



חיים בכבוד

בטאון העמותה הישראלית ליל"ך - לחיות ולמות בכבוד

Lilach - Live and Die With Dignity



ברגע האחרון: אושרה בוועדת שרים לחקיקה הצעת החוק
"מוות במרשם רופא", שהגיש ח"כ עופר שלח

אליהו מצא ■ בן קורן ■ עמירם רביב
גבריאל גרסיה מרקס ■ אבי קורן
אסי דיין ■ יאיר גרבוז

כתובת האתר באינטרנט: www.lilach.org.il

גיליון מס' 38
יולי 2014
No. 38
July 2014

Tel-Aviv
P.P.-שולם
8405

מוסדות לילך ופעיליה

נשיא

אליהו מצא, משנה לנשיא בית המשפט העליון בדימוס

הנהלה מצומצמת

בינה דיבון - יו"ר, טל' 03-6720729

ציפי חן, טל' 03-6445945

חיפה

עו"ד יעל פנקס, טל' 04-8661378

עו"ד יונתן פרידלנדר, טל' 04-8531446

אשדוד ובאר-שבע

עו"ד נעים שומר, טל' 08-8565522

לדוברי אנגלית:

עו"ד הרצל כץ

Adv. Hertzal Katz 03-5496475

ועדת ביקורת:

נחמן זילברברג

נמרוד קנמו

מודי ברקאי

ועדת השקעות:

עוזי שריר

פיתוח תוכנה:

מרים קוגל

המשרד:

טל' 03-6730577 פקס' 03-6730582

שעות עבודה:

א'-ה' 9:30 עד 12:30

פגישות במשרד - בתיאום טלפוני מראש בלבד

כתובת למשלוח דואר:

ת"ד 2213, בני-ברק 52112102

דואר אלקטרוני:

Lilach19@zahav.net.il

אתר אינטרנט:

www.lilach.org.il

הפקת דפוס:

ספי דגן בע"מ

הבונים 11 רמת-גן

טל' 03-6130466 פקס' 03-7523101

ועד מנהל

יעל דבדבני, טל' 03-7414283

רבקה הוכהוויזר, טל' 04-8372326

עופרה איתן-מאירסון

חנה סגל, טל' 04-8253736

מרים קוגל

דפנה רסקין

אהודה גאבר

דינה נקש - חברה לשם כבוד, טל' 08-8554576

גזברית - יעל זגורי

רכות מידע - עליזה גרשון-שריר

יום א' 8:00-10:30, טל' 03-6730574

רכזים:

ירושלים

דפנה עמית, טל' 02-5664901

אילנה רביד, טל' 02-5611154

חיפה והצפון

רבקה הוכהוויזר, טל' 04-8372326

חנה סגל, טל' 04-8253736

דרום:

ד"ר רפאל דויד, טל' 08-8642482

אחיות מוסמכות לעזרה במילוי

הטופס הממשלתי:

תל אביב והמרכז:

יעל דבדבני, טל' 03-7414283

חיפה והצפון:

חנה סגל, טל' 04-8253736

יועצים משפטיים:

תלי-אביב

עו"ד אלי זוהר

עו"ד איתי זוהר, טל' 03-7101616

על הפרק

מאת: בינה דיבון

מהנעשה בעמותה

עברו ששה חודשים מאז הביטאון האחרון ואנו שמחים לספר לכם מה התחדש, מה נעשה ומהן הציפיות לעתיד בעמותה.

יושבים ודנים. כרגע יושבת עדיין הוועדה שהוקמה על ידי שרת הבריאות לעיון מחודש בחוק החולה הנוטה למות, והיא דנה בהצעות, אפשרויות הרחבה ותיקונים בחוק. עוד דנה הוועדה בקיצור ופישוט טופס מתן הנחיות רפואיות מקדימות של משרד הבריאות, וכן בצורך להעמקת והרחבת הידע של הרופאים וצוותי הרפואה השונים בכל הקשור לחוק החולה הנוטה למות. נשיא עמותת ליל"ך, כבוד השופט אליהו מצא משתתף כחבר בוועדה זו. אנו מקווים שעד סגירת הגיליון נוכל ליידע אתכם על החלטות הוועדה.

משהו זז. בינתיים אנו שומעים מן השטח יותר ויותר על התייחסות חיובית בבתי החולים השונים וכיבוד רצון החולים הסופניים הממציאים טופס מתן הנחיות רפואיות מקדימות של ליל"ך. אולם, אנו עדים עדיין לחוסר ידע משווע בקרב הרופאים, החל מרופאי המשפחה, דרך צוותי הרפואה בבתי החולים וכלה במנהלים וממלאי תפקידים בכירים אחרים.

אנו חוזרים על המלצתנו לחברים/ות: דרשו מרופא המשפחה שלכם שיצרף את טופס מתן ההנחיות הרפואיות המקדימות שמילאתם לתיקכם הרפואי. במקרה של סירוב, פנו אלינו.

מדברים על זה. גם בתחומים אחרים, כמו תחומי האמנות השונים יש מודעות גוברת והולכת לגבי

תוכן העניינים

4	הסדציה הפליאטיבית לקראת אסדרה - אליהו מצא
6	כל סוף הוא גם התחלה - פרופ' בן קורן
8	מתנדבת - מרים לב
10	הוספיס בית - שלומית לולה
12	עלילותיה של תפילה - פרופ' עמירם רביב
15	כה אמר - גבריאל גרסיה מרקס
16	חיים שכאלה - נעמי קהת
18	לא הכל דבש - איתן ווייץ
20	על מות ילדים - טלילה בן זכאי
21	מתנה לאמא - אסי דיין ז"ל
22	ידיעות חו"ל - ציפי חן
24	ידיעות מהארץ - חברי עמותת ליל"ך
28	מדור אינטרנט - יאיר גרבוז
30	ספרים חדשים - עליזה גרשון-שריר
31	שיר: מסכה - אידה צורית
32	תשבץ - טובית אוריאל
35	אנגלית - עו"ד הרצל כץ

תמונת השער:

Big Bamboo

מוזיאון ישראל, ירושלים

ראו פרטים בעמ' 3.

מערכת חיים בכבוד:

בינה דיבון

טלילה בן זכאי

עשי וינשטיין

עיצוב גרפי: טובית אוריאל

ת.ד. 2213 בני ברק 51121

© כל הזכויות שמורות

ינואר 2014 גיליון 37

תמונת השער:

Big Bambu

7000 מוטות במבוק; 80 ק"מ של מיתרי טיפוס; 16 מטרים גובה; 7 שבועות של הקמה ובנייה בהשתתפות 25 מטפסי הרים מארה"ב, איטליה וישראל - כל אלה מרכיבים את המיצב Big Bambu בגן הפסלים במוזיאון ישראל, ירושלים. המיצב משלב פיסול ואדריכלות שיצרו האחים התאומים דאג ומייק סטארן. מיצבים דומים הוצגו על גג המטרופוליטן בניו יורק וגם בביאנלה בוונציה, ברומא ובפריז. אפשר לטפס ולשוטט בשבילי ההליכה במפלסי גובה שונים, להקיף, לטפס, לגעת ולחוות את עבודת האמנות החורגת מכל מה שאנו מכירים באומנות עד היום.

סיום החיים בכבוד. סרטים, כמו הסרט "דבש", הצגות כמו "יום העצמאות שלי" ו"סוף טוב", סרטים וסדרות בטלוויזיה ותוכניות כמו "עובדה" מתייחסים לנושא ומבליטים את זכותו של האדם על גופו ואת החובה לכבד את רצונו. גם אנו מפנים חלק רב מפעילותנו להגברת הידע לנושא, אם על ידי תמיכה כספית בפעילות מס"ר המקיימת השתלמויות לרופאים וצוותי רפואה בנושא סוף החיים, ואם על ידי פרסומים בכלי התקשורת השונים והשתתפות בכנסים ובמרכזי השתלמות בנושא זה.

עמותה חסכונית. בזמן האחרון נמתחה ביקורת ציבורית על שכרם הגבוה של מנכלי עמותות שונות העוסקות במתן עזרה לקהלים נזקקים והפונים לציבור למתן תרומות. אנו גאים לספר לכם כי כל המתנדבים בעמותת ליל"ך, למעט מזכירה במשרה חלקית, עושים את עבודתם בהתנדבות מלאה. רובם עובדים מן הבית ואינם מבקשים אף את כסיו ההוצאות הקשורות בכך. תודתנו נתונה לכולם.

כן נתונה תודתנו לחברים/ות שבעזרת דמי החבר שלהם אנו יכולים לקיים את פעולות העמותה ולהמשיך במאבקנו.

מה אומר החוק הישראלי לגבי התאבדות, או עזרה בהתאבדות?

עם קום מדינת ישראל היה חוק קיים משנת 1936 הקובע כי התאבדות היא עבירה שעונשה שלוש שנות מאסר. בשנת 1966, לאחר ויכוחים קשים בכנסת, תוקנה פקודת החוק הפלילי ועבירה זו נמחקה מספר החוקים. כיום קובע החוק הישראלי כי "אדם המביא אדם לידי התאבדות בשידול או בעצה, או מסייע לאדם להתאבד - דינו מאסר עשרים שנה". נמסר ע"י עו"ד איתי זהר, היועץ המשפטי של עמותת ליל"ך.

?

ת"ד 2213
בני ברק 51421

כל מה שרציתם לשאול
את ליל"ך



שאלות ותשובות

מהי ביו-אתיקה?

? ביו-אתיקה היא תחום משולב של אתיקה וביולוגיה העוסק בהיבטים האתיים של הביולוגיה והרפואה. לדוגמה: שיבוט יצורים (בעיקר בני אדם), דחיית ההזדקנות וחיי נצח, רבייה וכו'.

הסטנדרט הרפואי המקובל לביצוע סדציה פליאטיבית מחייב שימוש מושכל בתרופה מרדימה, כשהמטרה היא להרדים את החולה ולא לקרב את מותו והיא מותרת רק במקרים של חולה סופני המקיים את ההגדרה של הנוטה למות. אך גם חולים במחלות קשות שאינם מקיימים את תנאי ההגדרה, מפני שתוחלת חייהם אינה ניתנת להערכה רפואית, סובלים לא פעם בשלבים המתקדמים של מחלותיהם מכאבים פיסיים וממצוקה נפשית והם עשויים להצדיק טיפול בסדציה פליאטיבית



הסדציה הפליאטיבית לקראת אסדרה

מאת: אליהו מצא, משנה לנשיא בית המשפט העליון בדימוס, נשיא ליל"ך

להקל על סבלו ומכאוביו של חולה, ולפי הצורך גם להקלת סבלם והבטחת רווחתם של בני משפחת החולה. המונח "סדציה פליאטיבית" משמעו שימוש בסדציה הניתנת לחולה במטרה להקל על סבלו הגופני או מצוקתו הנפשית. הווי אומר: אף בסדציה פליאטיבית נעשה שימוש מבוקר בתרופות המורידות את רמת ההכרה של החולה, אך זאת ללא קשר לביצועו של טיפול רפואי מכאיב אלא רק כאמצעי שמטרתו להקל על סבלו הגופני או מצוקתו הנפשית.

חוק החולה הנוטה למות מעגן את זכותם של חולים חשוכי מרפא, שהחוק מגדירם כ"נוטים למות", לסרב לקבל טיפול רפואי מאריך חיים. ואולם גם במקום שחולה כזה מסרב לקבל טיפול מאריך חיים, מטיל החוק על הרופא האחראי חובה לגרום לכך שיינתן לחולה טיפול פליאטיבי, לרבות באמצעות תרופות ומשככי כאבים, אף אם הדבר כרוך בסיכון סביר לחייו של החולה. הסיפא מרמזת לאפשרות להקל על

נראה שמשדד הבריאות נערך לאסדרה (רגולציה) של הטיפול בסדציה פליאטיבית. בהסתמך על המלצות המועצה הלאומית לביאותיקה הפיץ מינהל הרפואה במשרד - בשלב זה להערות ולהצעות - טיוטת מכתב חוזר שכותרתו "קווים מנחים לסדציה פליאטיבית". מטרת המסמך, לאחר שיפורסם רשמית, היא לקבוע כללים מנחים למתן טיפול בסדציה פליאטיבית לחולים סופניים שהוגדרו, בהתאם לחוק, כ"נוטים למות".

הסבר קצר למונחים: "סדציה" (שבלשון עממית מכונה "ששטוש" או "הרדמה") משמעה שימוש מבוקר בתרופות להורדת רמת ההכרה של חולה. סדציה, ככלל, ניתנת במטרה למנוע, או לצמצם, כאב הכרוך בביצועו של טיפול רפואי חודרני. טיפול "פליאטיבי" (בעברית פשוטה: טיפול מקל) מתבטא במתן תרופות, משככי כאבים ולעתים אף בנקיטת אמצעים פסיכולוגיים, סיעודיים וסביבתיים, שמטרתם

הנחיות רפואיות מקדימות, או/וגם יפוי כוח, בהתאם לחוק החולה הנוטה למות. אם החולה אינו כשיר, ניתן לתת לו טיפול בסדציה פליאטיבית בהסכמת מיופה כוח שמינה החולה בעבר, בהסכמת אפוטרופוס שמונה לו על ידי בית המשפט, או בהסכמת "אדם קרוב" כמשמעו בחוק.

הסטנדרט הרפואי המקובל לביצוע סדציה פליאטיבית מחייב שימוש מושכל בתרופה מרדמה, כשהמטרה היא להרדים את החולה ולא לקרב את מותו. להשגת המטרה יש להתאים את מינון התרופה למצבו של החולה. על איש הרפואה המופקד על מתן הטיפול - רופא או אחות שעברו הכשרה מתאימה - להקפיד שמתן מנה ספציפית לא תביא למות החולה. המינון הרצוי הוא המינון המינימלי הנדרש להקלת התסמינים. את משך הטיפול בסדציה פליאטיבית יש להתאים למצבו של החולה; ואם די במתן סדציה לתקופה קצובה, עד שטיפול פליאטיבי אחר יחל לפעול, או סדציה לסירוגין לטווח קצר, אין לתת סדציה פליאטיבית רציפה.

אלו, בתמצית, עיקרי ההנחיות שעם כניסתן לתוקף עתידות להסדיר את נושא הסדציה הפליאטיבית. רופאים שהגיבו על טיוטת ההנחיות הביעו תמיכה באישורן. בתגובה ששיגרתי למינהל הרפואה ביקרתי את הגבלת הטיפול בסדציה פליאטיבית לחולים סופניים המקיימים את תנאי ההגדרה החוקית של נוטים למות. הלוא גם חולים במחלות קשות שאינם מקיימים את תנאי ההגדרה, מפני שתוחלת חייהם אינה ניתנת להערכה רפואית, סובלים לא פעם בשלבים המתקדמים של מחלותיהם מכאבים פיסיים וממצוקה נפשית העשויים להצדיק טיפול בסדציה פליאטיבית. אך נראה שהדרך להיטיב את מצבם של חולים כאלה היא בהרחבת גדר תחולתו של חוק החולה הנוטה למות, נושא העומד לדיון לפני הוועדה המקצועית שמונתה לכך על ידי שרת הבריאות ■

סבלו ומכאוביו של חולה הנוטה למות במתן סדציה פליאטיבית, שבנסיונות מסוימות (כגון, הגדלה נדרשת של מינון התרופה המרדמה) עלולה לסכן את חיי החולה. יצוין כי השימוש המעשי בסדציה פליאטיבית מוכר בפרקטיקה הרפואית כטיפול לגיטימי רק במקריהם של חולים סופניים, המצויים בשלב האחרון של חייהם ומתייסרים בכאבים בלתי נסבלים. למותר להוסיף, שככל טיפול רפואי גם סדציה פליאטיבית מותנית בהסכמת החולה, או נציגו החוקי, לקבלת הטיפול.

