסיבוכי המחלה כל שנה, אך זהו שיפור ניכר ביחס לעבר הנובע בעיקר מזיהוי מוקדם של המחלה על ידי בדיקות סקר, כגון קולונוסקופיה או דם סמוי בצואה, וטיפול כירורגי וטיפול משלים מתקדם.

בשני העשורים האחרונים נצפתה ירידה משמעותית בגיל האבחנה של מטופלים. כאשר לפני 20 שנה אחד מכל עשרה מטופלים אובחן בגיל מתחת ל-50. אולם כיום, אחד מכל חמישה מטופלים (20%) יאובחן עם המחלה לפני הגיעו לגיל 50, לפעמים אפילו בגיל 30-40. ישנה עליה שנתית

של 3%-2% כל שנה בכמות הצעירים המאובחנים עם סרטן המעי הגס. בחצי השנה האחרונה ניתוחים במחלקתנו יותר מ-10 מטופלים מתחת לגיל 50, הצעירה ביניהם הייתה בת 32.

אצל צעירים - לרוב מאובחן בשלבים מתקדמים

בגיל המבוגר, ברוב המקרים, האבחנה נעשית על ידי בדיקת סקר כגון קולונוסקופיה, כאשר למטופל אין אף תלונה קלינית, ולכן ניתן לאבחן את הסרטן בשלבים מוקדמים ללא הרחפת, מצב המאפשר ההלמה מלאה מהמחלה לאחר ניתוח. לעומת זאת, תמונה שכזו אצל הצעירים מתחת לגיל 50

אצל מטופלים צעירים ניתן לפעמים לזהות מצב של אבחנה מאוחרת, כאשר בראיה לאחור ניתן לשמוע סיפור שהמטופל מסתובב עם יציאות דמויות מזדה תקופה ויחס את זה לטחורים אז לא פנה לביור

החוקרים מייחסים שינוי זה לעליה בשכיחות השמנת היתר בקרב האוכלוסייה הצעירה, ירידה באיכות המזון הנוצר עם דגש על מזון מעובד, רווי שומן מן החי ופחמימות פשוטות, ירידה בצריכת ירקות ופירות וירידה בפעילות הגופנית. מעניין לציין שהירידה בגיל האבחנה נפוצה ואחידה בישראל, אירופה ואמריקה הצפונית. ישנם חוקרים המייחסים את השינוי לחשיפה לגורמים קרצינוגניים (מסרטנים) שונים כגון זיהום אוויר, זיהום מים וחשיפה לירחים או חיידקים עם שינויים במיקרוביום של המעי הגס, אך חשוב לציין שהמידע ראשוני ואינו שלם.

סרטן המעי הגס והרקטום הינו סרטן המתקדם לאט יחסית, ולרוב לוקח שנים עד שניתן להבחין בו. במרבית המקרים, אין תלונות (סימפטומים) והמטופל לא מרגיש שום דבר ויצא דופן. במקרים שבהם ישנן תלונות הן לרוב מתבטאות כתלונות של דמם ביציאות, כאבי בטן מתמשכים, ירידה במשקל, או שינויים ביציאות, בחסיפות, בקוצר נשימה או בתחושה של חוסר התרוקנות לאחר שיבה בשירותים.

אצל מטופלים צעירים ניתן לפעמים לזהות מצב של אבחנה מאוחרת, כאשר בראיה לאחור ניתן לשמוע סיפור שהמטופל מסתובב עם יציאות דמויות מזדה תקופה ויחס את זה לטחורים ולכן לא פנה לביור. חשוב לציין שרוב המקרים של יציאה דמית הינם רגועים ולא מסוכנים, אך במקרה של תלונה מתמשכת ולא חולפת מומלץ לא להזניח ולפנות לכירורג לבדיקה.

מה לעשות?

בעת האבחנה של גידול סרטני בקולונוסקופיה ישנן מספר בדיקות נוספות שיש לבצע כדי להבין את היקף המחלה ואופי המחלה, כגון בדיקת CT חזה, בטן ואגן, פתולוגיה וגנטיקה של הגידול, בדיקות דם לסמנים של ממאית, ולפעמים גם MRI או PET CT. כיום בשל מורכבות הביור והטיפול מומלץ שלכל

כשליש מהחולים נפטרים מסיבוכי המחלה כל שנה, אך זהו שיפור ניכר ביחס לעבר הנובע בעיקר מזיהוי מוקדם של המחלה על ידי בדיקות סקר, כגון קולונוסקופיה או דם סמוי בצואה, וטיפול כירורגי וטיפול משלים מתקדם

מטופל יהיה רופא מוביל של הטיפול (CASE MANAGER) ובארץ נהוג שזהו כירורג מומחה בניתוחי המעי הגס והרקטום אשר מוביל את הצוות הכולל את הגסטרואנטרולוג, האונקולוג והרדיולוג ושאר הצוות המלווה. לאחר השלמת הביור הצוות מתווה תוכנית טיפול אשר עיקרה ניתוח לכריתת הגידול ולפעמים טיפול כימותרפי לפי או גם אחר הניתוח.

כיום, רוב ניתוחי המעי הגס נעשים בצורה זעיר פולשנית (Minimally Invasive surgery - MIS) דרך מספר חורים זעירים בדופן הבטן, אם זאת בשיטה לפרוסקופית או רובוטית בעזרת רובוט Da Vinci כפי שאנו מבצעים במרכז רפואי מאיר. העיקרון המנחה בניתוח הינו כריתת הגידול וסביבתו, בלוטות הלימפה

המנקזות אותו ועוד רקמה בריאה מסביב כדי להשיג שוליים נקיים ממחלה. לאחר מכן יש צורך לחבר את קצוות המעי יחדיו או פתרון אחר. ברוב המקרים, לאחר הניתוח המטופל יישאר באשפוז 3-6 ימים עד שיתאושש דיו לאכול בעצמו, יהיה בעל יציאות תקינות וכאבי הבטן יהיו תחת שליטה. ההתאוששות מניתוח כזה יכולה לקחת אף 3 שבועות ויותר אך ברובה מתרחשת בבית המטופל.

"תוכנית המעטפת" - התכנית במרכז רפואי מאיר שעוטפת את המטופלים

אבחנה של סרטן המעי הגס היא תהליך לא פשוט, לא קצר ולעיתים קשה להתמודדות למטופל ולבני משפחתו. מתוך ההבנה שהטיפול לא יכול להתמקד אך ורק בגידול ויש גם מטופל שחייב התייחסות הקמנו במרכז רפואי מאיר את תוכנית "המעטפת" - תוכנית מלווה לטיפול האונקולוגי שמטרתה לתת מענה לצרכים הנוספים של המטופל מעבר לטיפול בסרטן, תוך התמקדות בחוויה הרגשית, הסוציאלית והמשפחתית. ממש בעת האבחנה, בסופה של השיחה שלי עם המטופל על האבחנה והטיפול, אני מציג בפני המטופל את התוכנית והכלים שיש לנו לעזור. אחות כירורגית מומחית מלווה עם "קו טלפון חם" אליו ניתן לפנות עם כל שאלה, ליווי פסיכולוג למטופל ומשפחתו, עובדת סוציאלית, אחות סטומה, וליווי של "מנטור" אישי. מנטור הוא מטופל או מטופלת דומים שעברו את התהליך לפני מספר שנים והחלימו ויודעים מה זה ללכת ב"עלי המטופל", ויכולים לתת מניסיונם וחוויתם כדי לחזק את המטופל והרקטום היא אמנם מחלה קשה, אך איננה גורם פחד והניתוח ושאר הטיפולים במחלה הם מאוד יעילים, ומאפשרים ברוב המקרים לחזור לחיים הקודמים שהיו למטופל לפני האבחנה. ■

צילום אילוסטורציה: Shutterstock



רפואי מאיר



הרפואה, אוניברסיטת תל אביב

הנחיות חדשות: מתי יש לבצע לידת ואקום

ד"ר איתי גל

לידת ואקום טומנת בחובה סיכונים לאם ולעובר. בעת, הנחיות חדשות שהופצו לצוותים הרפואיים קובעות כיצד תנוהל לידת החירום ואיך יתבצע המעקב אחר האם והעובר. את נייר העמדה כתבו מומחים לגינקולוגיה ומיילדות בהסתדרות הרפואית.

בלידת ואקום מרכיבים כיפת גומי על ראשו של התינוק, וזו מחוברת באמצעות צינור למכשיר שאיבה בלחץ. במהלך לידת

הוואקום מושך הגינקולוג את ראשו של התינוק בכוח רב באמצעות לחץ הוואקום השלילי שנוצר בכיפה, עד ליציאת התינוק מתעלת הלידה. זוהי לידה בטוחה יחסית. ועדיין, היא טומנת בחובה לא מעט סיכונים לילוד ולאם.

"אנחנו אף פעם לא בוחרים בלידת ואקום אם יש אופציה ללדת לידה רגילה", מסבירה הפרופ' טל בירון, יו"ר החברה לאם ולעובר ומנהלת האגף לנשים ומיילדות במרכז הרפואי מאיר בכפר סבא, שעמדה בראש צוות המומחים שכתבו את ההנחיות

החדשות. "לידת ואקום מתבצעת כשראשו של התינוק נמוך מדי בתעלת הלידה כדי לבצע ניתוח קיסרי, אך עדיין אינו מתקדם. במצב כזה עלינו לחלץ את התינוק באמצעות הוואקום בתוך דקות ספורות כדי שלא יסבול מנזקים".