בטיטת המכתב החוזר, שמשדר הבריאות הפיץ לאחרונה, הוגדרה סדציה פליאטיבית כ"שימוש מבוקר בתרופות להורדת רמת ההכרה (סדציה) במטרה להקל סבל שמקורו בסימפטומים עמידים ומצוקה נפשית". כקבוצת היעד לקבלת הטיפול סווגו "חולים הנוטים למות המצויים במצב של סבל בלתי נסבל (למשל כאב קיצוני, קוצר נשימה משמעותי המלווה בהרגשת מחנק בלתי נסבלת, דליריום קשה) שמוצו לגביהם כל הטיפולים הפליאטיבים המקובלים". חידוש חשוב מתבטא בהנחייה שלפיה "הסדציה הפליאטיבית יכולה להינתן הן במסגרת אשפוזית והן בקהילה, בבית המטופל". הרחבה זו מתייחסת, בעיקרה, לחולים סופניים הזוכים לטיפול פליאטיבי במסגרת המכונה "הוספיס בית".

בפרק ההנחיות שבמסמך הודגש הצורך בקבלת הסכמת החולה לטיפול בסדציה פליאטיבית. ההמלצה למתן הטיפול חייבת להינתן על ידי רופא בעל הכשרה וניסיון ברפואה פליאטיבית, לאחר דיון בנושא עם הצוות המטפל בחולה, לרבות "הרופא האחראי" במוסד הרפואי ורופאו האישי של החולה. במתן ההסברים לחולה, לשם קבלת הסכמתו, יש לשתף גם את בני משפחתו או אנשים אחרים הקרובים לחולה.

אם החולה הנוטה למות כשיר, יש לקבל את הסכמתו לטיפול; ומומלץ לתעד זאת בהחתמתו על טופסי

כל סוף הוא גם התחלה

סקר שנערך לאחרונה בין 100 רופאים מוכיח שבישראל לא מיישמים את חוק "החולה הנוטה למות". אף שהחוק קיים מ-2005, רק 26% מהרופאים ידעו שעליהם להציג אותו בפני החולים. לפניכם מאמרו המסכם של פרופ' בן קורן, שמציע לאמץ את "פרויקט השיחה" כדי לקדם את יישום החוק

מאת: פרופ' בן קורן

הרופאים שענו על הסקר התבקשו לענות בין היתר על השאלות הבאות: האם הרופא מציג בפני המטופל את קיום החוק ומיידע אותו על זכותו החוקית שלא להאריך את חייו? האם לרופא יש ידע הנדרש להבנת החוק על השלכותיו והמשמעויות הכלולות בו? במידה והרופא אינו מיישם את החוק, מה הגורם שמונע ממנו לעשות זאת?

ממצאי הסקר העלו כי: 26% בלבד מהרופאים ידעו כי האחריות להצגת חוק החולה הנוטה למות למטופל היא באחריותם. רק 28% מהרופאים הבינו שהחוק מופעל כאשר לחולה נשארו כשישה חודשי חיים. לגבי השאלה מדוע הם אינם מעלים בפני המטופל את החוק, 88% מהרופאים ענו שזאת כתוצאה מחוסר זמן. בנוסף לנתונים שעלו מהסקר, סיפרו הרופאים כי מרביתם נמנעים מלנהל את השיחה על החוק כתוצאה מחוסר נוחות ונעימות, זאת על אף שהחוק דורש מהם לנהוג אחרת.

נתונים קשים אלו מצריכים התמקדות רחבה יותר בתופעה שאולי תצליח להסביר מדוע היא מתרחשת בישראל, ולהבין מדוע אנחנו מפחדים כל כך מלעסוק במוות שהוא חלק בלתי נפרד מחיינו. פרופ' קנת' פרייגר, במאמר שחיבר עבור ה-AMA Journal of Ethics, מצביע על כך שהקידמה בתחום הביורופואי אינה מאפשרת

עד כמה אנחנו, כיחידים או כחברה, בוחרים להתחמק מסוגיות סוף החיים המתעוררות בהתמודדות עם מצבו של חולה קרוב שנמצא בערוב ימיו? האם גם הרופאים מתחמקים מעיסוק בשאלות הרוט



פרופ' בן קורן. צילם: ליאור צור

לפני כמה חודשים פורסם סקר שערכתי יחד עם עמיתי, ד"ר דנה דורון ופרופ' שי וקסלר, מומחה ברפואת ילדים והפרעות אכילה, בבית חולים הדסה הרהצופים שמצא כי בישראל לא מיישמים את חוק החולה הנוטה למות משנת 2005. הסקר בוצע בקרב 100 רופאים ישראלים בבתי חולים בישראל והתפרסם בכתב עת - American Journal of Clinical Oncology.

והשאלות הן...

חוק החולה הנוטה למות מפרט את זכויות החולה במחלה סופנית, שנותרו לו כשישה חודשי חיים, לפי הערכת הרופא הבכיר שאחראי לטיפול בו. החוק מרחיב את זכות החולה לסרב או להסכים לטיפול, בכך שהוא מאפשר לחולה להביע את רצונו מראש לגבי טיפול רפואי עתידי בו, אם וכאשר ייקבע שהוא חולה הנוטה למות.

אחד מאיתנו מונע על ידי מקבץ ערכים אישי. כלומר, יכול לקרות מצב שבו יחידים ומשפחות מגדירים הקשרים והעדפות משלהם.

לאחרונה, עמותת "תשקופת-מעגן" שאני עומד בראשה, יבאה לארץ מיזם אמריקאי, שנקרא "פרויקט השיחה", תוכנית חשובה שתופעל בארץ בעברית, רוסית וערבית. בבחינת השאלות הפשוטות על העדפות המטופלים במהלך ובסוף החיים, ניתן להגדיר מטרות ברורות עם קרוביהם ואפשר לצמצם את מידת חוסר הודאות והחרטה. השאלות שבפרויקט השיחה הן ישירות ומאתגרות: אם אתם חולים במחלה קשה, האם אתם חוששים שלא תקבלו די טיפול או שהטיפול יהיה אגרסיבי מדי? האם תהיו מוכנים לעבור טיפולים שעלולים להיות מסוכנים אם ההתערבות תוכל להאריך את חייכם ולהגדיל את הסיכויים להגיע לאירועים חשובים כגון ימי הולדת וסיום לימודים? האם קיימות נסיבות (כגון תלות במכונת הנשמה או צינור הזנה) שבעיניכם גרועות ממוות? וכולי.

לסיכום - יש צורך לעשות הסברה בקרב הממסד הרפואי על היתרונות של ניהול שיחות בסוף החיים עם החולה ומשפחתו שכן מדובר בתהליך מזכך שלעיתים רבות מאפשר פרידה נאותה ושלווה יותר של החולה ממשפחתו ומהעולם ■

למטופלים למות ביחידת הטיפול הנמרץ כמו פעם. בעוד מכונות מתוחכמות מאפשרות לרופאים לבצע "הצלחות" הרואיות, אותן טכנולוגיות עצמן למעשה מאריכות את תהליך הגסיסה אצל הסובלים ממחלה חשוכת מרפא.

אריק שרון כמשל

לדוגמה: למרות שמצבם של חולים שנמצאים במצב וגטיביבי כמו שהיה אריאל שרון, מאפשר קיום מחוץ ליחידת הטיפול הנמרץ, אחרים סבורים כי הטיפול להארכת חייהם בלתי הולם ושגוי בטענה של "חוסר תועלת רפואית". אולם פרייגר מדגיש כי לביטוי "חוסר תועלת" אין כל משמעות כשהוא מוצג ללא הקשר. כשמדובר בחיי אדם, ביסוס הקשר כזה מחייב הגדרה ברורה של מטרות. אם המטרה היא להשיב את החולה להכרה מלאה, הרי שניתן אולי להגדיר את הטיפול הרפואי כחסר תועלת. אבל מה קורה כשבני משפחתו של החולה, כמו בניו של אריאל שרון, רוצים להשאיר אותו בחיים משום שהם מאמינים בקדושת החיים ורוצים להיות לצידו של האדם האהוב עליהם? סביר להניח שהם יגידו שהטיפול בו אפקטיבי ולא חסר תועלת. האם החברה צריכה לקבוע שההעדפות הללו סבירות או שמא הן אנוכיות, שלא לומר בלתי מוסריות? אי אפשר ליצור הגדרות אבסולוטיות של "חסר-תועלת" ו"סביר" שכן כל

בואו נדבר על זה

פרופ' בן קורן: העניין שלי בטיפול בסוף החיים נובע מניסיון אישי. כבר בגיל 10 שמתי לב, בעקבות מוות של אדם קרוב, שאיש בממסד הרפואי או במשפחה שלי לא ידע לדבר על הפרידה מהחיים. כך גם כיום, משום מה לא נוח לנו להתייחס לחולי ולמוות. איני מאשים את הרופאים. אחרי הכל, אפילו בביה"ס לרפואה יש רק קורס אחד בתקשורת שבו משלמים מס שפתיים ורק חלקו מוקדש לטיפול בשאלות הנוגעות לסוף החיים. עמותת "תשקופת-מעגן" קיבלה לאחרונה מארה"ב אישור להשתמש ב"פרויקט השיחה" בארץ, ואני מקווה שזה יגרום לקפיצת מדרגה בצורת הטיפול בסוף החיים. מטרת הפרויקט - לעזור לרופאים לשוחח עם החולים על הצפוי להם לפני התחלת הטיפול הרפואי.

* פרופ' קורן הוא מנהל המכון לקרינה במרכז הרפואי תל אביב, יו"ר עמותת תשקופת-מעגן שזכה באות המתנדב מידי הנשיא פרס.

מתנדבת

כבר לא צריך להיבהל מלמלא את הטופס המורכב והמאיים של משרד הבריאות, טופס המאפשר לנו להביע את הרצון שלא להתחבר למכונת הנשמה / לא להתחבר למכונת הזנה / לא ולא. וגם מה כן. המתנדבות של ליל"ך, אחיות במקצוען, עוזרות למלא את הטופס ב-ה-ת-נ-ב-י-ת!
פגישה עם יעל דבדבני, מתנדבת סדרתית

מרים לב

רוצה לתרום במסגרת המיומנות שלי". כאחות רבת ניסיון, יעל התנדבה לעזור לחברי ליל"ך למלא את טופס ההוראות המקדימות של משרד הבריאות. מספר הטלפון של יעל, (המתפרסם בעמוד האחורי של עיתון זה), עסוק. היא מקבלת כמה בקשות לעזרה בשבוע, בין חוג התעמלות לריקודי עם ושאר עיסוקים מענגים, היא נפגשת עם כל אחד פנים-אל-פנים ומקדישה כשעה



יעל דבדבני

וחצי לכל אדם. "כל בתי הקפה בסביבה מכירים אותי", היא מודה בחיוך, "כאן המשרד שלי. האווירה נעימה, והאנשים מרתקים".

כל אדם מביע את רצונו

"לא מזמן פנתה אלי גב' שולמית רטנר, שגרה במוסד לדיור מוגן ברחובות והציעה לממן את הוצאות הנסיעה שלי, ובלבד שאבוא אליה. שלושים אנשים חיכו לי בכיתה מסודרת עם לוח וגיר. עבדנו יחד, בדקתי את הטפסים של כל אחד וחזרתי לשם לעזור לדיירים נוספים. מה שחשוב לאנשים הוא, שמישהו עוזר להם להביע את רצונם". והרי אנחנו יודעים שמדובר ברצון לא שגרתי, עדיין לא לגמרי מקובל, רצון שלבטיטוי

כל אחד מחברי ליל"ך יכול לצלצל ליעל דבדבני, לקבוע פגישה ולהיעזר בה כדי למלא את טופס ההוראות המקדימות של משרד הבריאות. רק שנה אחת בליל"ך, ויעל כבר הפכה לכתובת חשובה, וזה לא מקרי. עד צאתה לגמלאות היא עבדה כאחות מוסמכת, בעלת תואר שני של חינוך בסייעוד, רוב השנים כחלק מצוות חדרי ניתוח, ובהן 25 שנים בבית החולים הר-סיני בניו-יורק.

בשובה לארץ ב-2005 יעל התנדבה במכון הלב בתל השומר. "רציתי להחזיר לחברה, לתת משהו תמורת ההשכלה והקידום שבהם זכיתי. "לאחרונה חזרתי מטויל של מכון אבשלום ברוסיה. אפילו שם פנתה אלי אחות מקיבוץ בעוטף עזה וסיפרה שהיא חברה בליל"ך, אבל זקוקה לעזרה במילוי טופס ההוראות המקדימות של משרד הבריאות. הצעתי לה לאסוף את כל האחיות של האזור כדי שאבוא במיוחד ואדריך אותן כיצד למלא את הטפסים לעצמן וכיצד לעזור לאחרים".

יעל הצטרפה לעמותת ליל"ך בהמלצת שכנים, נענתה למודעת המתנדבים בבטאון וכבר בשיחה הראשונה אמרה: "אני לא רוצה להדביק בולים.

זבוב על הקיר

גלילה זאבי, בנקאית עתירת ניסיון במקצועה עבדה עד לאחרונה בקרן-ירושלים. היא חברה בליל"ך כשנה, פנתה ליעל דבדבני ונפגשה עימה במשרד שבבית הקפה השכונתי. הייתי שם על תקן זבוב על הקיר. גלילה זאבי: "הכרתי יותר מדי אנשים ששכבו בבתי החולים במשך שנים ובני המשפחה שלהם התענו לצידם. אני ממלאה את הטופס של משרד הבריאות בעיקר בשביל המשפחה שלי. השארתי את הטופס של ליל"ך אצל רופאת המשפחה שלי. אבל חשוב לי לדעת שכל הפרטים בסדר, ולכן פניתי ליעל וביקשתי את עזרתה".

דרושים תמיכה ועידוד. יש לה חזון, ליעל דבדבני. "אני שואפת לכך, שברגע שהחולה יגיע למשרד הקבלה בבית החולים וימלא טופס שכולל שאלות אישיות, היסטוריה רפואית, אלרגיות וכו', יהיה מקום גם לנושא שלנו. כלומר, יצויין שם האם החולה מילא טופס הוראות מקדימות. בלי לענות על שאלה זו, אי-אפשר יהיה להמשיך את תהליך הקבלה לביה"ח. הנוהל הזה קיים בארה"ב כבר שנים ואי-אפשר לדלג עליו".