בהנחיות החדשות נאמר בין השאר כי לידת ואקום תבוצע רק בבתי חולים, על ידי רופא חדר לידה מוסמך, ובנוכחות אחות מיילדת ורופא ילדים, שתפקידו לבדוק את העובר לאחר צאתו לאוויר העולם. במידה שנמצאה מצוקה כלשהי של התינוק, הוא יובהל להמשך

טיפול בפגייה הסמוכה. הדיווחים על מוות כתוצאה מלידת ואקום הם נדירים: הסיכון עומד על 0.1 עד 3 מקרים לכל אלף לידות ואקום. אולם עדיין, לידה כזו כוללת סיכון לדימום גולגלתי, פציעות בקרקפת, וסיבוכים נדירים לאם, הכוללים חתכים, אי־שליטה על שלפוחית השתן או פי הטבעת.

"המסר המרכזי שלנו הוא לשתף את היולדת בכל שלבי ההחלטה ולשמור על בטיחות התינוק והאם כפי שאנחנו מבצעים תמיד", מסכמת פרופ' בירון.

מבט מקצועי:

שיטות הטיפול החדשניות בחולי COPD

פרופ' דוד שטרית, מנהל מערך הריאות בבית החולים 'מאיר' בכפר סבא, מפרט על שיטות הטיפול החדשניות בחולי מחלת הריאות. COPD השלבים השונים והפתרונות האפשריים ומבקש להעביר מסר חשוב: "אם אתם סובלים מתסמינים פנו לרופא ריאות להתאמת הטיפול"

ומקטינים את תדירות ההתלקחויות. "כיום יש משאפים שהם הטובים ביותר, כי הם מכילים במשאף אחד שלושה מרכיבים. - שני מרכיבים שמרחיבים את דרכי האוויר ותכשיר אחד שהוא אנטי דלקתי ולכן הם מאוד אטרקטיביים כי ככל שהחולה משתמש בפחות משאפים כך התועלת גדולה יותר. בדרגות המתקדמות מאוד יש סוגים נוספים של טיפולים עם חמצן, אינהלציות וכו'."

"הטיפול במשאפים משפר משמעותית את ההתמודדות עם קוצר נשימה ועם השיעול ומפחית התלקחויות וכתוצאה מכך את מספר ה - ביקורים אצל רופאים ובבתי חולים. הם גם משפרים תוחלת חיים."

משפט לסיום לקוראים? "כל מי שמעשן וסובל מתסמינים של שיעול וקוצר נשימה חשוב שיבוא לרופא ריאות להתאמת הטיפול הנדרש."

אוויר וגם סטרואידים שמונעים את הדלקת בדרכי האוויר והם משפרים מאוד את המצב של החולה



בתפקודי הריאות. עליה בתדירות האשפוזים, דבר שמובייל כמובן לשיבוש השגרה היומיומית".

מה היא שיטת האבחון המקובלת? "האבחנה נעשית בצורה פשוטה בבדיקת תפקודי ריאות, שהיא בדיקה פשוטה ולא פולשנית. היא חיונית לאבחנה ולמעקב במטרה למנוע הדרדרות בתפקוד. "חשוב להבין" - מחדד פרופ' שטרית "הריאות זה איבר שלא חשים בו בדרך כלל כאב, לכן החולה לא יהיה מודע לתהליכים שמתרחשים בתוכו ודבר זה מגביר את הסיכון לגידולי ריאה למשל. ההמלצה האמריקאית היא שמי שמעשן שנים רבות יבצע סי טי חזה כל שנה לגילוי מוקדם".

אלו עוד שלבים קיימים בטיפול? "הטיפול ל-COPD כולל כמה רובדים, קודם כל הפסקת עישון. שנית פעילות גופנית - היא מאוד חשובה כמו הליכה, שחייה, רכיבה על אופניים ועוד. בנוסף טיפול במשאפים, המשאפים משלבים גם פתיחת דרכי

מה היא מחלת COPD? פרופ' דוד שטרית, מנהל מערך הריאות במרכז הרפואי 'מאיר' בכפר סבא מקבוצת 'כללית' מסביר: "זו מחלת ריאות חסימתית שנגרמת מעישון, 85% מהחולים הם מעשנים והשאר הם אנשים שסבלו שסבלו מהשפעה סביבתית של העישון כמו סביבה משפחתית או סביבת עבודה. הסיכוי לחלות ב - COPD קשור בכמות השנים שהאדם מעשן. כפי שניתן להבין זו מחלה שכיחה מאוד ובציבור החרדי היא נוכחת יותר בגברים מאשר בנשים והיא באה לידי ביטוי בעיקר בשיעול, קוצר נשימה, ליחה, חשוב לציין כי ככל והמחלה מתקדמת כך הסימפטומים יותר משמעותיים".

מה הם השלבים השונים של המחלה? "החולה יכול לחוות תסמינים כמו שיעול וליחה מוגברים. התסמינים הללו עלולים להוביל למעבר לטיפול במשאפים או לאשפוז. התגברות התסמינים הללו עלולה לבוא לידי ביטוי בכך שניתן לראות ירידה

מבט מקצועי: שיטות הטיפול החדשניות בחולי COPD

פרופ' דוד שטרית, מנהל מערך הריאות בבית החולים 'מאיר' בכפר סבא, מפרט על שיטות הטיפול החדשניות בחולי מחלת הריאות COPD השלבים השונים והפתרונות האפשריים ומבקש להעביר מסר חשוב: "אם אתם סובלים מתסמינים פנו לרופא ריאות להתאמת הטיפול"

אלו עוד שלבים קיימים בטיפול? "הטיפול ל-COPD כולל כמה רובי דים, קודם כל הפסקת עישון, שנית פעילות גופנית - היא מאוד חשובה כמו הליכה, שחייה, רכיבה על אופניים ועוד, בנוסף טיפול במשאפים, המשאפים משלבים גם פתיחת דרכי אוויר וגם סטרואידים שמונעים את הדלקת בדרכי האוויר והם משפרים מאוד את המצב של החולה ומקטינים את תדירות ההתלקחויות.

"כיום יש משאפים שהם הטובים ביותר, כי הם מכילים במשאף אחד שלושה מרכיבים, - שני מרכיבים שמרחיבים את דרכי האוויר ותכשיר אחד שהוא אנטי דלקתי ולכן הם מאוד אטרקטיביים כי ככל שהחולה משתמש בפחות משאפים כך התועלת גדולה יותר. בדרגות המתקדמות מאוד יש סוגים נוספים של טיפולים עם חמצן, אינהלציות וכו'.

"הטיפול במשאפים משפר משמעותית את ההתמודדות עם קוצר נשימה ועם השיעול ומפחית התלקחויות וכתוצאה מכך את מספר ה- ביקורים אצל רופאים ובבתי חולים. הם גם משפרים תוחלת חיים".

משפט לסיום לקוראים? "כל מי שמעשן וסובל מתסמינים של שיעול וקוצר נשימה חשוב שיבוא לרופא ריאות להתאמת הטיפול הנדרש".



מה היא מחלת COPD? פרופ' דוד שטרית, מנהל מערך הריאות במרכז הרפואי 'מאיר' בכפר סבא מקבוצת 'כללית' מסביר: "זו מחלת ריאות חסימתית שנגרמת מעישון, 85% מהחולים הם מעשנים והשאר הם אנשים שסבלו מהשפעה סביבתית של העישון כמו סביבה משפחתית או סביבת עבודה, הסיכוי לחלות ב- COPD קשור בכמות השנים שהאדם מעשן, כפי שניתן להבין זו מחלה שכיחה מאוד ובציבור החרדי היא נוכחת יותר בגברים מאשר בנשים והיא באה לידי ביטוי בעיקר בשיעול, קוצר נשימה, ליחה, חשוב לציין כי ככל והמחלה מתקדמת כך הסימפטומים יותר משמעותיים".

לת? "האבחנה נעשית בצורה פשוטה בבדיקת תפקודי ריאות, שהיא בדיקה פשוטה ולא פולשנית, היא חיונית לאבחנה ולמעקב במטרה למנוע הדרדרות בתפקוד, "חשוב להבין" - מחדד פרופ' שטרית "הריאות זה איבר שלא חשים בו בדרך כלל כאב, לכן החולה לא יהיה מודע לתהליכים שמתרחשים בתוכו ודבר זה מגביר את הסיכון לגידולי ריאה למשל. ההמלצה האמריקאית היא שמי שמעשן שנים רבות יבצע סי טי חזה כל שנה לגילוי מוקדם".

מה הם השלבים השונים של המחלה? "החולה יכול לחוות תסמינים כמו שיעול וליחה מוגברים, התסמינים הללו עלולים להוביל למעבר לטיפול במשאפים או לאשפוז. התגברות הסימנים הללו עלולה לבוא לידי ביטוי בכך שניתן לראות ירידה בתפקודי הריאות, עליה בתדירות האשפוזים, דבר שמוביל כמובן לשיבוש השגרה היומיומית".

מה היא שיטת האבחון המקובל?

לוקמיה לימפוציטית כרונית (chronic lymphocytic leukemia - CLL) הינה הלוקמיה השכיחה ביותר בעולם המערבי. למרות שמה המבהיל, CLL מאופיינת במהלך איטי ולרוב מתפתחת על-פני שנים רבות. המשמעות של המילה 'לוקמיה' הינה ריבוי של תאים לבנים אשר משגשגים ללא בקרה ובכך הינם ממאירים - במקרה זה, מדובר בתאים לימפוציטים בשלים מסוג B. בישראל מאובחנים מדי שנה כ- 450 חולים עם CLL והגיל החציוני של האבחון עומד סביב 70. נוסף על עלייה בכמות לימפוציטים B בדם, המחלה מתבטאת בשלבים מאוחרים יותר גם בהגדלת קשרי לימפה וטחול, ובשלב מתקדם יותר אף בירידה בשורות הדם, לרבות אנמיה (ירידה בהמוגלובין) ותרומבוציטופניה (ירידה בטסיות הדם).

אפשר לטפל ב-CLL ללא כימותרפיה

"המחלה כרונית ולרוב מתקדמת בקצב איטי, ולכן במרבית המטופלים אין צורך בטיפול בעת האבחנה אלא במעקב בלבד. בתקופה זו ובכלל, חשוב להתייחס לכך שמטופלים עם CLL נוטים יותר לזיהומים ולממאירויות נוספות, ולכן יש להקפיד לבצע את החיסונים המומלצים ובדיקות סקר מקובלות לסרטן, לרבות סקר שומות במרפאת עור", מסביר ד"ר גלעד יצחקי, מנהל המכון ההמטולוגי במרכז הרפואי מאיר בכפר סבא. "CLL דורשת טיפול בעיקר כאשר החולים מפתחים הגדלה משמעותית מאוד של קשרי הלימפה והטחול ו/או ירידה ניכרת בספירות הדם האחרות", הוא מוסיף. "אם בעבר היה נהוג להשתמש בכימותרפיה לצורך טיפול במחלה, הרי שבעשור האחרון חלה התקדמות עצומה בהבנה של מנגנוני המחלה, תוך מציאת טיפולים ביולוגיים ממוקדי-מטרה, הפוגעים במסלולים תוך-תאיים ספציפיים. בעקבות כך, הוכח במספר מחקרים קליניים כי הטיפולים הביולוגיים יעילים יותר ובטוחים מטיפולים כימותרפיים, ולכן זה הטיפול המקובל היום".

[לכתבה המלאה](#)

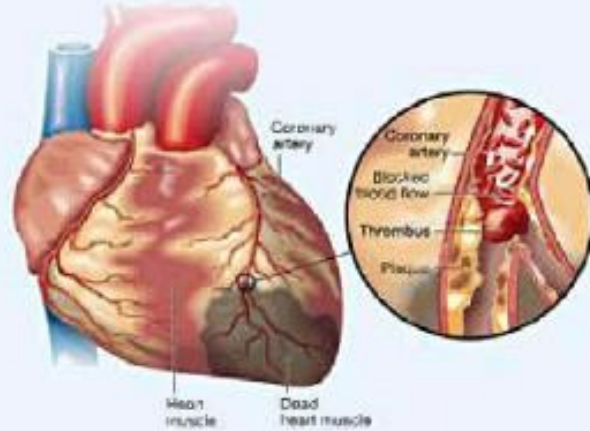
מסתבר שאפשר לחיות טוב גם עם הלוקמיה השכיחה ביותר בעולם המערבי

לוקמיה לימפוציטית כרונית (CLL) מתגלה לרוב כשעוד אין תסמינים, וניתן לעקוב אחריה בלבד. גם כאשר יש צורך בטיפול, החולים יכולים לחיות שנים רבות עם המחלה ולשמור על איכות החיים שלהם. כיום ישנן תרופות חדשות



בריאות הלב

סימנים מקדימים להתקף לב ■ לא להלחץ, לשמור על הבריאות



המטופל ולהקטין את מידת הנזק הלבבי. לאחר הצנתור, המטופל יעבור להשגחה באשפוז ביחידה לטיפול נמרץ לב. הטיפול התרופתי המקובל לאחר התקף לב וצנתור, כולל תרופות לדילול דם, הורדת כולסטרול ותרופות המשפרות את תפקוד הלב. קיימת חשיבות רבה לביצוע בדיקות שיגרה, הכוללות מדידת לחץ דם ובדיקות דם, כולל שומנים וסוכר, החל מגיל 18, לצד שמירה על אורח חיים בריא, הכולל פעילות גופנית סדירה, תזונה בריאה, הימנעות מגורמי הסיכון ושמירה על אורח חיים בריא.

הדרך הטובה ביותר לשמור על בריאות הלב הינה מניעה. גורמי הסיכון הקלאסיים לאוטם שריר הלב הינם עישון, יתר לחץ דם, רמות כולסטרול גבוהות (כדגש על "הכולסטרול הרע"), סוכרת והשמנת יתר.

הדיאטה המומלצת למניעת מחלות לב וכלי דם היא הדיאטה היס-תיכונית, הכוללת מגוון של ירקות, פירות, קטניות, פחמימות מורכבות, דגים ושמן זית. כמו כן, הפחתת צריכת המלח והחלפת מזונות המבוססים על שומן רווי במזונות המכילים שומן בלתי-רווי.

אוטם שריר הלב הוא הסיבה למחלות לב. מה הם סימני האזהרה שחשוב לזהות, מהו הטיפול הטוב ביותר ואיך המלחמה משפיעה על בריאות הלב? – ובכן, לא להלחץ בחינם, אבל הנה הסבר שמספקים קרדיולוגים בכירים מהמרכז הרפואי 'מאיר':

מתוך מחלות לב – הנפוצה ביותר הינה אוטם שריר הלב (התקף לב) הנגרם מחסימה אקוטית של כלי דם המספק דם לשריר הלב. הסימפטום הנפוץ ביותר של אוטם שריר הלב הוא כאב לוחץ בקדמת החזה (החולה יתאר משקולת הלוחצת על בית החזה) עם הקרנה לצוואר וליד שמאל המלווה בהזעה ובקוצר נשימה.

עם זאת, בחלק משמעותי מהמציבים, הביטוי הקליני יהיה פחות טיפוסי, ויכול להיות כאב בעל אופי דוקר או שורף, או במיקום שונה, כגון רום הבטן, צוואר, גב או לסת תחתונה. בחלק מהמציבים, התקף הלב יופיע ללא כאב כלל ויתבטא בהזעה, צרבת, קוצר נשימה או התעלפות. ביטוי לא טיפוסי של אוטם שריר הלב נפוץ יותר בקרב נשים, אצל מטופלים מבוגרים וחולי סוכרת.

הופעה של כל אחד מהסימפטומים הללו, מצדיקה דרגת חשד גבוהה ופינוי דחוף לבית החולים באמצעות אמבולנס. הסכנה המיידית בחולים הסובלים מאוטם שריר הלב הינה – מצב של דום לב, הפסקת פעילות הלב כתוצאה מהפרעה חשמלית בקצב הלב. זהו סיבוך של אוטם שריר הלב, המהווה את הסיבה העיקרית לתמותה עוד לפני הגעת המטופל לבית החולים. החיאה מהירה ומתן מכת חשמל על ידי דפיברילטור, מצילים את חייהם של מטופלים רבים.

האבחנה של התקף לב אקוטי, מתבססת על בדיקת האק"ג ותיעשה כאמבולנס או בחדר המיון. הטיפול במרבית המציבים הוא צנתור כלילי דחוף. במהלך הצנתור, מוחדרת צינורית (קטטר), דרכו ניתן לראות את העורקים הכליליים המספקים דם ללב.

לאחר זיהוי העורק החסום, עוברים לשלב הטיפולי של הצנתור, שבו מחדשים את זרימת הדם באמצעות ניפוח בלון והשתלת סטנט. ביצוע צנתור מהיר, יכול להציל את חי

צעד לפני
בשביל הבריאות שלך

בת 5 ובת 17 מאושפזות במצב קשה בגלל סיבוכי שפעת

יש לציין כי הנתונים הרשמיים בישראל בדבר תחלואת השפעת הם חלקיים בלבד, ובעיקר משום שרבים מהחולים כלל אינם נבדקים והבדיקות עצמן אינן נגישות לחלוטין בקופות. מנתוני משרד הבריאות המעודכנים האחרונים שפורסמו בדבר תחלואה נשימתית עד ל-3 בפברואר עולה כי "נמשכת העלייה בתחלואה דמויית-שפעת בישראל". עוד צוין בדוח כי "נמשכת העלייה בשיעורי הפניות למרפאות בשל תחלואה דמוית-שפעת, דלקת ריאות וזיהום בדרכי הנשימה העליונות.

"שיעור הפניות למרפאות בשל תחלואה דמויית-שפעת ממשיך להימצא מעל לסף האפידמי", נכתב בדוח של משרד הבריאות. במהלך השבוע שקדם ל-3 בפברואר נמצאו באופן מדגמי 599 מקרים של שפעת מסוג A ו-334 מקרים של RSV, שתסמיניו דומים לאלו של השפעת. עוד צוין בנתונים כי "נמשכת העלייה המתונה בשיעור הפניות למרפאות "מכבי שירותי בריאות" בשל זיהומים בדרכי הנשימה העליונות. העלייה נצפתה בכל קבוצות הגיל למעט בתינוקות בני שנתיים ומטה ובקשישים בני 65 שנים ומעלה". בקרב קבוצות גיל אלו ניכרה ירידה בשיעור הפניות.

ד"ר רחל שצמן, מומחית למחלות זיהומיות בילדים במרכז הרפואי מאיר מציינת כי "בשבועות האחרונים אנו רואים כי גל השפעת מתחזק ויש עלייה במספר מקרי השפעת הן במבוגרים והן בילדים. מכיוון שגל השפעת החל יחסית מאוחר והוא נמצא בעלייה, מומלץ להתחסן נגד השפעת על מנת למנוע סיבוכים של המחלה".