הרופאים והאחיות. ולא פחות חשוב - ליידע את פקידות הקבלה והעובדות הסוציאליות. אי-אפשר שלא לשאול את יעל, שעבדה שנים רבות כאחות בארה"ב, על שינויים ביחס העכשווי שם לחולים הנוטים למות. "בארה"ב התקדמו מאוד בנושא. ברור שמכבדים את רצון החולה בקשר לטיפולים מאריכי חיים. אני זוכרת חולה דמנטי שהגיע מחובר לצינורות הזנה וניקוז לשם ביצוע פעולה כירורגית להארכת חיים, שצעק לרופא: למה אתה עושה לי את זה? והרופא אמר לי: ידעי ככולות. היום זה לא קורה. היום אפילו בניתוחים לא מבצעים החייאה אם החולה חתם על צוואה בחיים וביקש שלא להאריך את חייו".

צוואה לכל דבר ועניין

"טופס ההוראות המקדימות", מבהירה יעל, שהפכה מומחית לנושא, "מקביל לצוואה. היחס אליו הוא כאל צוואה שחייבים לקיים. הוא מבטיח, למשל, שיעשה רצון האדם, גם אם משאלתו עומדת בניגוד לרצון ילדיו. צעירים לא חושבים על זה, אבל כבר עזרתי לאישה בת 55 ואולי פחות. בכלל, רוב האנשים שאני עוזרת להם בריאים בדרך כלל וסובלים רק מבעיות כרוניות כמו יתר לחץ דם ושאר תחלואים שאפשר לחיות איתם.

חשוב מאוד למלא את הטופס ולשלוח אותו למשרד הבריאות בעודנו בריאים". תחשבו על זה ויפה שעה אחת קודם ■

דרושים תמיכה ועידוד.

יש לה חזון, ליעל דבדבני. "אני שואפת לכך, שברגע שהחולה יגיע למשרד הקבלה בבית החולים וימלא טופס שכולל שאלות אישיות, היסטוריה רפואית, אלרגיות וכו', יהיה מקום גם לנושא שלנו. כלומר, יצויין שם האם החולה מילא טופס הוראות מקדימות. בלי לענות על שאלה זו, אי-אפשר יהיה להמשיך את תהליך הקבלה לביה"ח. הנוהל הזה קיים בארה"ב כבר שנים ואי-אפשר לדלג עליו".

פצתי למשרד הבריאות...

"אני באה מהשטח", היא אומרת בנחישות. "רציתי לראות מה קורה לטפסים של ההוראות המקדימות שאנחנו שולחים למשרד הבריאות. נפגשתי עם אתי ביטון, מרכזת הנחיות רפואיות מקדימות במשרד הבריאות, ועם שרי וענבל רכזות הלשכה. ומה מתברר? שהן בודקות כל טופס בדקדקנות כדי לאמת את כל הפרטים. אחר כך הטופס עובר לבדיקה של ד"ר אייל יעקבסון, עוזר רפואי לראש מנהל הרפואה, ורק אז מועברים הטפסים למחשב הארצי של משרד הבריאות. כך נוצר עומס אדיר, מעין צוואר בקבוק, שלא ניתן להתגבר עליו.

"בדקתי גם את היחס של הרופאים ומצאתי חוסר מודעות. כיוון שהטופס חשוב בעיקר כשהחולה אינו מסוגל לדבר, אין מי שיתריע שהחולה הזה חתם על הטופס! חייבים למצוא דרך ליידע את

* בחיפה ובמחוז הצפון, ממלאת מזה זמן רב את אותו תפקיד, בנאמנות רבה, חברת הוועד המנהל - חנה סגל.

כל מה שרציתם לדעת על הוספיס בית

תחקיר

מי שמוגדר כחולה סופני, שתוחלת חייו עד שישה חודשים. מי שמוגדר כסובל מסימפטומים כמו כאבים, בחילות, הקאות, עצירות, תשישות ודיכאון זכאי לטיפול פליאטיבי, בתנאי שיש לו מטפל עיקרי (בן משפחה או עובד סיעוד), תנאים מתאימים לטיפול בבית והוא ומשפחתו מעוניינים בטיפול. על פי חוזר משרד הבריאות הוספיס בית נועד לחולי סרטן הסובלים ממצוקה גופנית או נפשית וחולי סרטן חשוכי מרפא; חולים עם אי-ספיקת לב סופנית, אי-ספיקת ריאות, אי ספיקת כבד וכליות; חולים שעברו שבץ מוחי קשה; חולים במחלת עצבים ניוונית מתקדמת וחולים מחוסרי הכרה. עד כאן - החווה הרשמית.

ממוצע של שישה שבועות

בפועל, לפי תשובות שקיבלנו מקופות החולים כללית, לאומית ומאוחדת - להוספיס בית מתאים כל חולה לקראת סוף חייו, שיש לו אפשרות לקבל טיפול בבית או בדיור המוגן שלו. אך הצוות הרפואי אומר, שבמקרים של סרטן קל יותר לקבוע את משך החיים הצפוי ולכן זוכים להתקבל לתוכנית יותר חולים כאלה.

לצערנו, הנושא סובל מחוסר מודעות בציבור ולכן הטיפול מתחיל בשלב מאוחר. על פי מרפאות "צבר", חברה פרטית המעניקה שירותי הוספיס בית ועובדת עם קופות החולים, משך טיפול ממוצע של חולה הוא כשישה שבועות. אחד מדוברי קופות החולים אף הודה כי על פי רוב, הטיפול מוצע לחולים רק כאשר תוחלת חייהם צפויה להימשך שבועות ספורים.

תוך 48 שעות

למי פונים? כל קופות החולים מציעות מערך

ועכשיו תוכלו לשאול. תחקיר ליל"ך
מתחקה אחרי המהלכים החשובים
שצריך לעשות בשעת מצוקה כדי
להיכנס למסגרת של הוספיס בית

מאת: שלומית לולה

לפני חמש שנים בדיוק, ביולי 2009 פורסם חוזר מנכ"ל משרד הבריאות תחת הכותרת: "הפעלת שירות פליאטיבי (הוספיס) בקהילה, בבית חולים כללי ובמוסד סיעודי". בכך אימצה מדינת ישראל את הנחיות ארגון הבריאות העולמי והוגדרו סטנדרטים לטיפול בארץ.

אחת הסיבות למעבר לשירות פליאטיבי היא שבמקביל להזדקנות האוכלוסייה, משתנים גם דפוסי המחלות הגורמות למוות. המרכז לחקר הזיקנה, מכון ברוקדייל (2005), מציין שעד לפני 50 שנה אנשים רבים במערב נפטרו ממחלות זיהומיות ודרמטיות. וכיום? "רוב האנשים מתים לאט, עקב מחלות כרוניות".

מי זכאי להוספיס בית?

מטרת הטיפול הפליאטיבי היא לשפר את איכות החיים של הלוקים במחלות חשוכות מרפא. שירותים אלה כוללים טיפול רפואי, הקלה בכאב ותמיכה נפשית ורוחנית. הצוות התומך כולל רופא, אחות, עובד סוציאלי, ולעתים פסיכולוג. ובחוזר המנכ"ל: "השירות הפליאטיבי נועד לחולים הסובלים ממחלה חשוכת מרפא מתקדמת וכולל תוכנית משולבת של טיפול רפואי, סיעודי ופסיכו-חברתי. הטיפול כולל איזון סימפטומים ותמיכה נפשית-חברתית לחולה ולבני משפחתו".

הגישה הפליאטיבית בהוספס בית הייתה גבוהה יותר, אך עלות הטיפול בהם הייתה נמוכה יותר. הפער בעלות בולט במיוחד בחודשיים האחרונים לחיים והוא מגיע לפער של 40% בין אלו שטופלו בהוספס בית ובין אלו שלא. הרכיב הבולט ביותר שתרם לפער בעלות הוא האשפוז בבית חולים כללי.

טיפול שכולו חסד

באופן פרדוקסלי, אף שנמצא שהוספס בית עדיף על אישפוז שכן הוא מאריך את חיי החולה, משפר את איכות חייו, והוא זול יותר למערכת, מעטים הם החולים העושים בו שימוש. חסרים ידע, מודעות ואומץ לנהל את השיחה הקשה.

הרגישות של הנושא מעכבת את ההפניה, מסבירה כלנית קיי, ראש אגף סיעוד בשירותי בריאות כללית: "החישוב של עלות תועלת לא רלבנטי. על פניו, יום הוספס בית לעומת יום אשפוז נראה יותר משתלם. אבל אנחנו לא רוצים שילחצו על המשפחות להעדיף שירות כזה או אחר. הדגש הוא על הבחירה של המשפחה ולא על הכסף. יכול לקרות מצב שבו הצוות חושב שמתאים הוספס בית, אבל המשפחה לא מעוניינת והחולה הולך לבית חולים. אנחנו רוצים שהמשפחה תבחר את מה שמתאים לה."

איש צוות מתאר את הדילמה: "זה לא מאורגן בשום מקום. אין לנו חובה. אף אחד לא רוצה להחליט, לקחת אחריות ולומר שאת המטופל הזה כבר אין טעם לחבר למכונת הנשמה. לדבר עם המשפחות זה שיחות קשות. ואף אחד לא רוצה לעשות את זה."

מסקנה: המודעות בקרב ציבור המבוטחים והצוות המטפל הראשוני - נמוכה ביותר. מעטים פונים או מופנים לקבלת שירות של הוספס בית. כאשר מוסיפים לכך את הרגישות הקיימת סביב נושא המוות, מבינים מדוע הוספס בית הוא טיפול של חסד. רצוי שאנשים ידעו על קיומו. זה בנפשנו ■

של טיפול פליאטיבי במסגרת הקופה או בעזרת ספק חיצוני. ההפניה להוספס בית צריכה להגיע ממרפאת הבית של החולה או מרופא מטפל בביה"ח. בכל קופות החולים פועלות יחידות שאחראיות לתיאום הטיפול בבית.

על פי קופות החולים, משך הזמן מרגע הפניה ועד התחלת הטיפול אמור להיות קצר ביותר עד מידי, עד 48 שעות. אולם במרפאות "צבר" אומרים שהדבר תלוי במשרד המחוזי ולעתים נדרשת המתנה ארוכה ומיותרת.

ואלו שלבי הטיפול בקופת חולים מאוחדת, למשל: רופא הקהילה או צוות הבקרה בביה"ח מעביר הפניה ליחידה לטיפול בית; רופא או אחות מהצוות מגיעים לביקור בית ראשוני; לאחר הביקור מחליטים על קבלה ליחידה ומתן הטיפול; לכל מטופל נבנית תוכנית טיפול מותאמת אישית.

מה כולל הטיפול? לכל חולה צוות קבוע

של רופא, אחות ועובדת סוציאלית. במידת הצורך משולבים אנשי מקצוע נוספים. הצוות הקבוע מבקר בבית החולה והוא זמין 24 שעות ביממה. כל צוות עבר הכשרה בטיפול פליאטיבי ויכול להעניק טיפול לאיזון הכאב והקלה על סימפטומים. ככלל, הוספס הבית מעניק כל טיפול שניתן בהוספס אשפוזי כולל מתן תרופות IV, ניקורי בטן, משאבות מורפין וסדציה פליאטיבית. בקופת חולים כללית, למשל, פועל מוקד פליאטיבי של אחיות אונקולוגיות הזמינות 24 שעות ביממה.

כמה זה עולה? קופות החולים מספקות את

הטיפול ללא תשלום, כחלק מסל השירותים הבסיסי. ולמרות שהקופות אינן גובות תשלום מהמשפחה, במונחים של כלכלת בריאות, הוספס בית הוא פתרון יעיל וחסכוני. מחקר מקיף של המרכז לחקר הזיקנה במכון ברוקדייל שפורסם בינואר 2014 קובע באופן חד משמעי, שהטיפול בהוספס בית מיטיב עם החולים וגם, ראו זה פלא, חוסך כסף למערכת:

"איכות הטיפול בחולים שטופלו על פי עקרונות

עלילותיה של תפילה

מאת: פרופ' עמירם רביב



הנזירה תרזה מאווילה

הרפתקה שמתחילה במצגת נודדת שמעוררת נשכחות, נוגעת בגזירי עיתונים ישנים של אנשים שאינם ומגיעה עד לנזירה קתולית במאה ה־16. פרופ' עמירם רביב משתף אותנו בחיפוש אחרי המקור של "תפילה של אדם מבוגר" שתרגמה לאה נאור. מומלץ לגזור ולשמור לדורות הבאים כמו אמה של המתרגמת ואביו של הכותב

לפני למעלה מ־20 שנה נפטר אבי, נחום רביב ז"ל. בין ניירותיו השונים מצאתי דף בכתב ידו (היפה!) שכותרתו: "תפילה אוניברסלית". וזהו חלקה הראשון:

אלי!
שמור עלי שלא אחשוב שבכל הזדמנות ועל כל נושא עלי להגיד משהו.
שחרר אותי מהדחיפה להסדיר ענייני כולם.

עשה אותי בעל מחשבה, אך לא בעל מצבי-רוח;
בעל רצון לעזרה, אך לא בעל רצון לתת הוראות
לכל.

יש בי אמנם אוצר גדול של חכמה, ויהיה זה מצער
לא להשתבח בו - אך בסופו של דבר אני רוצה,
אולי, שיהיו גם מספר ידידים.

עזור לי לא להיכנס לפרטי־פרטים; תן לי תנופה
להגיע לנקודה העיקרית.

חתום פי שלא אוכל להתאונן על מכאובים וייסורים.
אינני מעיז לבקש את חסדך על מנת להנות מסיפורי
ייסורי של הזולת, אך עזור לי לפחות לשמוע אותם
בסבלנות...

למרבה הצער לא היה מי שיענה על השאלה לגבי
מקור התפילה. חיפושי לא הניבו פתרון עד שלפני
מספר ימים קבלתי מחברי דני מצגת מושקעת, שבה
מופיע נוסח מאוד דומה, עם התייחסות מפורשת לכך
שהמתפלל הוא אדם מזדקן.

התפילה מיוחסת לקורפורל סוואפ והתרגום
לסופרת והפיזיומנאית לאה נאור. ואלו דבריה של
לאה נאור לגבי מקור התפילה:

לא קל לענות על שאלתך. אנסה. התרגום שלי אינו
התרגום הראשון ל"תפילה של אדם מבוגר" קדמו
לי אחרים. אני נתקלתי במקור באנגלית לפני 27
שנים בערך, במכתב פרטי שכתב הרמטכ"ל לשעבר
חיים לסקוב. בעלי הטוב, ד"ר מרדכי נאור (מוטקה)
כתב אז ביוגרפיה על הרמטכ"ל לשעבר חיים לסקוב,
וכמובן שבתחקיר המקיף שלו הוא קרא עשרות
מכתבים פרטיים. באחד מהם העתיק לסקוב בכתב
ידו, באנגלית, את התפילה הזאת. מוטקה ביקש ממני
לתרגם אותה לעברית כדי לכלול אותה בספרו...
לאחר שנים, כאשר אמי הייתה כבר זקנה מאד, ראיתי
את השיר מתורגם לעברית בשם "תפילה של אדם
זקן" על נייר מצהיב באוסף שירים שאמי גזרה
מעיתונים במשך השנים, שמרה לה, וחזרה לקרוא
בהם בזקנתה. היא אמרה לי שאת השיר הזה מצאה
בעיתון כשהייתה צעירה. היא לא זכרה איזה עיתון.
הנייר כבר התפורר ואני בטוחה שהתרגום שהיא
החזיקה בידה קדם לתרגום שלי. שם המתרגם לא

נמצא, אבל הפסבדונים של הכותב, "קורפורל סוואפ"
היה גם שם. ניסיתי למצוא את מקור השיר ולא
מצאתי.