המרכז הרפואי מאיר בכפר סבא עדכן כי השתיים מאושפזות מאז שבת במצב קשה ויציב. ד"ר דגנית אדם, מנהלת יחידת טיפול נמרץ ילדים: "לא תמיד מדובר רק במחלה נשימתית, לפעמים היא באה לידי ביטוי בשלשולים ובהקאות". הרופאים ממליצים בחום למי שטרם התחסן - לעשות זאת בהקדם

רענן בן צור, אדיר ינקו | 10:35

22 תגובות

תגיות: שפעת, בית חולים מאיר, טיפול נמרץ

לחצו להאזנה לכתבה 3 min listen

00:00 10x

Powered by Trinity Audio

ילדה בת 5 וערה בת 17 מאושפזות במצב קשה ויציב ביחידת טיפול נמרץ ילדים במרכז הרפואי מאיר בכפר סבא עקב סיבוכי שפעת. הן הובהלו לבית החולים בשבת, ומאז הן מטופלות שם.

ד"ר דגנית אדם, מנהלת יחידת טיפול נמרץ ילדים במרכז רפואי מאיר מקבוצת כללית, סיפרה: "במהלך השבת הובהלו ליחידת טיפול נמרץ ילדים במאיר שתי בנות. ילדה בת 5 הגיעה עקב דלקת ריאות על רקע שפעת. הילדה במצב קשה אך יציב וכעת נמצאת עם תמיכה נשימתית גבוהה. בנוסף הגיעה נערה בת 17 עם זיהום והגדלת בלוטות הרוק והלימפה הצוואריות באופן קיצוני, גם הן עקב מחלת השפעת".

ד"ר אדם מציינת כי "גם השנה, כמו בחורפים הקודמים, אנו עדים למקרים קשים של סיבוכי שפעת, שלצערי עלולים להוביל למצבים מסכני חיים ואף למקרי תמותה. חשוב להבין כי המופעים של השפעת יכולים להיות מאוד מגוונים. לא תמיד מדובר רק במחלה נשימתית אלא ישנם גם מופעים אחרים כגון חולשה כללית משמעותית, שלשולים והקאות, דלקת בשריר הלב ועוד. במקרים של סימפטומים חריגים יש להתייחס אליהם ברצינות ולהגיע לבדיקת רופא".



נזקי השפעת: בת חמש ובת 17 מאושפזות במיזב קשה

במערכת הבריאות מדרווחים על עלייה של פי שלושה במקרי קורונה • גם התחלואה בשפעת מזנקת • רופאים ממליצים שמי שטרם התחסן, כדאי שיעשה זאת בהקדם: "סיבוכי המחלה עלולים להוביל למצבים מסכני חיים"

אדיר ינקו, איתן גליקמן

אם אתם מרגישים שכולם סביבכם חולים או מצוננים, אתם לא טועים. ברו"ח שפירסם משרד הבריאות נכתב: "נמשכת הע" ליה בשיעורי הפניות למרפאות בשל תחלואה דמוית שפעת, דלקת ריאות וזיהום בדרכי הנ" שימה העליונות. לפי נתוני קופת החולים מכר ב, ישנה עלייה של פי שלושה במספר המאובחנים לקורונה בין חודשים דצמבר וינואר האחרונים. דווקא בקרב תינוקות ובני 65 ומעלה, פחתה כמות הפניות למרפאות.

ילדה בת חמש ונערה בת 17 מאושפזות, מאו סוף השבוע, במצב קשה ויציב ביחידת טיפול נמרץ ילדים במרכז הרפואי מאיר בכפר-סבא, עקב סיי

בוכי מחלת השפעת. ר"ר רגנית ארם, מנהלת יחידת טיפול נמרץ ילדים במרכז הרפואי,

סיפרה: "במהלך השבת הובהלו ליחידת טיפול נמרץ ילדים במאיר שתי בנות. ילדה בת חמש הגיעה עקב דלקת ריאות על רקע שפעת. הילדה במצב קשה אך יציב וכעת נמצאת עם תמיכה נשימתית גבוהה. בנוסף, הגיעה נערה בת 17 עם זיהום והגדלת בלוטות הרוק והלרי מפה הצוואריות באופן קיצוני,



ר"ר רגנית ארם, מנהלת יחידת טיפול נמרץ ילדים במרכז הרפואי

גם הן עקב מחלת השפעת". ר"ר ארם הוסיפה: "גם השנה, כמו בחורפים הקודמים, אנו עדים למקרים קשים של סיבוכי שפעת, שלצערי עלולים להוביל למצבים מסכני חיים ואף למקרי תמותה. חשוב לה: בין כי המופעים של השפעת יכולים להיות מאוד מגוונים. לא תמיד מדובר רק במחלה נשימתית, אלא ישנם גם מופעים אחרים כגון חולשה כללית משמעותית, שלשולים והקאות, דלקת בשרירי הלב ועוד במקרים של סימפטומים חריגים יש להתייחס אליהם ברצינות ולהגיע לבדיקת רופא".

ר"ר ארם מציינת כי הנתונים הרשמיים ביישראל בדבר תחלואת השפעת הם חלקיים בלבד, בעיקר משום שרבים מהחולים כלל אינם נברקים והבריקות עצמן אינן נגישות לחלוטין בקופות.

מנתוני משרד הבריאות המעורכנים, שפרסמו בדבר תחלואה נשימתית עד 3 בפברואר, רואר עולה כי "נמשכת העלייה בתחלואה דמוית שפעת בישראל". שיעור הפניות למרפאות בשל תחלואה דמוית שפעת ממשיך להימצא מעל לסף האפידמי, נכתב ברד"ק של משרד הבריאות.

במהלך השבוע שקדם ל-3 בפברואר נמצאו באופן מדרגמי 599 מקרים של שפעת מסוג A ו-334 מקרים של

RSV, שתסמיניו דומים לאלו של השפעת. עוד צוין כי "נמשכת העלייה המתונה בשיעור הפניות למרפאות "מכבי שירותי בריאות" בשל זיהומים בדרכי הנשימה העליונות. העלייה נצפתה בכל קבוצות הגיל, למעט בתינוקות בני שנתיים ומטה ובקשישים בני 65 שנים ומעלה". בקרב קבוצות גיל אלו ניכרה ירידה בשיעור הפניות.

ראש חטיבת הבריאות במכבי שירותי בריאות, ר"ר ערן רוטמן: "אנו עדים בחודשים

האחרונים לעלייה דרמטית במספר המאובחנים בקורונה בישראל, ובתוך חודשיים קפץ מספר המאובחנים במאות אחוזים. אנו קוראים לכל האוכלוסייה בסיכון לבוא ולהתחסן כדי למנוע תחלואה ואשפוזים מיותרים בבתי החולים. אנו ממליצים לכל מי שחווה תסמינים להישאר בבית בכדי למנוע הרבקות שעלולות להביא לעומס חריג בתקופה זאת על מערכת הבריאות כולה".



צילום: יובל חן

חיסון נגד שפעת. צילום ארכיון. למצלמות אין קשר לידיעה

מרכז רפואי מאיר

מסוף לפקולטה לרפואה, אוניברסיטת תל אביב



מקבוצת נולית



ד"ר דגנית כהן אדם (צילום: רמי זרנגר)

ד"ר אדם מציינת כי "גם השנה, כמו בחורפים הקודמים, אנו עדים למקרים קשים של סיבוכי שפעת, שלצערי עלולים להוביל למצבים מסכני חיים ואף למקרי תמותה. חשוב להבין כי המופעים של השפעת יכולים להיות מאוד מגוונים. לא תמיד מדובר רק במחלה נשימתית אלא ישנם גם מופעים אחרים כגון חולשה כללית משמעותית, שלשולים והקאות, דלקת בשריר הלב ועוד. במקרים של סימפטומים חריגים יש להתייחס אליהם ברצינות ולהגיע לבדיקת רופא".

ד"ר רחל שצמן, זיהומולוגית ילדים במרכז רפואי מאיר מציינת כי "בשבועות האחרונים אנו רואים כי גל השפעת מתחזק וישנה עלייה במספר מקרי השפעת הן במבוגרים והן בילדים. מכיוון שגל השפעת החל יחסית מאוחר והוא נמצא בעלייה, מומלץ להתחסן כנגד השפעת על מנת למנוע סיבוכים של המחלה".

השפעת בשיאה: בת 5 ובת 17 אושפזו במצב קשה בבית חולים מאיר

מאז שבת האחרונה מאושפזות ביחידת טיפול נמרץ ילדים בת 5 ובת 17 בעקבות סיבוכי שפעת. ד"ר רחל שצמן, "בשבועות האחרונים אנו רואים כי גל השפעת הגיע מאוחר ומתחזק, לכן להתחסן"

אשר אטדגי | עודכן 14.02.24, 06:31

בת 5 ובת 17 מאושפזות ביחידת טיפול נמרץ ילדים במרכז רפואי מאיר עקב סיבוכי שפעת. מאז שבת האחרונה מאושפזות ביחידת טיפול נמרץ ילדים בת 5 ובת 17 בעקבות סיבוכי שפעת.



מצב קשה בגלל שפעת (צילום המחשה: שאטרסטוק)

ד"ר דגנית אדם, מנהלת יחידת טיפול נמרץ ילדים במרכז רפואי מאיר מקבוצת כללית: "במהלך השבת הובהלו ליחידת טיפול נמרץ ילדים במאיר שתי בנות: בת 5 שהגיעה עקב דלקת ריאות על רקע שפעת. הילדה במצב קשה אך יציב וכעת נמצאת עם תמיכה נשימתית גבוהה. בנוסף הגיעה נערה בת 17 עם זיהום והגדלת בלוטות הרוק והלימפה הצוואריות באופן קיצוני, גם הן עקב מחלת השפעת".

מעשית, לטיב ולהרכב התזונה יש כידוע השפעה מהותית על בריאות ואיכות חיינו הכלכלית, ובדרך זו הוא משפיע גם על תפקודינו המיני. מחקרים רבים הוכיחו כי חיי אהבה פעילים, תדירים ומספקים תורמים לעלייה במדדי האושר ובשביעות הרצון, ואף משפרים את מערכת החיסון ומצמצמים סיכון לתמותה, דרך חומרים בשם אנדורפינים המשוחררים בעת האקט המיני (שאחראיים גם על ההנאה ותחושת האופוריה). כדי לייצר הורמוני מין, גופינו עושה שימוש בכולסטרול כחומר מוצא ובמינרלים כמו אבץ, ולכן שמירה על רמה מאוזנת שלהם חשובה לתהליך. הימצאותם וזמינותם בנוף קשורה גם בנוכחות תקינה של רקמת שומן ובדיאטה המספקת את הרכיבים הנדרשים.

לפיכך, הקישור בין מזון לסקס מובן ומתבקש, וגם היום רווחות תיאוריות תרבותיות וחברתיות בדבר צריכת מזונות עשירים באבץ (כגון: זרעי חילבה, דלעת, צדפות) לשם ייצור טסטוסטרון, שוקולד לשם הגברת התאווה המינית, לבנדר ותפוחים כמעצימי עונג נשי, צ'ילי לזימון אנדורפינים ויש גם שלל הבטחות מעוררות בהקשר סויה, אספרגוס, דבש, אבטיח, שום ועוד. עם זאת, צר לנו לאכזב אתכם, אבל חרף ההילה האטרקטיבית, אין ביסוס מחקרי לטענות בדבר יעילותם של מזונות ספציפיים אלה או אחרים, כמשפרי תשוקה, עונג וביצועים נכון לעת הזו.



האם יש מאכלים שמעוררים תשוקה ומיניות?

אומרים שזרעי דלעת משפרים ייצור טסטוסטרון, ששוקולד מגביר את התאווה המינית ושאין כמו יין טוב כדי לשפר את הביצועים במיטה - האם כל הסברות האלה נתמכות ע"י מחקרים, ולמה אומרים שאיבר המין הגדול ביותר הוא המוח? תזונאית בטור מיוחד לוולנטין

הכותבת היא מור לוגסי, דיאטנית קלינית במרכז רפואי מאיר מקבוצת כללית



א א



אוכל וסקס, מקורות העונג והסיפוק בחיינו, משמשים עבורנו צרכים חיוניים וביסיים ושלוים זה בזה לאורך ההיסטוריה האנושית. ישנן התייחסויות רבות למזונות ותאווה מינית בספרות התרבותית, המחקרית, העתיקה והמודרנית המתארות מאכלים מעוררי תשוקה מינית, משפרי ביצועים ואף פוריות. יש גם ירקות ופירות המוצגים כסמלים פאליים, צמחי מרפא המגבירים עונג נשי ודפוסי אכילה טקסיים המשמשים למקסום התפקוד המיני. מזונות מעוררי תשוקה מכונים "אפרודיזיאק" (Aphrodisiac) ושמן נגזר משמה של אלת האהבה היוונית, אפרודיטה.

האם קיימת דיאטה ספציפית שבאמת תעצים חשק מיני ותשפר את הביצועים במיטה?

זינוק בתחלואת השפעת בישראל: כ-700 חולים מאושפדים

בתי החולים מדווחים על עומסים במחלקות הפנימיות ובטיפול נמרץ בעקבות תחלואה בניף השפעת שממשיך לזנק. מומחה: "אנחנו נמצאים בעיצומו של גל משמעותי עם תסמינים קשים יותר". פנימאית: "יש חולים שזקוקים להנשמה וחשוב לציין כי לא מדובר רק באוכלוסייה המבוגרת"

אור דור | מידע הסיפור | mako בריאות | סרטם 20/02/24 10:05

13 הודעות 18,836



"אנחנו נמצאים בעיצומו של גל משמעותי של תחלואת חורף בדגש על מחלת השפעת", אומר ל-mako בריאות ד"ר גיא טופז, מומחה ברפואה פנימית וסגן מנהל המרכז הרפואי מאיר מקבוצת כללית. "עקומת הנדבקים הולכת וגדלה מיום ליום ואנחנו רואים שיעור הדבקה גבוה ותסמינים קשים יותר בהשוואה לשנה שעברה". מטופלים רבים עם שפעת נדרשים לאשפוז במחלקות הפנימיות ואחדים מהם מסתבכים אף יותר ונדרשים לטיפול נמרץ".

"השנה השפעת התחילה מאוחר יותר מדרך כלל ובעצימות גבוהה מאוד, והיא צפויה להימשך בהתאם", טוען ד"ר גיורא גוטסמן, מנהל היחידה לזיהומים במרכז הרפואי מאיר מקבוצת כללית. עוד הוא מציין כי "השנה מדובר בזן של שפעת מסוג A, ואכן ניכר במחלקת הילדים שלנו שהוא 'דחק' במעט את וירוס ה-RSV שהיה עד עכשיו הדומיננטי יותר בקרב מחלות החורף בייחוד בקרב תינוקות קטנים. מחלת השפעת בקרב הילדים מלווה בדרך כלל בחום גבוה מאוד, הרגשה כללית לא טובה, כאבי שרירים וראש, ונזלת, והיא מחלה ממושכת לעומת וירוסים אחרים. לוקח לגוף כשבוע להתמודד איתה".



זינוק השפעת בישראל: בבתי החולים ברחבי הארץ מדווחים על מחלקות עמוסות בחולים, חלקם אף נדרשים לאשפוז בגלל סיבוכי מחלת השפעת. בשבוע שעבר אושפזו במרכז הרפואי מאיר במצב קשה ילדה בת 5 ונערה בת 17 שסבלו מסיבוכים של המחלה ובבית החולים אסותא אשדוד אושפזה בעקבות סיבוכי השפעת תינוקת כבת שנה.

לפי דוח של משרד הבריאות בנושא התפשטות מחלות נשימתיות דמויות שפעת בישראל, מתוך הדגימות שנבדקו - 50% חולים בשפעת מסוג A, ומחלות נשימתיות האחרות, RSV וקורונה, נמצאות בירידה. נכון לשבוע שעבר, בבתי החולים מאושפדים כ-700 חולי שפעת ו-200 חולי RSV.

"ידעתי כל הזמן שההיריון ייגמר אבל השכול ימשיך להיות חלק מחיי", אמרה סיגל. "אמא שלי אמנם לא היתה איתי, אבל זכיתי באנשים שזיהו את המצוקה שלי וסייעו ברגישות ובהכלה מדהימה. בזכות הצוות היקר זכיתי לחוויה עוצמתית וגם ברגעים הלא פשוטים הן היו כאן כדי לחבק אותי ולעזור לי להתרומם ולראות את האור הגדול שהגיע אלינו לעולם".

אמה של סיגל, ברטה שמיאייב ז"ל, יצאה לטיול מאורגן עם חברים ונקלעה למיגונית בשדרות עם תחילת האזעקות באותה שבת. "אולי זה נשמע קלישאתי, אבל אמא שלי הייתה החברה הכי טובה שלי. אנחנו לא רחוקות בגילים והיא ליוותה וחיזקה אותי בכל שלב בחיי והיתה מאוד משמעותית בכל לידה", שיתפה סיגל.



עבודות פינוי אחרי מתקפת 7 באוקטובר בשדרות (ארכיון), צילום: יוסי זליגר

לסיום היא שיתפה את תחושותיה אחרי הלידה הטרייה: "ידעתי שהאובדן שלה יהיה קשה ממש באופן חששתי מאוד. היה לי קשה מאוד לעצור את הבכי, וחסרונה היה כל כך מורגש. באמצע הלידה פתאום הגיעה מיילדת שדיברה בחדר ברוסית לרגע ואני עניתי לה בטבעיות - כי זו שפת האם שלי והיא ממש הופתעה. זה היה רגע מיוחד שהרגשתי שאמא שלי מזכירה לי שלמרות הכל, ולמרות החושך - היא איתי ויהיה טוב".

ילדה את בנה החמישי - ארבעה חודשים לאחר שאיבדה את אמה בשבת השחורה

סיגל כהן היתה בהיריון כאשר חמאס תקף באכזריות ב-7 באוקטובר ורצח את אמה. כעת היא ילדה את בנה ומשתפת את תחושותיה המעורבות - בין אבל להתרגשות. "ידעתי שהאובדן שלה יהיה קשה ממש וחששתי מאוד, אבל היה רגע שבו הרגשתי שלמרות הכל ולמרות החושך - היא איתי".

ירון דורון

16:58, 19/2/2024, עודכן 15:27, 19/2/2024



השמעה ▶ 0



סיגל כהן לאחר לידת בנה. צילום: דבורות בית החולים מאיר

האובדן והחיים החדשים: כאשר סיגל כהן איבדה את אמה ברטה בטבח האכזרי בשדרות ב-7 באוקטובר, היא היתה באמצע ההיריון החמישי שלה. ביום חמישי האחרון, לאחר הצער והשכול, היא ילדה במרכז הרפואי מאיר בכפר סבא את בנה.