לאחר מותה של אמי (בגיל 98) כתבתי את הספר
"בואי אמא" על חייה... וכמובן כללתי בו את השיר
ואת הסיפור. הספר יצא לאור בשנת 2004 בהוצאת
מילוא, וקיבלתי מבול של מכתבים על השיר הזה,
שאלות, תגובות, ובאחד המכתבים כתבה לי אשה
שהיא יודעת ללא ספק שהמקור היה במנזר. כתבה
אותו נזירה אנגליה בסוף המאה ה-18. איני יודעת
איך להתייחס למידע הזה.

תפילה של אדם מבוגר

תרגום: לאה נאור

אֱלֹהִים, אֶתָּה יוֹדֵעַ טוֹב מִמֶּנִּי עֲצָמִי שְׁאֵנִי מְזַדְקֵן
וְיוֹם אֶחָד אֶהְיֶה אָדָם זָקֵן.

שְׁמוֹר אוֹתִי מִפְּנֵי הַהֲרָגָל הַהֲרָסָנִי לוֹמֵר מִשְׁהוּ עַל
כָּל נוֹשָׂא וּבְכָל הַיְדָמָנוּת.

שְׁחַרְר אוֹתִי מִפְּנֵי הַתַּאֲוָה לְאַרְגֵּן אֶת עֲנִינֵיהֶם שֶׁל
אֲחֵרִים.

עֲשֵׂה אוֹתִי חוֹשֵׁב אֶךְ לֹא מְדַכְדֵּךְ. עוֹזֵר אֶךְ לֹא
שֹׁתֶלֶטָן.

עִם מֵאָגֶר הַחֲכָמָה הַגְדוֹל שְׁלִי, נִרְאֶה לִי טַפְשִׁי
שֶׁלֹּא לְהִשְׁתַּמֵּשׁ בְּכֹלֹ, אֶךְ אֶתָּה הַיּוֹדֵעַ, אֱלֹהִים,
שְׁאֵנִי זָקוּק לַחֲבָרִים לְקִרְאָת הַסּוּף.

שְׁמוֹר אֶת מַחְשַׁבְתִּי חֲפָזָה מִדַּע מִיתָר שֶׁל אֵין
קִץ פְּרָטִים, וְתֵן לִי כִנְפִים לְהִגִּיעַ לְעֶקֶר.

נִצּוֹר אֶת לְשוֹנִי לְגַבִּי יְסוּרֵי וּמְכַאֲבֵי, הֵם מְתַרְבִּים
מָאֵד, וְהַחֲשֵׁק לְסַפֵּר עֲלֵיהֶם הוֹפֵךְ מְתוֹךְ יוֹתֵר וְיוֹתֵר
כָּכָל שְׁהִשְׁנִים חוֹלְפוֹת.

אֵינִי מַעֲזֵ לְבַקֵּשׁ אֶת הַחֶסֶד לְהִנּוֹת מִסְפּוּרֵי כְּאִבֵּיהֶם
שֶׁל אֲחֵרִים, אֶךְ עוֹזֵר לִי לְשֹׂאת אוֹתָם בְּסִבְלָנוּת.

אֵינִי מַעֲזֵ לְבַקֵּשׁ זָפְרוֹן טוֹב יוֹתֵר, אֶךְ אֵנִי מִתְפַּלֵּל
לְיוֹתֵר עֲנָה וּלְפָחוֹת בְּטָחוֹן גְּאוּתָנִי כְּאִשֶּׁר זְכָרוֹנִי
מִתְנַגֵּשׁ עִם זְכָרוֹנוֹתֵיהֶם שֶׁל אֲחֵרִים.

לִמַּד אוֹתִי אֶת הַשְּׁעוֹר הַמְּפָאָר שֶׁלְעֵתִים אֵנִי עוֹשִׂי
לְטָעוֹת.

17th Century Nun's Prayer

וקבלתי כ-5000 (!) איזכורים המובילים לנזירה הקדושה (והמאוד פופולרית במרשתת!) תרזה מאווילה, שנולדה ב-1515. שמחתי, מצאתי את המקור! אבל אז גיליתי שיש אתרים המייחסים את התפילה למקורות שונים. הגדיל עשות מכולם האתר הטוען בתוקף כי "תפילת נזירה מהמאה ה-17" משולה ל"אגדה אורבנית", אגדות המתנאות במקור מפורסם וכביכול מצטטות אותו, ללא כל קשר בין המקור לציטטה. הוא אפילו כותב: A (Nun's Prayer (not from the 17th century לטענת המחבר באותו אתר, הרי שמבחינת השפה והמושגים זה לא יכול להיות נוסח תפילה של נזירה מהמאה ה-17. ובאמת, מה דעתכם על פסקה זו: איני מעז לבקש את החסד להנחות מספירי כַּאֲבִיָּהָם שֶׁל אַחֵרִים, אֶךְ עֲזֹר לִי לְשֹׂאת אוֹתָם בְּסִבְלָנוֹת. האם אתם מאמינים שמישהו נטול גנים פולניים היה ממציא אותה?

אז אני מודה שהתקדמתי רבות, אבל ברגע זה עדיין לא ברור לי מהיכן לקח אבי המנוח את הטקסט ומי באמת כתב אותו במקור. אבל אולי לא זה מה שחשוב, אלא תוכן הדברים, שמדבר בעד עצמו ושבים מגיעים לגאון שניסח אותם בפשטות ובענייניות. אז אם מישוהו יגלה משהו נוסף (אבל עם ראיות!) אנא, ספרו לי ■

פרופ' עמירם רביב הוא דיקאן ביה"ס לפסיכולוגיה במרכז ללימודים אקדמיים אור יהודה



שְׁמֹר אוֹתִי חֲבִיב בְּמִדָּה מִתְקַבֵּלָת עַל הַדַּעַת. אֵינִי רוֹצֶה לִהְיוֹת קְדוֹשׁ, עִם כָּמָה מֵהֶם כֹּה קָשָׁה לְחִיּוֹת, אֶךְ אִדָּם זָקֵן מִרְ נֶפֶשׁ הוּא אֶחָת מִיִּצְיֹרוֹת הַפָּאָר שֶׁל הַשָּׁטָן. תָּן לִי אֶת הַיִּכְלָת לְרָאוֹת דְּבָרִים טוֹבִים בְּמִקְוֵמוֹת בְּלִתִּי צְפוּיִים, וּלְגִלוֹת כְּשֶׁרוֹן בְּאֻנָּשִׁים בְּלִתִּי צְפוּיִים. וְהַעֲנֵק לִי, אֱלֹהִים, אֶת הַחֶסֶד לִהְיוֹת מְסֻגָּל לוֹמֵר לָהֶם זֹאת.

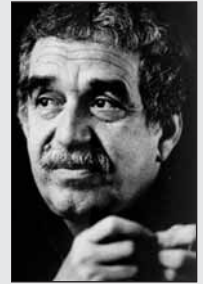
שמחתי והתחלתי לחפש במרחבי הסייבר אחרי "קורפורל סוואפ". העלתי חרס בידי. למחרת קבלתי את הבשורה מלאה נאור שהיא מצאה את המקור

עמירם רביב: זהו טקסט קצר, תמציתי אך מקיף. הוא מדבר אל רוב האנשים משום שהוא פורט על נימי החולשות האנושיות מתוך גישה חיובית, כשהוא מבקש סיעתא דשמיא להתמודדות עם מצבים שאינם זרים בכל גיל, אבל רווחים יותר באוכלוסיה של בעלי נסיון. וזיכרו את הקלישאה הגורסת כי נסיון אינו דבר שלומדים ממנו, אלא מלמדים ממנו

באנגלית. הכותרת היא: "תפילת נזירה מהמאה ה-17".

לאה שלחה לי את התפילה המקורית בקליגרפיה נאה. ואכן, מסתבר ש"התפילה האוניברסלית" דומה ל"תפילה של אדם מבוגר", אלא שהמתרגם התעלם מעניין הגיל, ובניגוד ללאה נאור, שהיתה נאמנה למקור, הוא 'עיגל מעט פינות'.

עתה, עם הנוסח באנגלית, היה בידי קצה חוט נוסף. פניתי לרבי גוגל והקלדתי את הצירוף:
Lord thou knowest better that I know myself that I am growing older
ואז מצאתי שהתפילה מיוחסת לנזירה מהמאה ה-17. הקלדתי:



כה אמר גבריאל גרסיה מרקס

לא מכבר הלך לעולמו חתן פרס נובל לספרות לשנת 1982, שהעניק לנו שעות של אושר פנטסטי בספרו "מאה שנים של בדידות" וספרים אחרים. לפניכם צוואתו הרוחנית: הראו לחברים כמה הם חשובים לכם

■ כאשר הוא עומד לעזור לו להתרומם.

■ כלי־כך הרבה דברים הצלחתי ללמוד מכם, אבל הם לא יעזרו לי, משום שכאשר ישימו אותי בארון, למרבה הצער כבר לא אהיה בחיים.

■ אילו הייתי יודע שהיום תהיה הפעם האחרונה שבה אראה אותך ישן, הייתי מחבק אותך בחוזקה ומתפלל לאלוהים שאוכל להיות שומר נפשך.

■ אילו הייתי יודע שאלו הם רגעי האחרונים לראותך, הייתי אומר "אני אוהב אותך", בלי להניח, בטיפשות, שזה כבר ידוע לך.

■ תמיד קיים המחר, והחיים נותנים לנו הזדמנות נוספת כדי לעשות את הדברים היטב, אבל במקרה שאני טועה והיום הוא כל מה שנשאר לנו, הייתי רוצה להגיד לך עד כמה אני אוהב אותך, ושלעולם לא אשכחך.

■ המחר לא מובטח לאף אחד, צעיר או זקן.

■ היום יכולה להיות הפעם האחרונה שתראה את אהוביך. אז אל תחכה יותר. עשה היום, כי אם המחר לעולם לא יגיע, תתחרט על היום שבו לא הקדשת זמן לחיוך, לחיבוק, לנשיקה, והיית עסוק מכדי להגשים להם בקשה אחרונה.

■ שמור את אהוביך קרוב, תלחש באוזנם עד כמה אתה זקוק להם, תאהב ותתייחס אליהם היטב. תקדיש זמן לומר להם אני מצטער, תסלח לי, בבקשה, תודה, ואת כל אותן מילות האהבה שאתה מכיר.

■ איש לא יזכור אותך בשל מחשבותיך הנסתרות. בקש מאלוהים את הכוח והחוכמה לבטא אותן.

■ הראה לחבריך ולאהוביך עד כמה הם חשובים לך.

■ אם לרגע אלוהים היה שוכח כי אני רק בובת סמרטוטים, והיה מעניק לי במתנה פרק חיים, הייתי מנצל זמן זה עד כמה שהייתי יכול.

■ ייתכן שלא הייתי אומר כל מה שאני חושב, אבל הייתי חושב על כל מה שאני אומר.

■ הייתי מעריך את הדברים לא לפי שווים, אלא לפי ערכם.

■ הייתי ישן מעט וחולם יותר, כי בכל דקה שאנו עוצמים עיניים, אנו מפסידים 60 שניות של אור.

■ הייתי מתהלך במקומות שבהם האחרים נעצרו, ומתעורר בזמן שהם ישנים.

■ אם אלוהים היה מעניק לי במתנה פרק חיים, הייתי מתלבש בפשטות. הייתי משתרע מול השמש, חשוף לא רק בגופי אלא גם בנשמת.

■ הייתי מוכיח לאנשים עד כמה הם טועים בחושבם שהם מפסיקים להתאהב בזקנותם, בלי לדעת שמזדקנים ברגע שמפסיקים להתאהב!

■ לילד הייתי נותן כנפיים, אבל נותן לו ללמוד לעוף בכוחות עצמו. את הזקנים הייתי מלמד שהמוות לא מגיע עם הזקנה, אלא עם השכחה.

■ כלי־כך הרבה דברים למדתי מכם, אנשים...למדתי שכל העולם רוצה לחיות על פסגת ההר, בלי לדעת שהאושר האמיתי טמון בדרך העלייה במעלה ההר.

■ למדתי שכשתינוק תופס בידו בפעם הראשונה את אצבע אביו, הוא מחזיק את אביו לתמיד.