אמה של סיגל, ברטה שמיאייב ז"ל, יצאה לטיול מאורגן עם חברים ונקלעה למיגונית בשדרות עם תחילת האזעקות באותה השבת. "אולי זה נשמע קלישאתי לומר, אבל אמא שלי היתה החברה הכי טובה שלי. אנחנו לא רחוקות בגילאים והיא ליוותה וחיזקה אותי בכל שלב בחיי והיתה מאוד משמעותית בכל לידה.

"הפעם ידעתי שהאובדן שלה יהיה קשה מנשוא בעבורי וחששתי מאוד. היה לי קשה מאוד לעצור את הבכי וחסרונה היה כל כך מורגש. באמצע הלידה פתאום הגיעה מיילדת שדיברה בחדר ברוסית לרגע ואני עניתי לה בטבעיות - כי זו שפת האם שלי והיא ממש הופתעה. זה היה רגע מיוחד שהרגשתי שאמא שלי מזכירה לי שלמרות הכל, ולמרות החושך היא איתי ויהיה טוב".

עוד הוסיפה סיגל: "אני רוצה להודות לכל השליחים הנאמנים שהקב"ה שלח לי ברגעים האלו - לצוות המדהים של בית חולים מאיר, לדולה שלי ולמשפחה שלי. אמא שלי אמנם לא היתה איתי אבל זכיתי לאנשים שזיהו את המצוקה שלי בנחישות, ברגישות ובהכלה מדהימה. בזכות הצוות היקר במאיר זכיתי לחוויה עוצמתית וגם ברגעים הלא פשוטים הן היו כאן כדי לחבק אותי ולעזור לי להתרומם ולראות את האור הגדול שהגיע אלינו לעולם".



ברטה שמיאייב ז"ל (צילום: פרטי)

סיגל איבדה את אמה האהובה בטבח האכזרי וילדה את בנה: "היא תמיד איתי"

סיגל כהן היתה באמצע ההיריון החמישי שלה בשבעה באוקטובר, אז איבדה את אמה ברטה בטבח האכזרי בשדרות. ביום חמישי האחרון היא ילדה בבית חולים מאיר את בנה ואמרה: "ידעתי כל הזמן שההיריון יגמר אבל השכול ימשיך להיות חלק מחיי"

אשר אטדגי | עודכן 20.02.24, 08:31

לידה וגעגוע: סיגל כהן היתה באמצע ההיריון החמישי שלה בשבעה באוקטובר, אז איבדה את אמה ברטה בטבח האכזרי בעיר שדרות.



סיגל כהן ובנה (צילום: דוברות בית החולים)

ביום חמישי האחרון היא ילדה במרכז רפואי מאיר מקבוצת כללית את בנה ואמרה: "ידעתי כל הזמן שההיריון יגמר אבל השכול ימשיך להיות חלק מחיי".

ארבעה חודשים לאחר שאיבדה את אמה בטבח, ילדה סיגל כהן בן

כהן היתה באמצע ההיריון החמישי שלה בשבעה באוקטובר, אז איבדה את אמה ברטה שמיאייב בטבח האכזרי בעיר שדרות * השבוע היא ילדה את בנה במרכז הרפואי מאיר ואמרה: "חסרונה היה כל כך מורגש, אך הצוות בחדר הלידה עזר לי לראות את האור הגדול"



סיגל ובנה | צילום: דוברות מרכז רפואי מאיר



לידה וגעגוע

ארבעה חודשים לאחר שאמה נרצחה בשדרות, ילדה סיגל כהן בן בימאיר. "חסרונה היה כל כך מורגש" // 12

"באמצע הלידה פתאום הגיעה מיילדת שדיברה בחדר ברוסית לרגע ואני ענית לה בטבעיות, כי זו שפת האם שלי. זה היה רגע מיוחד, הרגשתי שאמא שלי איתי"

גיל בן נון

"רדעתי כל הזמן שההיריון ייגמר אבל השכול יטשיר להיות חלק מחיי". כך אומרת השבוע סיגל כהן שביום חמישי האחרון ילדה במרכז הרפואי מאיר בכפר סבא את בנה, ארבעה חודשים לאחר שאמה, ברטה שמיאייב ז"ל, נרצחה על ידי מחבלי התמאס בשדרות, סמוך למי גוגית שקיבלה את השם "טיגונית המוות". הסוף המועזע של שמיאייב ז"ל התרחש לאחר שהיא יצאה לטיול מאורגן עם חבי רים, כשהאזעקות של אותה שבת אדורה תפסו אותם בכניסה לשדרות. כל נוסעי המיניבוס ניסו לתפוס מחסה במיגונים, אך לא הצליחו.

"אולי זה נשמע קלישאתי לומר, אבל אמא שלי היתה התכרה הכי טובה שלי. אנחנו לא רחוקות בנילאים והיא ליוותה וחיוקה אותי

בכל שלב בחיי והיתה מאוד משמעותית בכל לידה. הפעם ירעתי שהאוכרן שלה יהיה קשה מנשוא בעבורי וחששתי מאוד. היה לי קשה מאוד לעצור את הבכי וחסרונה היה כל כך מורגש. באמצע הלידה פתאום הגיעה מיילדת שדיברה בחדר ברוסית לרגע ואני ענית לה בטבעיות - כי זו שפת האם שלי והיא ממש הופתעה.

"זה היה רגע מיוחד שהרגשתי שאמא שלי מזכירה לי שלמרות הכל, ולמרות החושך היא איתי ויהיה טוב".

כהן הנרכשת הוסיפה: "אמא שלי אמנם לא היתה איתי אבל זכיתי לאנשים שזיהו את המצוקה שלי בנחישות, ברגישות ובהיכלה מדהימה. בזכות הצוות היקר בימאיר זכיתי לחוויה עוצמתית וגם כרגעים הלא פשוטים הן היו כאן כדי לחבק אותי ולעזור לי להתרומם ולראות את האור הגדול שהי גיע אלינו לעולם". ■

דיעות תקשורת

רשת המקומונים של המדינה

מרכז רפואי מאיר

מסונף לפקולטה לרפואה, אוניברסיטת תל אביב



מקצועת כוללית

ונשמרתם לנפשותיכם || להתחסן נגד שלבקת חוגרת? ||

ברורה. מכל מקום, בניגוד למה שחשבו בעבר, הופעת המחלה אינה מצריכה בידור לאיתור מחלה נסתרת מעבר לבדיקות הסקר השגרתיות המקובלות באוכלוסייה. סימני שלבקת חוגרת הם צברי שלפוחיות קטנות על העור בפיזור אופייני: מכיוון שהגוף רדום לאורך העצבים בגוף, פיזור הנגעים הוא לאורכם של העצבים בפנים או על פני הגב או בגפיים - בצורת חגורה. מכאן שם המחלה: שלבקת חוגרת. המיקום המדויק של השלפוחיות תלוי במיקום של העצבים הנגועים - לרוב בצד אחד של הגוף, ובדרך כלל באזור החזה או המותן. הופעת הפריחה בעקבות שלבקת חוגרת לרוב מלווה בכאבים או בתחושת עקצוץ וגרד. ברוב הפי עמים הכאבים מקדימים את הופעת הפריחה. בהמשך מופיע אודם באזור ורק אחר כך מופיע המראה האופייני של צברי השלפוחיות על רקע האודם. אצל מייעוט מהחולים יופיעו גם סימנים כלליים כמו חום, חולשה ותחושה כללית רעה.

מי שאינם זכאים לחיסון יכולים לרכוש אותו באופן פרטי במכון מור בעלות של 1,700 שקלים לשתי המנות.

אסור לקבל חיסון - כל מי שסבל בעבר מתגר בה אלהית מיידית וחמורה לאחד או יותר ממרכיבי החיסון.

מי שסובל מחום של 38 מעלות ויותר או מזיהום - מומלץ לו לדחות את קבלת החיסון עד לאחר ההחלמה.

משרד הבריאות ממליץ לתת את החיסון גם למי שלקו בעבר בשלבקת חוגרת ומשתייכים לקבוצות היעד (בני 65 שנים ויותר ובני 18 שנים ויותר שסובלים מדיכוי חיסוני). הסיבה: שלבקת חוגרת עלולה לחזור. החיסון ניתן בסדרה של שתי מנות שניתנות במרווח של 2 עד 6 חודשים זו מזו. אם חלפו יותר מ-6 חודשים מתן המנה הראשונה, יש לתת את המנה השנייה בהקדם, אך אין צורך להתחיל את הסדרה מחדש.

נגד אבעבועות רוח יש להתחסן בחיסון ייעודי, שנכלל בשגרת החיסונים של ישראל מאז 2008.

לפני שלוש שנים נכנס לסל הבריאות בישראל חיסון חדש נגד שלבקת חוגרת (הרפס זוסטר) בשם שינגריקס (באנגלית: shingrix). זהו חיסון חדש יעיל יותר ובטוח יותר מקודמו. בארצות הברית הוא נמצא בשימוש נרחב מאז 2017 (כבר ניתנו מיליוני מנות חיסון) החיסון רשום בארץ לבני 50 ויותר וכן לבני 18 ויותר שסובלים מדיכוי חיסוני, ולכן מצויים בסכנה מוגברת ללקות בשלבקת חוגרת. הוא ניתן חינם בסל הבריאות בני 65 שנים ויותר ולבני 18 שנים ויותר שסובלים מ-HIV או מסרטן או שהם מושטלי איברים או מושטלי מח עצם.