■ למדתי שלאדם יש זכות להביט למטה בזולת, רק

חיים שכאלה

סיפור שמתחיל בשכונה קטנה וילדים, ממשיך בתנועת הנוער ובהגשמה ולקראת סופו מוכיח אומץ לב ונחישות, כשהוא חוזר לנקודת ההתחלה. כמעט. נעמי קהת משתפת אותנו במסע שלה ושל בעלה יואל שבחר לא לקבל טיפולי דיאליזה

מאת: נעמי קהת

עבורו, רק עבורו, לא היה הבדל משמעותי במניין הימים שנתרו לו. תמיד אזכור עם לב חם ואוהב את ד"ר א. רופאה צעירה, הנפרולוגית שנכנסה לחדרו של יואל בבית־החולים לפגישה עם המשפחה. היה זה אחרי מאמץ מתמשך של כמה ימים לתאם מפגש כזה, ימים עם טעם כבד של עצב וייאוש, ולו רק בשל הצורך לתאם את המפגש. אין בי כל ביקורת על ביה"ח. מי כמונו, בני המשפחות, יודעים ורואים את המאמץ והשחיקה והתנאים בהם ביה"ח פועל. נותר בי רק הזיכרון של הפחד והמצוקה, עד שד"ר א. בסבלנות ובשפה ברורה לכל הדיוט, פרשה בפנינו את הנתונים והאפשרויות. היא המשיכה להיות סבלנית גם כשיואל, שלכאורה נראה מנותק מהמתרחש, שאל שאלות וביקש שוב ושוב להבין איזה עניין מסובך. בסוף הפגישה הטעונה יצאנו למסדרון והחלפנו עוד כמה מילים. חלקן מאוד אישיים. לא אדע אף פעם מה גרם לשיחה להיות אישית, עד שראיתי דמעה זולגת מעינה של ד"ר א. מכל הרגעים, השעות והימים שעברו מאז, רגע זה הוא אחד המשמעותיים שנצרכו בזכרוני. משהו מאיכות האדם והאלוקים שבכל אחד מאיתנו נגע בי וכנראה נגע בכל מי שעמד אז במסדרון של המחלקה. זכינו לחדשי חסד ולמתנות. כבר אמרתי. כך גם העובדה שנמצא ליואל מקום במחלקה מופלאה, דמוית הוספיס. עד היום איני מבינה בהיגיון איך מצאנו את המחלקה ומהו השילוב המופלא בין מה שעשינו לבין מה שנועד להיות. כמשפחה פעלנו ברובד הגלוי ועשינו כל מה שניתן כדי למצוא

בחודש אדר האחרון, ביום מעונן קברנו את יואל, בעלי, בבית העלמין, הנמצא על גבעה קטנה הצופה אל עמק יזרעאל. בחודש אדר, לפני יותר מחמישים שנה, הכרתי את יואל בתנועת הנוער בשכונה הקטנה, שכונת ילדותי. מאחורי הגבעה הקטנה עליה נמצא בית העלמין, בשורת בתים טובלת בעצי אלון, הקמנו, יואל ואנוכי את ביתנו הראשון. בבית הקטן נולדו שלושה מתוך ארבעת ילדינו, בשני חדרים וחצר גדולה ירוקה. לא מטופחת אך ירוקה. מאז הרחקנו משם, אך לקראת מותו, בחרנו יואל ואנוכי יחד להיקבר כאן, קרוב למקום בו התחלנו את חיינו המשותפים. בן 68 היה יואל במותו ועוד הספקנו לחגוג לו יום הולדת אחרון במפגש משפחתי, מחוץ לכותלי המחלקה בה שהה. עמדתי ליד הקבר, מוקפת בילדינו ובחברים מתקופות שונות בחיים. על מה חשבתי ומה הרגשתי? חלק מהזמן לא חשבתי כלל. האם התנתקתי, התגוננתי? עד כמה הייתי שם בגופי ובנפשי? היה לנו זמן רב להתכונן לפרידה. זכינו. זכינו לחדשי חסד אחרונים. זכינו לקבל מתנות רבות בזמן הזה. מתנות קטנות וגדולות. מתנות גלויות ונסתרות מהעין. בכל מאודי אני יודעת כי החלטתו האישית של יואל, לא ללכת לטיפול דיאליזה, החלטתו זו היא אשר פתחה בפניו את ההזדמנות לשינוי הפנימי שהתחולל בו. ולנו, בני המשפחה, ניתנה הזדמנות חד פעמית לגילוייאהבה והקשבה. בראש צלול שאיפיין אותו כמעט עד מותו, הבין יואל את משמעות ההליכה או אי־ההליכה לדיאליזה.

והמחלקה אירחה מפגש כזה.

חברינו מבית הספר היסודי היו מתנה נוספת. בתזמון מקרי ומופלא (מה משניהם נכון?), באותה עת התקיים כנס מחזור של כיתה ח' בה למדנו. את מרבית החברים לא פגשנו מעל חמישים שנה. מהרגע שנוצר הקשר, הם באו ובאו. תשומת הלב, החום והאיכפתיות לא היו מובנים מאליהם לבעלי ולי. אף שבאנו מרקע דתי, לא המשכנו לקיים אורח חיים הילכתי. זה לא מנע את ביקורי החברים עם ממתקים, עם אוכל ביתי כבקשתו, ובעיקר בהתמדה ואיכפתיות מחממי לב. גם חברים ותיקים ביקרו מדי שבוע, לבקשתי. ככה, לשוחח, לקרוא עיתון. פשוט? לא.

למדתי לבקש עזרה בתוך סדר היום המתיש, חוסר האונים והכאב. בתוך כל זה היה קשה לעצור לרגע, לזכור קצת את עצמי, לשים לב לעייפות, להכיר במגבלות הכח ומתוך כך - ללמוד לבקש עזרה. זה היה בשבילי תהליך ארוך ועודנו כזה. ללמוד לבקש, וכתוצאה מכך לגלות אנשים טובים. הליווי של אדם הנוטה למות הוא חוויה מטלטלת. רבות כבר נכתב על כך ואיני בטוחה מה ביכולתי לחדש. אני יכולה רק לשתף במעט. הרצון והמכוונות אל יואל וצרכיו, הרצון לקבל את אשר קורה, כמו שקורה, הרצון להיות בנוכחות. כל אלו היו אתגר גדול. לא אטעה אתכם ואת עצמי. היו כמובן רגעי חולשה, קושי ואובדן דרך. עזרה לי ההבנה שכדי לתמוך, אני צריכה להיתמך. נעזרתי באנשים רבים. מורתי המופלאה ליוגה ומדיטציה, מורים רוחניים נוספים והעו"ס במחלקה. נעזרתי בילדיי ובחברים. התפללתי פעמים רבות, אך זהו נושא אחר. המוות הוא מורה לחיים, אומרים, וזה נכון. המוות מחייב לקבל פרופורציות בחיים ומשנה סידרי עדיפויות. בכל אלה נוכחתי מדי יום. ביואל עצמו חל שינוי משמעותי. שינוי שהביא אותו למקום של רכות, אהבה, סבלנות וסובלנות.

אני מאחלת לעצמי, למשפחתי ולקוראים שנזכור את התובנות הללו גם בסדר היום הרגיל ולא רק לנוכח פני המוות. תודה לכם. תודה לחיים ולשיעורים, גם לאלו שאנו לא בוחרים ■



יואל קהת. הצילום באדיבות המשפחה

מקום הולם ומכבד. ברובד הסמוי, הרגשתי, ועדיין אני חשה, שמסייעים בידינו כוחות עליונים. הבחירה של יואל יצרה גלים ואדוות. אני בטוחה, אף שאין לי הוכחה מחקרית לכך, שהבחירה האישית שלו הביאה לנו מתנה בדמות המחלקה והצוות שהתייחס לאדם ולצרכיו בכבוד. הצוות הקשיב לבקשותיו של יואל ועודד אותו להתבטא. יואל ביקש אוכל אהוב מבחוץ. הבאנו. יואל ביקש שיכתבו את דבריו, והעובדת הסוציאלית התפתה לכך כמה פעמים. יואל ביקש לשמוע מוזיקה יהודית

לא הכל דבש

"דבש" הוא כינוי המחתרת של גיבורת סרט הנקרא על שמה. הגיבורה זקוקה לשם בדוי כי החוק האיטלקי אוסר על המתת חסד, ואילו דבש עוזרת לאנשים החולים במחלות סופניות למות בכבוד. בניגוד למה שנדמה לפעמים, לא הכל דבש

אנשים ולסייע להם ברגעים האחרונים של חייהם, כשהיא מספקת להם רעל, מין סם קטלני שבו משתמשים במקסיקו כדי להמית חיות מחמד, סם שגואל אנשים מחיים חסרי תוחלת ומביא למותם. השיטה פועלת היטב עד ש...

...עד שדבש נתקלת באדם יוצא דופן. אבל לפני כן, אתם ודאי זוכרים מהתקשורת הישראלית את סיפורו האישי של קריין המבזקים של גלי צה"ל, עדי טלמור, שהתפרסם וגרם לעיניים רבות להזיל דמעה. טלמור סיים אך חייו בעזרת "דיגניטס", ארגון משווייץ המסייע לחולים סופניים להתאבד. בדיוק על זה מספרת העלילה של "דבש". ואז הכל משתנה. יום אחד מתבקשת דבש להביא את הרעל הגואל לאדם מסוים, אבל האיש מבקש ממנה דווקא שלא לעזור לו למות. הוא מבקש לעשות זאת לבד. היא משתוממת, עונה לו על כל השאלות, ועוזבת אותו לנפשו. יום או יומיים לאחר מכן היא מגלה בדרך מקרה שאותו אדם כלל אינו חולה, לא במחלה סופנית ולא בכלל. הוא בסך הכל החליט לסיים את חייו.

מה עושים?

מה באמת קורה אם האדם המבקש עזרה אינו חולה סופני? מה אם הוא משתמש בשירות הזה כדי להתאבד? נכון שרע לו בחייו. הוא בודד. הוא כבר עשה וראה דברים ונמאס לו. למי יש רשות להגיד לו - קח את עצמך בידיים, החיים יפים. אתן לך כתובת של פסיכולוג טוב. או להפך. למי ניתנה הרשות להגיד לאיש - בבקשה. תעשה כרצונך. אלו החיים שלך. נעזור לך להוציא לפועל את ההחלטה שלך...

דבש, אישה צעירה ואידיאליסטית, מאמינה בעבודתה ורואה בה שליחות חברתית. מאמינה שהיא עוזרת לאנשים לעזוב את העולם הזה בדרך טובה ונאותה, הדרך שבה בחרו. ועכשיו, הפגישה עם האדם שמבקש לסיים את חייו בלי להיות חולה סופני, מערערת את תפיסת עולמה וגורמת לה להתלבט בשאלות שהיא לא התנסתה בהן עד כה.

לאחרונה מתרחב העניין הציבורי ועמו הטיפול האמנותי בנושא המתת החסד. כך בספרות, בתיאטרון ובקולנוע. כזה הוא הסרט האיטלקי, "דבש" שהוקרן בפסטיבל הסרטים בחיפה ולאחרונה ברחבי הארץ, סרט שזכה בפסטיבל קאן לציון לשבח במסגרת התחרות "מבט מסוים". הבמאית, ולריה גולינר, ידועה בעיקר כשחקנית וזהו הסרט הראשון שהיא מביימת, סרט שמאתגר את הצופים בשאלה הפתוחה - של מי החיים האלה בכלל?

"דבש" הוא כינוייה הסודי של גיבורת הסרט, ששמה האמיתי - איירין. היא זקוקה לשם בדוי, שכן היא פעילה באגודה להמתת חסד, אף שהחוק האיטלקי אוסר על כך. "דבש" משתמשת בשם מחתרת מתוך תחושה של שליחות, בעודה עוזרת לאנשים החולים במחלות סופניות למות בכבוד. היא כבת 30, מתגוררת בבית קטן על החוף סמוך לרומא וחברה באגודה ששמה לה למטרה ללוות



בתום מערכת יחסים סוערת היודעת עליות ומורדות, אם כי לא מערכת יחסים רומנטית ו/או מינית, אלא, כאמור, כשל אב ובת, הגבר המבוגר מתרצה. הוא מחזיר לדבש את הרעל. בסצינה שלאחר מכן דבש מגיעה אל ביתו ושמה לב שהחלון פתוח משום מה. כן, היא מבינה שהאיש פתח את החלון וקפץ אל מותו.

האיש היה נחוש בדעתו להתאבד, אבל מתוך ידידות והבנה הוא שחרר את דבש מהאחריות למותו. הוא לא עשה את האקט הסופי באמצעות הרעל שדבש סיפקה לו. זו הייתה החלטה אישית שלו, וכך גם הביצוע. מערכת היחסים של אב-בת שבין דבש והגבר, לא מספקת את כל התשובות. אבל עצם העלאת השאלות מכריחה את הצופים להתייחס לנושא, לדון ולהתעמק וגם אם חסרות תשובות, לשאול את השאלה הבסיסית ביותר: של מי החיים האלו בכלל? האם מותר לנו לעזור למישהו למות? ומה אם הוא לא חולה? ולמה דיכאון אינו נחשב למחלה? ואולי בכלל כל עניין המתת החסד אינו מוסרי, והוא מקנה לאנשים כרטיס יציאה קל מדי מהחיים ■

היא נסערת. היא חוזרת אל ביתו של האיש, ומנסה למנוע ממנו להתאבד, מה שמעלה את השאלה המתבקשת...

של מי החיים האלה בכלל

דבש, מתברר לאור התפנית בעלילה, רק חושבת שהיא בקונטרול על חייה. היא עצמה, מתברר, אינה יציבה. היא קופצת מגבר אחד לשני, מוכרחה להיות בתנועה מתמדת, מוכרחה לדעת כל הזמן מה לעשות ואיפה להיות. לכאורה - הכל מסודר ומתוכנן בחייה. אבל רק לכאורה. בעקבות פגישתה עם האיש עולמה נסדק, מתפורר ומתפרק. דבש נזקקת לדמות אב, דמות מכוונת ומסייעת והיא מוצאת אותה דווקא באיש הרוצה למות. במשוואה החדשה שנוצרת - היא זקוקה לדמות אב, והוא זקוק לחום אנושי.

מערכת היחסים הנרקמת לנגד עינינו של אב-בת, מרגשת ביותר. היא כועסת עליו. היא מבינה אותו. הוא משהה את ההתאבדות שלו. היא נוסעת אליו. הוא נוסע אליה. הם נפגשים. מדברים. שותים קפה. הוא נשאר בשלו. עדיין. אבל עוד לא מתאבד עד ש...

על מות ילדים

מאת: טלילה בן-זכאי

אין אדם ישר-הגון-נורמלי, הורה, את, חבר, רופא, שירצה לקצר חייו של ילד. אין אדם שלבו לא נשבר נוכח ילד שאין לו מרפא ועובר יסורי תופת. מה נותר לו למבוגר האחראי לעשות אם לא לבקש על חייו. על מותו. לקצר את הסבל לילד בכל מחיר, גם במחיר שנים ארוכות של צער ויגון אישי, כאב וסבל שלא נגמרים. ובארצות בהן החוק מתמהמה, נקלעים לעתים גם לנכונות לשבת בכלא על עבירה על החוק.

זו הסיבה מדוע אני רואה את קבלת החוק בבלגיה, (עם כל ההגבלות המתבקשות) כאקט הומאני של חמלה, שראוי לאמצו בכל המדינות הנאורות. במהלך הדורות אמנים רבים התמודדו עם המצב הבלתי נתפס של מות ילדים, ביניהם **גוסטאב מאהלר** שכתב יצירת מופת מוסיקלית "על מות ילדים":

"בְּמִזְג אֲוִיר כָּזוֹ, בְּרוּחַ סַעֲרָה שְׂפָזוֹ
לְעוֹלָם לֹא תִיֵּיתִי שׁוֹלֵחַ אֶת הַיְלָדִים הַחוּצָה,
הֵם נִסְחָפוּ, הֵם נִגְרָרוּ,
לֹא יִכְלָתִי לְעַצֹּר בְּעֶדֶם.
בְּמִזְג אֲוִיר שְׂפָזָה
תִּיֵּיתִי חוֹשֵׁשׁ פֶּן יִחָלוּ,
תִּיֵּיתִי חוֹשֵׁשׁ שְׂמָא יָמוּתוּ לְמַחֲרַת הַיּוֹם.
בְּמִזְג אֲוִיר כָּזוֹ, בְּרוּחַ סַעֲרָה הִזָּאת
הֵם שְׂרוּיִים בְּמִנוּחָה כְּכִבִּית אִמָּם
כָּל סוּפָה לֹא תִפְחִידֵם
הֵם חוֹסִים".

אין דבר שמרגש ומטריד את כולנו - ממות ילדים. מפעם לפעם אנו מתבשרים על טרגדיה - הורה שכח את ילדו הקט ברכב הסגור, או הסיר לרגע את עיניו מהזאטוט המשתכשך בבריקה והגרוע מכל התרחש. הילד מת. המשטרה ומערכת המשפט ממעטים לתבוע את ההורה, אפילו לא על רשלנות. הרי מי שיצטרך לחיות עד סוף חייו עם הטרגדיה - זה הוא.

החברה מתקשה להבין איך זה קורה, לעתים אפילו פעמיים או שלוש באותו שבוע. אך היא סולחת. שהרי מדובר בילדו שלו, בשר מבשרו, שמחת חייו.

ומה עם הטרגדיה קצת שונה? אם נולד ילד חולה שלעולם הרפואה אין מענה למחלתו. או שמחלה קשה נועצת בו צפורניה, ולרופא לא נותר אלא לבשר להורים שלילדם נועדו חיי סבל ללא תקנה. וההורים, לאחר התייעצויות אין סוף מגיעים למסקנה שאם אין כל שביב של תקווה לשיפור במצבו של ילדם האהוב, עליהם להרפות ולתת לו ללכת.

בלגיה החליטה להתמודד עם הנושא המורכב הזה, ולפני חדשים ספורים נתקבל שם החוק המתיר, בתנאים מסוימים, המתת חסד לילדים. החוק עבר, וברוב גדול.

בעולם טוב יותר ילדים לא היו נפגעים, לא היו חולים, לא היו מוגבלים. אבל בעולם שלנו אין הנחות. אין רחמים. כשחולה נוטה למות גם אם הוא ילד קטן, הכאב אווז בו בכוח ולא מרפה.

"והזיקנה לעולם לא תשיג את מהירות האהבה שלך"



צילום: יהונתן שאר

מכתב לאמא בת 92

לפני כמה שבועות נפטר אסי דיין ואמו רות, 97, ליוותה אותו בדרכו האחרונה ונגעה ללבנו בצורה ובהדרת פניה. דיין, שנודעה כאשתו של ואמם של ובעיקר בזכות עצמה - הקמת מפעל האופנה "משכית", היא אישה רבת פעלים. עדיין. לפניכם שיר שכתב ליום הולדתה בנה אסי לפני חמש שנים

ואחותנו שְנִדּוּנָה לְשֵׁלוֹם וּמִתְרוֹמָמִים
וְחוֹטָפֶת תָּה רֹתֶם הַיֶּשֶׁר בְּפָנִים

אִמָּא בַת ה־92,
כְּמָה מְשֻׁפָּטִים בְּתוֹר מִתְנָה

כָּכָה שְׁלֹא נָתַן לָךְ לִפְרֹשׁ
כִּי אַתְּ הַכֶּתֶף, הַחֲבוּק וְהָרֹאשׁ
וְאַנְחָנוּ זֹחֲלִים לְאַיֶּךְ חֲפוּיֵי חַיִּים,
אוֹבְדֵי עֶצֶה וּמְזֻמָּנִים

בְּטָרֵם יַעֲקֹלוּ לִי שְׁאֲרֵי הַמְּלִים
בְּטָרֵם יֵאָחֲרוּ לְרִיצָה שְׁלֹךְ
כְּשֶׁאַתְּ עוֹבֶרֶת אֶת חֵיפֶךָ עִם חֲרוֹת הַנְּתִינָה
וְאַתְּ מִיִּן "מֵאִמָּא תְּרוֹתָזָה" הַמְּנַעֶרֶת אֶת שְׁנוֹתֶיךָ
שׁוֹלַחַת אֶת הַזְּמָן לְגַמְלָאוֹת
דוֹהֶרֶת בְּדִיהַטְסוֹ מִן הַזָּב אֶל הַמַּצְרֵעַ
וְאֵין לָךְ יוֹם אֶחָד לֹא מֵתָן בְּחֶסֶד
וְשִׁעָה לֹא צָדָקָה
עֲמַתְתָּ יַחֲדָה, שְׁנוֹתֶנָּה, מוֹתֶרֶת, מוֹשִׁיטָה.
וְאַתְּ הַמְּדַלֶּגֶת מַעַל מִשׁוֹכוֹת הַפְּנִסִּיהַ
וְגִילָךְ הוּא כָּל הַגִּילִים וְהַקְּמִטִּים
עִם הָאִפּוֹר שֶׁל הָעֶצְמָה שְׁבָה אֶת מִנְחִיתָה
אֶת הָאִשֶּׁר בְּפָקָדָה

...וְעוֹד יִגִּיעוּ יָמִים עִם שִׁיכְתָּנוּ הָרָעָה
נִדְדָה אֵלֶיךָ, עוֹלַת הַיָּמִים
וּבַחֲרִיקַת שָׁנִים תּוֹתָבוֹת
וְשִׁתִּי שְׁעָרוֹתֵינוּ לֹא מְסַרְקוֹת
נִגְמָגֵם לָךְ בְּקוֹל זְאֻטוּטִים
"אִמָּא. תְּסַדְּרֵי לָנוּ אֵיזָה בֵּית-אָבוֹת"
וְאַתְּ תִּנְחָגִי אוֹתָנוּ לִ"פְרוֹטִיאָה בְּכֶפֶר"

וְהַזְקֵנָה לְעוֹלָם לֹא תִשָּׁג
אֶת מַהֲיֹרוֹת הָאֶהָבָה שְׁלֹךְ
וּבְכָל הַגִּילִים לֹא נִזְכָּה לְרֹאוֹתָךְ
רוֹקֶמֶת גּוֹבֵלָנִים בְּבֵית-אָבוֹת

...אֵז אֵיךְ שְׁלֹא נֵאֱהָב אוֹתָךְ
הָאֵם הַכִּי אַחַת וְיַחֲדָה
וְאֵין לָךְ מִתְחַדָּה
כִּי אַתְּ הַהִשְׁרָאָה לְחִינּוֹ
וּמְקוֹר הַמְּלָה אֶהָבָה

וּבִימֵי שִׁשִּׁי נֶאֱסַף אֶל אֲמָנוּ

מְקַרְיָנִיצִי עַד בְּנִגְלוֹק בְּנִיךָ, שְׁאֶחָד הוֹלָךְ לָאִבּוֹר
וְהַשְּׁנִי מִדַּעַתוֹ

מאסי דיין תינוקך, ליום הולדתך ה-92, מרץ 2008

יש עם מי לדבר

כל חמש שנים

כעת, בשוך הסערה סביב "חוק אובמה", חבר הקונגרס ארל בלומנאור מציע את הסעיף הזה מחדש כתוספת לחוק. הוא זכה לתמיכה מחברי שתי המפלגות. לפי ההצעה, בעת הביקור השנתי אצל הרופא יש ליוזם שיחה מפורטת על רצונו של החולה ביחס לטיפול בו במצב סופני, ולחזור על כך בתום חמש שנים. אם מדובר בשינוי לרעה במצבו של החולה, יש לדון איתו במצבו הספציפי. אחת התומכות בהצעה, דר' סילברה, הביאה שלוש דוגמאות לניהול שיחה כזאת. חולה עם בעיות בלב אפשר לשאול: אם יהיה לך אירוע נוסף, האם אתה רוצה שינסו לעשות לך החיאה? לגבי חולה באי ספיקת ריאות יש לשאול: האם אתה רוצה שיחברו אותך למכונת הנשמה? חולה סרטן יישאל: האם אתה מעוניין שישתמשו בטכנולוגיה מתקדמת כדי לנסות להאריך את חיך?

תכנון מראש מקטין לחץ וחרדה

מחקר שפורסם בכתב עת רפואי אמריקאי מצא שאחד מארבעה חולים לא מסוגל לקבל החלטה במצב סופני. בתנאים אלה כל כובד ההחלטה נופל על בני המשפחה ועל הרופאים, שאינם יודעים את ההעדפות של החולה, אלא אם כן השאיר הנחיות רפואיות מקדימות, במקרים אלה בדרך כלל מקבל החולה את הטיפול שביקש. הוכח גם שתכנון הטיפול מראש ושיחות על סוף החיים מקטינים את הלחץ, החרדה ותחושת הדיכאון אצל בני המשפחה.

לא צריך להיות חולה סופני כדי לשוחח עם רופא המשפחה על סוף החיים. חוק יוצא דופן מציע לשלם לרופאי המשפחה תשלום מיוחד כדי שיתפנו ויזמו שיחה עם כל חולה על בחירתו בנושא הטיפול בסוף החיים. לא אצלנו, בארצות הברית

ארל בלומנאור, חבר קונגרס ממדינת אורגון, מנסה זאת הפעם השניה להעביר חקיקה בנוגע להנחיות רפואיות מקדימות לטיפול רפואי בסוף החיים. בשנת 2009, בעת הדיון על חוק הבריאות של הנשיא אובמה, היה זה בלומנאור שביקש להוסיף סעיף זה לחקיקה. הוא ביקש לאשר תשלום לרופא המשפחה תמורת שיחה עם המטופל על רצונו לגבי סוג הטיפול במקרה של מצב סופני. הוא האמין שזו זכותו של כל אדם לקבל ייעוץ מרופאו ולהחליט על רצונו בהתאם לאפשרויות החוקיות. אז כעכשיו ברירת המחלל הייתה "לעשות הכל" להארכת החיים.

ההתנגדות לסעיף הזה הייתה רבה, במיוחד בספסלי הנציגים הרפובליקנים. הם כינו את החלטות הטיפול בהתאם לרצונו של החולה "ועדות מוות". הם טענו שהטיפול בחולה עובר לידי הממשלה והתוצאה תהיה המתה חוקית של החולים המבוגרים. כדי לא לעכב את קבלת חוק הבריאות, הושמט ממנו סעיף ההנחיות הרפואיות המקדימות וההתייחסות הועברה בצורה חלקית לתקנות הביצוע.

אפוטרופוס לילדיו עד גיל 18, מינוי מיופה כוח בענייני כספים וכד'.

ומה אצלנו?

מתנדבי עמותת ליל"ך מורגלים בשיחות עם חברים על יחסם של רופאי המשפחה לטופס ההנחיות. רופאים מסוימים אינם מוכנים לציין את קיום הטופס בתיק הרפואי. אחרים לא שמעו על החוק, או שמעו עליו אך אינם מאמינים בו. הרופא שלי בקופת חולים כללית היה מוכן לשמוע

חולה עם בעיות בלב אפשר לשאול: אם יהיה לך אירוע נוסף, האם אתה רוצה שינסו לעשות לך החייאה?
לגבי חולה באי ספיקת ריאות יש לשאול: האם אתה רוצה שיחברו אותך למכונת הנשמה?
חולה סרטן יישאל: האם אתה מעוניין שישתמשו בטכנולוגיה מתקדמת כדי לנסות להאריך את חיך?

את העיקר, אבל בקיצור, כי רוב החולים שלו צעירים...

בזמן האחרון חלה תזוזה קלה ביחס הרופאים, כנראה בהשפעת המודעות הגוברת בציבור. פה ושם מבקשים נרשמים חדשים להצטרף לליל"ך, ומציינים כי קיבלו את מספר הטלפון שלנו בעקבות שיחה עם רופא המשפחה. יש תקווה ויש עתיד ■

המשפחות זקוקות לכלים ויכולות לעבוד עם המטפלים כדי להחליט על הטיפול כאשר לחולה אין כבר יכולת להביע את רצונו. החקיקה תאפשר לרופאים את הזמן, המרחב והמימון לנהל דיון מורכב עם החולים כדי להבטיח את הטיפול הנכון בבוא העת. ההתייעצויות יאפשרו לזהות, להבין ולכבד את הערכים והמטרות של הפרט. ההצעה מבקשת גם לקדם את השימוש בטופס פולסט - פירוט רצונו של חולה סופני, החתום על ידי הרופא המטפל והמהווה הוראה ברורה להתנהלות של צוות חירום. שני המסמכים אמורים להיות רשומים בתיק הרפואי הממוחשב ונגישים לכל מוסד רפואי.

הכל אישי

בלומנאור כותב על ניסיונו האישי שהאיר לו את הדברים באור חדש. אמו בת ה-88 שגרה באורגון נקלעה למצב קשה ללא התראה מוקדמת. המטפלת שלה הודיעה לו וביקשה רשות לפנותה לטיפול נמרץ. האם השאירה הנחיות מקדימות והמשפחה ניהלה שיחות בקשר לרצונה.

הבן מיהר הביתה ממרחק של אלפי קילומטרים. אינסטינקטיבית הוא רצה לשלוח אותה לבית חולים, כדי לשקול את המצב אחר כך במתינות. אבל המצב הידרדר ונסיעה באמבולנס יכלה רק לזרז את מותה. הוא החליט לא לעשות זאת והאם נפטרה בשלווה בביתה. בלומנאור מודה שלו נכנע לאימפולס הראשוני, לא היה סולח לעצמו על הסבל שגרם לאמו בשעותיה האחרונות. ללא קשר לחוק הבריאות החדש, חברות ביטוח חיים ובריאות בארצות הברית דורשות מהמבוטח לחתום על הנחיות רפואיות מקדימות, בין שאר המסמכים המצורפים לפוליסה, כמו מינוי

חסד אחרון

"תנו לנו חסד אחרון", אמר מני פאר בתוכנית הטלוויזיה "פנים אמיתיות" בערוץ 10. "אני לא רוצה להגיע לרגע שאבקש את נפשי למות", אומר ללילך העיתונאי והפיזמונאי אבי קורן, איש גלי צה"ל לשעבר. שניהם מדברים מעומק הלב ומבקשים - לא לסבול, לא ליפול למעמסה, לא לחיות מעבר לרגע שבו יבחרו למות בכבוד. כמו שחיו. בכבוד

ממש בימים אלה התקשורת מתמודדת עם אנשים העומדים על זכותם למות בכבוד. **נעמי שמר**, שמלאו עשר שנים למותה אמרה בתוכנית הטלוויזיה ששודרה בערב חג השבועות בערוץ 1: "אמרתי לרופאים - בלידה התקדמתם, אבל במוות אתם גלמים גמורים... חייתי חיים יפים. אני לא צריכה עוד שנה או שעה. תנו לי ללכת בלי לסבול".

ומני פאר אמר לערוץ

10: "תנו לנו חסד אחרון. תנו לנו למות כמו בני אדם... חולה סופני לא חושב על הסוף. חושב על האמצע. חולה סרטן חושב על הדקה הבאה". **אבי קורן** סיפר על מחלתו בגילוי לב ובכנות שאין כמותה ליעל דן, בגלי צה"ל. בשיחת טלפון שהתקיימה בערב, לאחר שבבוקר קיבל טיפול בביה"ח בילינסון, הוא אומר ללילך: "קיבלתי תגובות חמות ומעודדות לאחר השידור. אנשים אמרו שהם מרגישים שהייתי להם לפה. זה מה שרציתי, להיות לפה לאנשים שלא מגיעים אליהם.