"שלבקת חוגרת (באנגלית: Herpes Zoster, Shingles, הרפס זוסטר) היא מחלה שנגרמת מזיהום נגיפי (ויראלי) ומתבטאת לרוב בשלפוחיות על פני העור ובכאבים עזים" מסבירה ד"ר ב. גוטסמן, רופאה בכירה במרפאה למחלות זיהומיות בבית החולים מאיר מקבוצת כללית.

"הנגיף הזה נקרא וריצלה זוסטר (VZV). זהו אותו הנגיף שגורם לאבעבועות רוח בילדים. הוא משתייך למשפחת נגיפי הרפס, וככל הנגיפים שמשתייכים למשפחה הזאת גם הוא אינו נעלם מהגוף לאחר שהיזהם חולף, אלא נותר בגוף בצורה רדומה. במקרה של נגיף הווריצלה זוסטר הוא נותר בעצבי הגולגולת או בעצבים שלאורך הגב והגפיים.

"באופן כללי ניתן לומר שעם הזדקנותה והיחלשותה של מערכת החיסון שלנו קל יותר לנגיף להתלקח, וזו הסיבה שהמחלה נצפית באופן מובהק יותר באוכלוסייה המבוגרת (כ-40% מהחולים הם בני 60 שנים ויותר).

גורם סיכון שני בשכיחותו הוא מצב של כשל חיסוני עקב מחלה או עקב טיפול כימותרפי. עם זאת, המחלה מופיעה גם באנשים צעירים ובריאים וגם בילדים. ההערכה היא שכ-30% מהאוכלוסייה יחוו אפיזודה של זוסטר בשלב כלשהו בחייהם.

יש לציין שבכל העולם יש בשנים האחרונות עלייה משמעותית במקרים של וריצלה זוסטר, והסיבה לכך אינה

זה שאני יכולה להשיג את המרפאה שלי גם בוואטסאפ! שווה לי הכל!

עלינו עם קמפיין פרסומי חדש:
משפיעני הרשת ממליצים על כללית
להמשך קריאה>>



אילנית לוי
לקוחת כללית

חדש בבתי המרקחת שלנו: כללית פארם

החודש הגיעה לבתי המרקחת שלנו הסדרה הראשונה של כללית פארם, הכוללת 24 פריטי פארם ומוצרי חבישה במחירים מצוינים: פלסטרים מסוגים שונים, מד חום דיגיטלי, פדים סטריליים ועוד.
הנעתם לבית המרקחת? וסו אותם!

כללית פארם

להמשך קריאה>>



מוקד 8703* - מוקד בריאות הנפש

המוקד שלנו מאיש על ידי עובדות סוציאליות ופסיכולוגיות של כללית, שמעניקות עזרה ראשונה נפשית כבר בשיחה הראשונה.

אין צורך בתיאום מראש, המטופל מתקשר למוקד ישירות לשיחה טיפולית. במידה ויש צורך בטיפול נוסף מעבר לשיחה, במוקד יש צוות אדמיניסטרטיבי המתאם תורים להמשך טיפול בשירותי בריאות הנפש שאינם מצריכים אישור מיוחד. המוקד פתוח מדי יום בין השעות 08:00-18:00.



כנס לחדשנות, מחקר ופיתוח במרכז הרפואי מאיר
זוהי השנה ה-11 בה נערך כנס מאיר. לכנס השנה הוגשו 110 עבודות מחקר שנעשו על ידי סגל המרכז הרפואי מאיר. בפרסים על עבודות מחקר מצטיינות זכו: במקום הראשון: עודד קוממי, מעבדה אונקוגנטית, במקום השני: ד"ר הילה שלו - רופאה מתמחה באגף נשים ומיילדות, במקום השלישי: ד"ר ירון רודניצקי - מנהל שירות כירורגיה קולורקטלית ופרוקטולוגיה, מחלקה כירורגית ב'. בפוסטר המצטיין זכה פרופ' שלום אבשלום - מנהל מחלקה כירורגיה פלסטית.

להמשך קריאה>>



שפרו לנו! ניצחון אחד בחודש

שיפרנו, וכדאי לכם לדעת מזה! קבלו עדכון על פתרון לאתגר בירוקרטי, שטופל במסגרת מהלך "שפרו לנו" לצמצום הבירוקרטיה: בקשת אישורי מחלה בנתב הטלפוני של המרפאה

איך זה עובד? מתקשרים אל המרפאה, מקישים 3 לשירותי משרד, ומקישים שוב 3 ל"בקשה לאישורי מחלה", מבצעים הזדהות קולית, מוסרים פרטי תעודת זהות, סיבת מחלה, מספר ימי מחלה ותאריך תחילת המחלה. הבקשה מועברת לאל תור לרופא המשפחה או הילדים של המטופל. לאחר טיפול הרופא בבקשה, נשלח עדכון למטופל.

להמשך קריאה>>

שפרו לנו





מיכאל פרוסמוסקין : שתי ילדות אושפזו בבי"ח מאיר בכפר סבא במצב קשה בעקבות סיבוכי שפעת. ד"ר ברק מידן, יחידת טיפול נמרץ ילדים, בי"ח מאיר מקבוצת כללית.

13/02/2024 - 13:21 | יומן 90 (אמצע הדרך)



ריאיון עם ד"ר מאיר קסטנבאום, סגן מנהל מחלקה נזירולוגית ומרפאת הפרעות תנועה במרכז הרפואי מאיר על השפעת ימי המלחמה הלחוצים על מחלת הפרקינסון וקשת הטיפולים הרחבה שיש לטיפול במחלה.

23/02/2024 - 10:33 | רופא פרטי (רדיו צפון)

104.5^{fm}
רדיו צפון



מרכז רפואי מאיר

מסונף לפקולטה לרפואה, אוניברסיטת תל אביב

צעד לפני
בשביל הבריאות שלך

טעימות מהדיגיטל פברואר 24



Meir Medical Center מרכז רפואי מאיר 

1 בפברואר ב-13:21 

הנה מבחר מההופעות של הצוותים המצויינים שלנו בתקשורת בשנה החולפת.
שנה מאתגרת ומטלטלת - זו הייתה השנה שהייתה

בדוברות אנו מביאות לידי ביטוי תקשורתי
בכל הערוצים הקיימים, את העשייה המדהימה
של הצוותים **המקצועיים והמסורים** שלנו.

מוגשת לכם טעימה מההופעות שלנו בתקשורת בשנת 2023
השנה המטלטלת ביותר שחווינו!

שווי הפרסומים בשנת 2023 עמד על **כ-20 מיליון ₪**

חגית שרון
דוברת מרכז רפואי מאיר

[קישור לסרטון](#)

אתם מכירים אותם ממסדרונות בית החולים, אבל ככה עוד לא ראיתם אותם! לרגל יום המשפחה - הנה כמה מחברי הסגל ששיתפו אותנו בתמונות ילדות מתוך אלבומי המשפחה שלהם. נוסטליגיה מחממת לב.

יום משפחה חם ואוהב לכולם ❤️❤️❤️ (כל השמות בתיאורי התמונות)... ראה עוד



לפעמים דווקא כן אפשר לבחור משפחה, נכון? הנה כמה מהמשפחות של מאיר. חלקן משפחות ביולוגיות, חלקן משפחות שבלב. כי בסופו של דבר - החיבור, האהבה והביחד - זה מה שחשוב. יום משפחה מחבק לכולם, ומי ייתן וכל המשפחות יוכלו להתאחד ולהתחבק בקרוב! ❤️





ההסתדרות הרפואית בחרה 12 רופאות ורופאים מובילים שהם גם יזמיות ויזמים, המובילים חדשנות בתחומם ומביאים את הרפואה הישראלית והעולמית לפסגות חדשות. ביניהם נבחר פרופ' יהודה רינגל, מנהל המכון לגסטרואנטרולוגיה ומחלות כבד במרכז רפואי מאיר. פרופ' רינגל יזם ומוביל שני מיזמים מתקדמים בתחום הביוטק הנמצאים כעת בשלבי פיתוח. אנו מברכים אותו על בחירה זו.

צילום: עופר חג'יוב... ראה עוד



” יצירתיות וחדשנות, המבוססים על ניסיון קליני רחב וידע מדעי מעמיק, בשילוב עם מחוייבות למטופלים, הבנת החסרים, הצרכים והאפשרויות בעולם הרפואה - מהווים את הבסיס לעבודתנו כרופאים-יזמים בתחום הביוטק ”

פרופ' רינגל מביא איתו ניסיון קליני, מחקר וניהול נרחבים והיכרות מעמיקה עם מערכת הבריאות, החוקר, האקדמי, ותעשיית הפרמצ' והביוטק בישראל ובעולם.

במרבית שנות עבודתו, כרופא-חוקר בארצות הברית, עבד פרופ' רינגל באופן קרוב עם חברות המסדה הנדלונות לזן ייעץ בתכנון ויישום מחקרים קליניים. עבודתו מול הרשויות הרגולטוריות בארה"ב (FDA) ואף יזם ושימש כחוקר ראשי במחקרים רב-מרכזיים רבים.

את הניסיון הרב שרכש הוא מותב כיום לטובת מחקר יישומי וקידום תעשיית הביוטק בישראל. פרופ' רינגל יזם ומוביל שני מיזמים מתקדמים בתחום הביוטק: חברת Bioxics Ltd - עוסקת במחקר ומיזום תרופות מסונות מיקרוניזם לטיפול במחלות נירוליות, מחלות מערכת העיכול חיהומים עגידים לאנטיביוטיקה, חברת נמצאת כיום בשלב ניסוי קליני ראשון בני אדם חברת ARDS Medical Ltd - מפתחת מערכת מתקדמת לאבחון וטיפול במחלות סניפקור רצפת האגן, החברה נמצאת על ידי הרשות לחדשנות וממנת נלי-אפק ומצאת בשלבי ניסוי קליני בני אדם.