מני פאר



אבי קורן

"ברגע שנודע לי שחליתי בסרטן לימפומה וראיתי את הדאגה על פניו של הרופא, הדבר הראשון שאמרתי הוא - טוב שזה קרה לי בגיל הזה (68). רוב מה שרציתי לעשות - כבר עשיתי. עכשיו הגיע הזמן להתמודד עם המחלה. אם נגזר עלי, אני לא רוצה להגיע לרגע שבו אבקש את נפשי למות מתוך סבל. אם חייתי כמו שרציתי והוכחתי שאני תורם ולא מזיק לחברה, אני רוצה למות מבלי להיות למעמסה על החברה ועל משפחתי. "היום אמרה לי הרופאה

שמחכים לי עוד שני מחזורי טיפולים ואם הכל יתקיים, הם יקנו לי שקט לחמש שנים. אבל אני חושב לטווח ארוך ורואה את העתיד. לכן אני חייב להבטיח שלא אפול למעמסה. שאוכל להחליט מתי ואיך לסיים את חיי בכבוד. כמו שחייתי עד עכשיו".

מאת: עשי וינשטיין

כנס קלאב 50 בנושא סוף החיים

ב-14.5.23 התקיים בתל אביב דיון בנושא שינוי חוק החולה הנוטה למות בהנחיית אלעזר שטורם. ח"כ עופר שלח מגיש לאישור הכנסת הצעת חוק, שתאפשר לחולה סופני לא רק לבקש שלא להאריך את חייו באמצעים מלאכותיים, אלא גם לבקש מהרופא המטפל סם ממית שיעזור לו לסיים את חייו. האפשרות הזאת תענה לצורך לסיים את סבלם של חולים סופניים שהמשך חייהם אינו תלוי

גבוהה ורגישה לאתיקה הישראלית החילונית.
 מאת: ציפי חן

דו"ח פעולות הסברה מטעם העמותה

לאחרונה השתתפתי כנציג העמותה בשני אירועי שבת תרבות בהרצליה וברעננה. האירועים התקיימו בעקבות המתת החדש של מתי מילוא בשווייץ, והשידור בתוכנית "עובדה". עוד דנו בהצעה של ח"כ עופר שלח בנושא הרחבת חוק החולה הנוטה למות וגם מוות במירשם רופא. ציינתי את תמיכת ליל"ך בפעילות מרכז מס"ר (מרכז סימולציה רפואית) בביה"ח שיבא. הקהל שאל על משמעותן של ההנחיות הרפואיות המקדימות, קבילותן ויחס הרופאים לנושא. פעילות הסברתית דומה ערכתי בכלא "אלה" (ע"י באר-שבע) בהשתתפות כ-40 אנשי צוות. יש להודות שבקהל נשמעו מעט "ציקצוקים" מקרב אנשי הצוות הדתיים והדרוזים, אך השאר קיבלו את הנושא יפה. עוד השתתפתי יחד עם עו"ד יצחק חושן, בדיון בערוץ הטלוויזיה "4 2 שעות" המשדר מנמל יפו באנגלית, לעולם הרחב. גם דיון זה עסק בהצעתו של ח"כ עופר שלח למוות במירשם רופא ובתיקון חוק החולה הנוטה למות.

מאת: שלום טטור

על אותו נושא ובהרחבה מתבקשת, הרצתה חנה סגל, מתנדבת ליל"ך בפני נשות ויצ"ו בזכרון יעקב. יש לציין את ההתעניינות הערה של הנשים, שנחשפו לראשונה לנושאי הליבה של ליל"ך.

מאת: רבקה הוכהוויזר

באמצעים כגון הנשמה, האכלה וכד', ביניהם חולי ALS וסרטן לסוגיו.

ח"כ שלח הציג את השקפת עולמו של חילוני יהודי, הזכאי לאוטונומיה על חייו ועל מותו. כאשר סבלו הגופני והנפשי נעשה בלתי נסבל והוא מאבד את השליטה על חייו, יש לאפשר לו לסיים. הדובר השני היה ח"כ מיקי רוזנטל, שמצטרף להצעת החוק. ח"כ רוזנטל התכוון להציע חוק קיצוני ורחב יותר, אך השתכנע שזאת לא השעה המתאימה ועדיף לעשות את הצעד הראשון בכיוון חוק שקיים היום במדינות אחדות באירופה ובארצות הברית. החוק מוצע לפי דגם חוק אורגון, שפועל בהצלחה רבה במדינה הדומה מבחינת גודל האוכלוסייה לישראל. הבקשה עוברת בדיקה ובחינה של שני רופאים מלבד הרופא המטפל וכן בדיקת פסיכיאטר. החולה צריך לחזור על בקשתו שבועיים לאחר הגשת הבקשה, כדי למנוע ספקות בכוונתו. החוק מצומצם ושלם. הוא אינו המתת חסד. החולה מקבל את הסם הממית ומשתמש בו במועד הנכון מבחינתו. מחקרים הוכיחו שרק כ-63% ממקבלי הסם השתמשו בו, השאר הסתפקו בתחושת השליטה והביטחון שהעניק להם. מבחינה מוסרית צודקת יותר הענקת שליטה בחייו של אדם חילוני ואוטונומי מהחלטה שרירותית של מנהיג על מלחמה בה ימותו רבים. מנגד דיברו פרופ' גיל סיגל, רופא ומשפטן, והרב אברהם סלומון. התנגדותם לחוק באה בשם ההלכה, הדוגלת בקדושת החיים בכל מחיר.

הקהל היה אוהד לחוק בצורה ברורה. נכחו באולם כ-80 בני חמישים ומעלה, תל אביבים חילוניים בעלי מודעות גבוהה לנושא. בסיום התקיימה הצבעה, רק שני אנשים הצביעו נגד השינוי בחוק. לא נותר לנו אלא לקוות שגם וועדת השרים לחקיקה, שאמורה להצביע בשלב ראשון בעד קבלת השינוי לחוק והמשך תהליך אישורו, תהיה אף היא בעלת מודעות



התמונות באדיבות המשפחה

אורנה פורת בת 90

לאחרונה חגגה השחקנית אורנה פורת, כלת פרס ישראל (לשנת 1978) ואחת החברות הראשונות של ליל"ך יום הולדת 90. פורת עברה דרך ארוכה ופתלתלה. היא נולדה למשפחה נוצרית בקלן, גרמניה, בשם אירנה



הנפש הטובה מס'זאן

קליין. בזמן מלחמת העולם השנייה, בעודה תלמידה הייתה חברה בארגון הנוער ההיטלראי, אך בהמשך הושפעה מעדויות ששמעה על זוועות הנאצים והחליטה לעזוב את גרמניה. היא עלתה לארץ בשנת 1949, בעקבות אהבתה לקצין בריטי ששירת בבריגדה היהודית, יוסף פרוטר, גם הוא יליד קלן. בארץ היא הצטרפה לתיאטרון הקאמרי ואחרי עשרות תפקידים ראשיים על הבמה הגדולה, ייסדה תיאטרון לילדים ולנוער הנושא את שמה. במסיבה

שנערכה לה לא מכבר, בהנחיה של רבקה מיכאלי, השתתפו שחקנים רבים, במה שנראה כמו פגישה של שחקנים ותיקים וצעירים.

מצאנו חמלה

ב"כישורי-על בתקשורת בינאישית... ללמוד ביחד האחד מהשני ולהעניק לכולנו ערכים כמו שמירה על כבוד האדם ופרטיותו, חמלה, זולתנות (אלטרואיזם), הוגנות, שקיפות, יושרה, כבוד, אנושיות, אחריות ואחרתיות ויחסי אנוש טובים בין המטפלים לבין עצמם ובין מטפלים ואנשי הצוות לבין החולים ומשפחותיהם". ומה זה אומר? שעד היום ערכים בסיסיים אלו לא נחשבו כלל? או נחשבו למשהו שאדם מביא מבית הוריו? או שאולי אפשר לטפל בחולים בלי ערכים אלו? עוד נחזור ונרחיב בנושא בעיתונים הבאים.

איפה? בקומה ה-14 של בית החולים "אסותא" ברמת החייל, תל אביב, שם נפתח לאחרונה "בית הספר למקצוענות" כשהתלמידים והמדריכים הם כלל עובדי המוסד. מטרת הקורסים, שבהם משתתפים כ-2500 עובדים, היא להקנות להם ידע וערכים ברמה גבוהה - אלטרואיזם, יושרה וחמלה! פרופ' שוקי שמר, יו"ר אסותא אמר בראיון לגיליון מאי "חדשות הרפואה", היוצא לאור על ידי ביה"ח, שהכוונה היא ללמד ולהעשיר את העובדים

לחיות ולמות בכבוד

THE ISRAELI SOCIETY TO
LIVE AND DIE WITH DIGNITY

עמותה רשומה מס' 2-322-012-58



להזכירכם,
ליל"ך היא עמותה
ללא מטרות רווח,
המממנת את
כל פעולותיה
מכספי חבריה

תשלום דמי חבר לשנה:

120 ש"ח ליחיד/ה

190 ש"ח לזוג

בהמחאה לפקודת ליל"ך

ליל"ך, לחיות ולמות בכבוד,
ת.ד. 2213 בני ברק 52112102



צילום: יוסי אלוני

לזכרה של חנה מרון ז"ל

לפני זמן קצר הלכה לעולמה לאחר מחלה קשה חנה מרון ז"ל בת התשעים. רבות נאמר עליה כשחקנית ראשונה במעלה. אנו רוצים להזכירה כאדם שידע לשמור על כבודו ועל עצמאותו עד לרגעיו האחרונים.

חנה הייתה חברה ותיקה בליל"ך. היא דגלה בזכותה למות בכבוד. כאשר אושפזה ביקשה לשמור בסוד את הדבר, להימנע מפרסום ולא לאפשר ביקורים. היא רצתה להיזכר כפי שהייתה בחייה, עליזה, מלאת חיים, מתגברת על קשיים ונותנת את כל-כולה לתפקיד שאותו מילאה באותה עת. אנו אבילים ומשתתפים בצער בני משפחתה והקרובים לה.

יהי זכרה ברוך!

מאת: בינה דיבון

העבירו את זה הלאה...



יאיר גרבוז / בריא או לא בריא?

כשאדם קם בבוקר, מה הוא עושה? הוא מכין לעצמו ספל קפה. מה עושה הקפה? מעלה את לחץ הדם, מגרה את העצבים, אבל משפר את הזיכרון. קפה נטול קופאין מעלה את הכולסטרול ומזיק לראייה. במה ימתיק את הרעלים שהוא מכניס לגופו: האם בסוכר לבן, שהשימוש בו כמוהו כהתאבדות? או בסוכר חום - המעניק לקפה טעם של עוגת דבש בת חודש, ואולי בסוכרזית - שאפילו עכברי מעבדה כבר נמנעים מלגעת בה? למה להסתבך? עדיף לוותר על המנהג האנכרוניסטי של קפה וסיגריות ולפתוח את הבוקר באינטרנט ובעיתונים, שם יספרו לנו "בכמה ספלי קפה, שלא נזכה לשתות, קיצרנו את חיינו בגלל הקפה שכבר שתינו".

מי שמתחיל את יומו עם התקשורת יוכל להיות שותף פעיל לתכנית התחלואה התזונתית: הוא יבחר אם להרוס לעצמו את הלב וכלי הדם או את המוח ומה שבתוכו, או שמא להסטרטג באמצעות סויה ולצאת מזה בעזרת ברוקולי... אכול ושתה! כי אחרת איך נחלה? ואם לא נחלה, איך נתכנן את מותנו?

בכל יום שולחים לנו הדודים מאמריקה מחקר חדש. אתמול אמרו: "יין אדום מרחיב את העורקים וטוב ללב", והיום תיקנו: "אמנם טוב ללב, אך כשהלב משתכר, הלב לב 'מסתכר' לו והורג אותנו במתיקות.

וחדשה מרעישת: "יין מסרטן!" הכול מסרטן. הלבן שבחלב, האדום שבכלניות, והגיר שהמורה כותבת בו. מה מותר לאכול? בשר

אדום?

השתגעו? מסרטן! אלא מה? הוא גם מגביר את ה-B12 שמסייע לנו לזכור שלא טוב לאכול בשר אדום.

"עדיף עוף", יגידו לכם אלה אשר בגלל מחסור ב-B12 שכחו את שפעת העופות... התקשורת היא כלב השמירה של הדמוקרטיה, אך היא, בעיקר, כלב הנחייה של ההיפוכונדריה! המדע נרתם לשירות הסבל.

בימים שבהם נראה שהדבר היחיד המותר באכילה הוא העיתון, שבו אנו קוראים מה אסור - אין פלא שצצים כפטריות רעילות מרפאים טבעיים ומושיעים המתייחסים אל הגוף כמרכז סניטציה, וההנאה המוזיקלית היחידה שהם מכירים היא פריטה על המעיים.

בכל יום מורידים מאכל, ומוסיפים עשב מועיל ותוסף מזון מחסן.

אני החלטתי שכאשר אתחיל לבלוע תוספי מזון, אתחיל גם לשתות מים כחולים בשביל ה"נישורים".

בקיצור - תהיו בריאים!



מסיבת יום הולדת

תצחקו עכשיו, כי בסוף זה יקרה לכולנו!!! קשישה חביבה מחליטה להזמין את חברותיה לתה לכבוד יום הולדתה ה-85. מאחר והכוחות כבר לא מה שהיו, היא מבקשת מבנה שיעזור לה בהכנות. הבן מתגייס ואופה עוגה, בזמן שהעוגה נאפית הוא קופץ לסופר וקונה עוגיות.

למחרת מגיע בנה של בעלת השמחה ורואה את כל הכיבוד במטבח. הוא שואל את אמו: "מה קרה שהחברות שלך לא אכלו מהכיבוד?" עונה לו אמו: "הנבלות לא באו".



חיים הולך לכלא

חיים ודוד הם שני חברים שנפגשים כל יום על ספסל בפארק, כדי להאכיל ציפורים, לנוח ולשוחח על נושאים ברומו של עולם. יום אחד חיים לא הגיע לספסל.

דוד לא ייחס לכך חשיבות והיה משוכנע שמדובר בהצטננות קלה. אחרי שבוע, חיים עדיין לא הופיע ודוד כבר החל לדאוג. אולם כיוון שהם היו חברים לספסל ולא מעבר לכך, דוד לא ידע היכן חיים מתגורר או איך אפשר לאתר אותו. חודש עבר ודוד המשיך לפקוד את הספסל בכל יום, מאמין שלא ישוב עוד לראות את חיים. אך יום אחד, מה אתם יודעים? חיים מתייצב בפארק כאילו כלום לא קרה!

דוד התרגש מאוד לראותו אך גם הסתקרן לדעת מה התרחש. "כפתור ופרח! איפה היית? כבר חשבתי שזהו זה..."

"הייתי בכלא..." אמר חיים בחיוך.

"בכלא?!" התפלא דוד "איך הגעת לכלא?" "אתה מכיר את המלצרית הבלונדה החמודה בבית הקפה שאני הולך אליו לעיתים?" אמר חיים.

"מכיר. איך היא קשורה לעניין?" שאל דוד. "יום אחד", המשיך חיים, "היא הגישה נגדי תלונה על אונס ואני בגיל 89 המופלג, לקחתי את זה כמחמאה וכל כך התנאתי בכך, שבמשפט נשבעתי שזה אכן קרה".

"נו..." הסתקרן דוד.

"השופט נתן לי 30 יום על שבועת שקר..."