פרופ' רינגל הינו בער המחזור הראשון של קורס הכשרת דירקטורים בחברות רפואיות של הרי" 1-8400 ומשמש כדירקטור ויועץ לחברות התקן ישראליות בתחום הבריאות.



מכשיר לקיצוץ ציפורניים "לכד" שפתיים של ילדה בת חמש, והיא הובהלה למיון ילדים במרכז רפואי מאיר. צוות מיון ילדים בשיתוף כירורגיה פלסטית ביחד עם לוחמי האש מתחנת השרון הצליחו לשחרר את המכשיר ולשלוף אותו. ד"ר אהוד רוזנבלום, מנהל מיון ילדים: "הבנו שכל משיכה תפעיל אותו שוב ושוב והזעקנו צוות כיבוי".

על הרגעים הדרמטיים והמבצע שהצליח, בכתבה שהתפרסמה באתר YNET

כבאות והצלה לישראל Israel Fire & Rescue Authority



ynet.co.il

מכשיר לקיצוץ ציפורניים "לכד" שפתיים של ילדה, כך שחררו אותו

הילדה בת החמש שיחקה עם המכשיר והובהלה למיון במרכז הרפואי מאיר לאחר שנתפס בשפתיה. צוותים רפו...

Meir Medical Center מרכז רפואי מאיר

4 בפברואר ב-10:46

Oops!...I Did It Again

אותה יולדת, אותה מיילדת, אותה דולה, ואיך לא? אותה בריכה!
 גל זמירלי ילדה את בתה הבכורה בלידת המים הראשונה שהתרחשה אצלנו במאיר לפני כשנתיים וחצי! השבוע גל
 ושחר חזרו לשידור חוזר ללידת בתם השנייה.
 כנראה שיש משהו טוב אצלנו במים 😊 ... ראה עוד



Meir Medical Center מרכז רפואי מאיר

5 בפברואר ב-9:00

אובדן של אדם קרוב הוא מהחוויות הקשות שאדם עובר בחייו.
 כיצד מתמודדים מי שנותרו מאחור עם סערת הרגשות, חוסר הודאות והבלבול המציפים אותם?
 תוכנית ייחודית וראשונה מסוגה בארץ ובעולם לליווי משפחות לאחר הפטירה הפועלת ישירות מתוך בית החולים
 היא תוצר של שת"פ בין מרכז השירות של מרכז רפואי מאיר ותוכנית מעמקים של עמותת 'בנתיבי אודי' שהוקמה
 לזכרו של סגן אודי יהודה אלגרבל ז"ל שנפל בקרב בלבנון.
 ליאת ליפסקי-פוזיצקי מנהלת מערך השירות וחוותי המטופל במרכז רפואי מאיר מסבירה, "במסגרת הליווי בנ...
 ראה עוד



מרכז רפואי מאיר

מסונף לפקולטה לרפואה, אוניברסיטת תל אביב

צעד לפני
 בשביל הבריאות שלך

...

מרכז רפואי מאיר Meir Medical Center



4 ימים ·

לפעמים 1+1 זה יותר מ 2.

תוכנית 'מאיצי מדע' היוקרתית המבוססת על מענק של משרד המדע אכן מניבה תוצאות כאלו. קבוצות עבודה משותפות של קלינאים/ות ממרכז רפואי מאיר ומרצים/ות בממכללת אפקה להנדסה מצמיחות, במסגרת התוכנית, פתרונות טכנולוגיים והנדסיים חדשניים ומרתקים לצרכים רפואיים, חלקם כבר נרשמים כפטנטים משני חיים. בין היתר פותחו פתרונות לאבחון תרמי של דלקות פרקים, פתרון חדשני לקיבוע עדשה בניתוחי עיניים ומכשיר לאינטובציה חכמה ויעילה יותר, וטכנולוגיה שתאפשר איתור מדויק למיקום קטטרים כ... **ראה עוד**



[לינק לסרטון](#)



מרכז רפואי מאיר

מסונף לפקולטה לרפואה, אוניברסיטת תל אביב

מרכז רפואי מאיר Meir Medical Center



3 ימים ·

מסיימים פרק במאיר ❤️

באירוע פרידה מרגש שאורגן ע"י מחלקת משאבי אנוש, נפרדנו מפורשי מרכז רפואי מאיר, נהנינו לפגוש את כל האנשים היקרים לנו, התרגשנו יחד וגם קיבלנו כמה טיפים בהרצאתו של ד"ר חיים שפירא על איך לחיות באושר.

בהצלחה והרבה אושר לכולם בפרק הבא 😊



צעד לפני בשביל הבריאות שלך

מרכז רפואי מאיר Meir Medical Center
5 ימים · 🌐

ברכות חמות לאנטסטיה גורבנקו השחינית האולימפית, על זכייתה במדליית הכסף ב-400 מעורב באליפות העולם בקטאר!
כולנו במרכז רפואי מאיר, המלווה הרפואי הרשמי של הספורטאים האולימפיים, שמחים בשמחתך וגאים בך! 🇮🇱🏆
הוועד האולימפי בישראל



מרכז רפואי מאיר

מסונף לפקולטה לרפואה, אוניברסיטת תל אביב



מרכז רפואי מאיר

מסונף לפקולטה לרפואה, אוניברסיטת תל אביב

מרכז רפואי מאיר Meir Medical Center
4 ימים · 🌐

...
"הסתכלתי על עווד, סימנתי לו משהו, ותוך שניות כל המערכות שלי קרסו".
שום דבר לא רמז על כך שבסופו של ההריון השליו והרגוע של שירה מחפוד - 'אלצו הצוותים הרפואיים שלנו במרכז רפואי מאיר להילחם מלחמה ארוכה ועיקשת על חייה. תוך מספר דקות מרגע שנולדה בתה נס-יה, התחוללה תפנית דרמטית ושירה חוותה ארוע תסחיף מי שפיר - ארוע שהסיכוי לשרוד אותו הוא 10% בלבד.
את ההתעוררות כעבור חודשיים וחצי זוכרת שירה היטב, "כל התקופה הזו שהייתי רדומה לא הפסקתי לשמוע את ניה קוראת לי 'אמא, בוקר טוב, אמא קומי'. ... ראה עוד



צעד לפני
בשביל הבריאות שלך

Meir Medical Center מרכז רפואי מאיר

15 בפברואר ב-8:35

כנס הריון ולידה שלנו בשישי הקרוב.
תוכנית הכנס בתגובה הראשונה.
מחכות לכן, יהיה מעולה! 💖💖💖

first My dno Market Place מרכז רפואי מאיר מועדון ילדות מרכז רפואי מאיר

כנס היריון ולידה

מרכז רפואי מאיר

08:30 | שישי | 16.2.24

אולם קוט, מרכז רפואי מאיר

מועדון ילדות - מרכז רפואי מאיר
23 בינואר

בהריון? כבר שריינת לעצמך מקום בכנס המיוחד שלנו?
אנחנו מזמינים אותך לכנס הריון ולידה, שיתקיים ביום ו', בתאריך ה- 16.2.24 בשעה 8:30.

Meir Medical Center מרכז רפואי מאיר

6 ימים

כנס הריון ולידה של מרכז רפואי מאיר היה חגיגה!
תודה לצוותי אגף נשים גניקולוגיה ומיילדות ולמועדון יולדות מאיר שעבדו קשה כדי להכיר לבאות את מחלקת
היולדות הנפלאה והמקצועית שלנו, לצד חוויה של כייף ופינוקים.
תודה לפרופ' סל בירון מנהלת אגף גניקולוגיה ומיילדות, למיכל פרס אחראית חדרי לידה, לויקי לוי מנהלת מחלקת
יולדות א' שלנו ולכל צוות המחלקה שליווה את הכנס ... ראה עוד

מרכז רפואי מאיר Meir Medical Center

14 בפברואר ב-11:00



מטופלי ריאות! שואפים לאיכות חיים טובה יותר?
אתם מוזמנים ליום העשרה מרתק במרכז רפואי מאיר ביוזמת מערכי ריאות ופיזיותרפיה המצויינים שלנו. מגוון הרצאות של רופאים, פיזיותרפסטים, דיאטנית ועוד ירחיבו את ארגז הכלים שלכם בהתמודדות עם מחלות ריאה שונות.

29.2.24 בין השעות 9:00-13:00 באולם קוט, ללא עלות
מספר המקומות מוגבל, יש להרשם מראש בווטסאפ 052-4768875
נשמח לראותכם - ל"ז הכנס בתגובה הראשונה!... **ראה עוד**



שאיפה לאיכות חיים טובה יום העשרה למטופלי ריאות

29.2.2024 בין השעות 9:00-13:00
אודיטוריום קוט

הגעה מותנית בהרשמה מראש
בווטסאפ: 052-4768875
ללא עלות, ניתן להגיע עם מלווה

מערך פיזיותרפיה
מרכז רפואי מאיר

מרכז רפואי מאיר
מסגרת לטיפול לרפואה, אפיפיזיולוגיה ורפואה



מרכז רפואי מאיר

מסונף לפקולטה לרפואה, אוניברסיטת תל אביב

צעד לפני
בשביל הבריאות שלך