הוא עורך את כל הכיבוד בפירת המטבח. בתום ההכנות, הבן, שיודע שהזכרון של אמו לא מה שהיה, מכין לה רשימה:

1. להגיש תה.

2. להגיש את העוגה.

3. להגיש עוגיות.

ומצמיד את הרשימה למקרר.

למחרת, כשהחברותיה מגיעות, אחרי שישבו ושוחחו, מנסה הקשישה להיזכר מה עליה לעשות,



ואז נזכרת ברשימה שעל המקרר. היא ניגשת להביט ברשימה ורואה:

1. להגיש תה. מכינה תה ומגישה.

אחרי ששתו את התה, מנסה הקשישה להיזכר מה עליה לעשות עכשיו, נזכרת ברשימה שעל המקרר, ניגשת ורואה שעליה רשום:

1. להגיש תה. מכינה תה ומגישה. כשסיימו את התה, ניגשת הקשישה לרשימה שעל המקרר, רואה שעליה רשום:

1. להגיש תה. מכינה תה ומגישה.

אחרי ארבע כוסות תה, קמות חברותיה ונפרדות ממנה לשלום.

כשיצאו, אומרת אחת החברות: "איזו מסיבה, אפילו כוס תה רבקה לא הגישה לנו." שואלת אותה החברה השנייה: "מי זו רבקה?" החברה השלישית עונה: "הרופאה מקופת חולים".

ספרים חברים ספרים

חדשות
מרכז המידע
ע"ש יפה ורד

מאת: עליזה גרשון-שריר

"משתמשים" בחולה כדי להגשים את הרצונות שלהם עצמם...

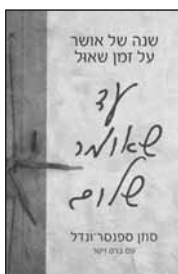


המזכרות

מאת: דוד פואנקינוס,
הוצאת: כתר ספרים

קיץ 2003. גל חום חסר תקדים ורצחני ממש משתלט על פריז וגורם למותם של כ-10,000 זקנים. צעיר פריזאי מלווה את סבו למנוחת עולמים ובליבו תחושה של החמצה על שלא הספיק להיפרד ממנו כראוי. ועתה, שהסב איננו, הצעיר מחליט להקדיש תשומת לב לסבתו.

הסבתא הקשישה מתוארת כזקנה שובבה וחיננית החוזרת לאחור ומאמצת לעצמה גיגונים ילדותיים, שלא לומר - גחמניים. הנכד משתף עימה פעולה, הופך למטפל שלה ומלווה אותה בתהליך הפרידה מהחיים, בעוד הוא מתאהב ומנהל רומן רומנטי עם נערה בגילו. מומלץ בחום.



עד שאומר שלום

שנה של אושר על זמן שאול
מאת: סוזן ספנסר-ונדל,
הוצאת: כנרת, זמורה-ביתן

המחברת היא עיתונאית עטורת פרסים בת 44 שחלתה לפני שנתיים ב-ALS, מחלת ניוון שרירים

שלא כמו בעבר, חיים ומוות בכבוד הפכו לנושאים "חשופים", תקינים מבחינה פוליטית וחברתית, שמותר וחשוב לדון בהם בחברה. כך בארץ ובעולם. החשיפה מתבטאת בפרץ של רומנים ומחקרים העוסקים בנושא. לפניכם מבחר מייצג מהספרים החדשים שהתקבלו ונרכשו לספריית המרכז באדיבות הוצאות הספרים ועל כך תודתנו.

במרכז המידע אנו מתעדים חומרים עדכניים בתחום ומסייעים למתעניינים בריכוז מחקרים, ובהדרכת סטודנטים בכתיבת עבודות. לתאום פגישה נא לפנות למשרד: 03-6730577



החבר שלי, האנס

מאת: ריטה פאלק,
הוצאת: ספריית פועלים

זהו רומן מכתבים שכותב אולי לחברו האנס, השוכב מחוסר הכרה לאחר תאונת אופנוע. אולי מספר על המתרחש בחיי החברים ובעיקר - על ההתמודדות עם חסרונו של האנס, כאילו הם ממשיכים להיפגש ולפגוש כמו פעם. אולי מבקר את האנס מדי יום וקורא לו את המכתבים. כך נחשף הקורא לחברות האמיצה ששררה בין הצעירים ולקשר שנוצר בין המטפלים למטופלים. אי אפשר לקרוא את הספר בלי לחשוב על מצבם ועל עולמם של אנשים השרויים בתרדמת. אי אפשר שלא לשאול האם המוות או ההישארות בחיים הינם תוצר של רצון ובחירה. מה חלקם של בני המשפחה במצבו של החולה, והאם הם

חֲלֹמְתִי שְׁאֲנִי זָקְנָה. הִכִּי עֲתִיקָה בְּכָל
הַשְּׁכוּנָה. שְׁיוּמִי מִתְקַצֵּר וּמִשִּׁיק
בְּלִילִי וְכָל שְׁאֲכַפֶּת לְכֻלָּם, לִי הוּא
שׁוּלִי.

וְחֲלֹמְתִי שְׁאֲנִי מְרִגִּישָׁה אֲבוּדָה,
בּוֹחֶשֶׁת בְּלִי הָרֶף בְּתִיק לְאַתֵּר
מְשַׁקְפִים, מִפְתָּח, תְּעוּדָה, יוֹתֵר מְדִי
נִפְגַּעַת וְיוֹתֵר מְדִי מוֹדָה.
וּבִיחָסִי אֲנוּשׁ אֲנִי שֶׁבִשְׁבַּת, אוֹ
נִמְסָה מִהֶכְנָעָה, אוֹ מִטְּפַחַת הַרְהוּרִי
כּוֹכֶכֶת (נִכְדִּי הַמִּתְבָּגֵּר מִנְחֻמְנִי שֶׁכָּל
זֶה סֵתֵם וּבְגִילִי אֲנִי מִמָּשׁ לֹא
מְעִנֶנֶת אוֹתָם).

וְחֲלֹמְתִי שְׁאֲנִי מִתְבַּלְבֶּלֶת בֵּין יָדִיד
לְאוֹיֵב, מִשְׁתַּחֲלֶת בְּגִנְבָה אֶל
עְרוּגוֹת מֹאחֹו לְגַעַת בְּסוּד כּוֹחֹו.
לְבָחַן אֶת רְצוֹנֹו הָעֶקֶשׁ, הַסְּלוּל,
שֶׁרֶק מְגִבִּיר אֶצְלִי אֶת הַבְּלָבּוּל.
וְעוֹד חֲלֹמְתִי, שֶׁהַעוֹלָם מִתְרַחֵק וְאֲנִי
מִתְקַרְבֶּת, בְּלִי לְדַעַת אֶל מָה וְלֹאֵן,
שֶׁצִּדְדִּין אֲנִי קְשׁוּרָה פֹּה בְּחֶבֶל,
קוֹרֶחֶת בְּרֹאשִׁי (אִידָה) לְהִקָּל עַל
הַסֶּבֶל,
נוֹשֶׂאת אוֹת קִין עַל מִצַּח הַבֵּל.

אֵךְ מָה שֶׁמִּפְחִיד הוּא שְׁאֲנִי
מִתְעוֹרֶרֶת. כְּכֹל שְׁאֲנִי מִתְנַעֶרֶת,
מִפְרָפֶרֶת, מִתְחַנֶּנֶת.

הָאֵם נִחְרָץ דִּינִי שֶׁמִּסְכַּת הַזָּקְנָה
תִּדְבֹּק בִּי עַד בּוֹא יוֹמִי וְעָלִי לְהוֹדוֹת
וּלְבָרֵךְ שֶׁהִגַּעְתִּי (בְּחֻלּוֹם) עַד הָלוֹם?

סוּפְנִית וְנִטּוֹלֶת מִרְפֵּא. הִיא מִתְפַּטֶּרֶת מִעֲבֻדָּתָהּ
וּמִחֲלִיטָה לְהַגְשִׁים בִּשְׁנֵה הָאֶחָת שְׁנוֹתֶיהָ לֵה לְחִיּוֹת
לֹא מִגְבּוֹלוֹת, אֶת כָּל חֲלוּמוֹתֶיהָ. הִיא מִבְּלֵה זִמָּן
אִיכּוֹת עִם מִשְׁפַּחְתָּהּ וְנוֹסַעַת עִם יִלְדֵיהָ הַקְטָנִים
לְשַׁחוֹת עִם דּוֹלְפִינִים. הִיא מִטִּילֶת בְּמִקְוֹמוֹת
אֲקוּזוּטִים וְנוֹכַחַת בַּהֲמֵרָא וּבִנְחִיתָהּ שֶׁל מִעֻבּוֹרֶת
חֶלֶל, בַּעוֹד הִיא מְנַסֶּה לְהַעֲנִיק לִילְדֵיהָ כִּישּׁוּרִים
וְכּוֹחוֹת לַעֲתִיד - יְכוּלוֹת לְבַחֵר בַּחֲיִים שֶׁל אוֹשֵׁר
וְאֶהְבָּה.

הַסֵּפֶר עֲצֻמוֹ נִכְתָּב בְּמִכְשִׁיר הָאִיִּפּוֹן שֶׁלָּהּ, כִּשְׁהִיא
מִשְׁתַּמֶּשֶׁת רַק בְּאִגּוּל הַיָּמִינִי, וְאֵתָם יְכוּלוֹם לְהַבִּין
לְמָה. זֶהוּ סִיפּוֹר מְעוֹרֵר הַשְּׂרָאָה וְאִמּוֹנָה בְּמִיּוֹצֵי
הַחֲיִים.



רגע לפני

מאת: פאני סנטנאוה;
הוצאת כתר ספרים

נוֹבֵלָה מְרַגֶּשֶׁת וּמִכְמִירֶת לִב אוֹדוֹת אַרְבַּעַה (!)
דוֹרוֹת שֶׁל נָשִׁים רִגַע לִפְנֵי הַפְּרִידָה מֵהַחֲיִים. ז'וֹלִיִּיט,
בֶּת 95, שׁוֹכֶכֶת עַל עֶרֶשׁ דּוּוִי וְלִצִּידָה נִינְתָה פֹּאנִי.
הַסִּבְתָּא, שְׁחִיה לְאוֹרֶךְ הַמָּאָה ה-20 נִפְרֶדֶת מִמָּאָה
שְׁנִים שֶׁל מִלַּחְמוֹת וְטִרְגָּדִיוֹת. הִיא נּוֹלְדָה לִפְנֵי
מִלַּחְמַת הָעוֹלָם הָרִאשׁוֹנָה וְגִדְלָה אֶצֶל נְזִירוֹת.
בִּילְדוּתָהּ אִיבְדָה אֶת בְּהוֹנוֹת רִגְלֶיהָ שֶׁקִּפְאוּ בְּצַעֲדָהּ
בְּשִׁלְג. בְּגִיל צַעִיר הִיא נִישְׂאָה מִתּוֹךְ אֶהְבָּה לְמַהֲפֶכֶן
קוֹמוּנִיסְטִי גִלְהֵב, חֶבֶר הַמִּחְתָּרֶת שְׁנֵתֶּפֶס, הוֹגֵלָה
לְבוֹכְנוּלֵד וְנִסְפָּה שָׁם.

ז'וֹלִיִּיט, אֶלְמֶנֶת מִלַּחְמָה צַעִירָה, הַתְּפִרְנֶסָה בְּדוּחֶק
וְגִידְלָה אֶת בְּתָה ז'קִלִּין כָּאֵם חַד-הוֹרִית. רִצָּה הַגּוֹרֵל
וְגַם ז'קִלִּין גִּידְלָה אֶת בְּתָה, מִרְטִין, כָּאֵם חַד-הוֹרִית,
כִּשְׁהִיא נַעֲרַת בּוֹז'וֹלִיִּיט. וּבַהֲמֶשֶׁךְ, גַּם מִרְטִין מְגִדֶּלֶת
כֵּךְ אֶת הַדּוֹר הַרְבִּיעִי, פֹּאנִי. הַקֶּשֶׁר בֵּין אַרְבַּע
הַנָּשִׁים חֲזָק וְתוֹמֵךְ. ז'וֹלִיִּיט מִצְטִינֶת בַּחֲיוּנוֹת
וְאֶהְבָּתָה עוֹבֶרֶת כְּחוֹט הַשְּׁנִי מְדוֹר לְדוֹר.

תשבץ נושא פרסים

מאת: טובית אוריאל

בין הפותרים יוגרלו 3 ספרים.

תשובות נא לשלוח אל: תשבץ ליל"ך, ת.ד. 2213 בני ברק 51121

7		6		5		4	3		2	1
							9			8
	13			12				11		10
		16			15				14	
			20			19		18		17
						23			22	21
27			26				25			24
	31			30				29		28
		34			33					32
38			37			36			35	
	43	42		41				40		39
			47	46					45	44

הגדרות

מאונך: 1. אשה צעירה 5. צורת התיישבות 8. ממהר 9. צליאק 10. חסר-בית 12. כלי מאור 13. דוב סיפורי 14. כרס 15. מילת שאלה 16. לקח במשיכה 18. להתיש 20. שליח 21. טוב מראה 23. מיקרומטר (μm) 24. נהר בהולנד ובדרא"פ 25. פרח ריחני 26. קדומת הולנדית 28. כתיבת שם לאישור 30. בנוסף 31. תבואה 32. קבלת רשות 33. נתפר ותוקן 35. אימון 37. ידיד 40. פרי סתווי ריחני 42. מס ערך מוסף 44. גינת סלעים 46. מחלה זיהומית במערכת העיכול

מאונך: 1. הגיעה 2. חפור בסלע 3. אופיו של צהובון 4. חורבן 5. שי 6. חזר 7. עיר בגרמניה 11. משימה 13. מוגלבל 15. נותן עדות 16. טרקלין 17. מרגוע 19. סיימה 20. מדלחץ אטמוספרי 22. סלמון 25. גם מנוחה 27. טעם רע 29. יסכין 30. גב 31. הגיע 33. ספר של א. דה-אמיצ'יס 34. לעבודה 36. דרך באיטלקית 38. אגם 39. לווהט 41. הרבץ (ציווי) 43. דפנה

פתרון למשלוח: רישמו את המילים המפיעות במשבצות להלן וקבלו התחלה של שיר חלוצים ידוע

34. מאונך

25. מאונך

18. מאונך

17. מאונך

1. מאונך

A Nun's Prayer

Lord, Thou knowest better than I know myself that I am growing older and will someday be old. Keep me from the fatal habit of thinking I must

say something on every subject and on every occasion. Release me from craving to straighten out everybody's affairs. Make me thoughtful but not moody, helpful but not bossy. With my vast store of wisdom it seems a pity not to use it all, but thou knowest Lord that I want a few friends at the end. Keep my mind free from the recital of endless details, give me wings to get to the point. Seal my lips on my aches and pains. They are increasing and love of rehearsing them is becoming sweeter as the years go by. I dare not ask for grace enough to enjoy the tales of others. I dare not ask for improved memory but for growing humility and a lessening cocksureness when my memory seems to clash with the memories of others. Teach me the glorious lesson that occasionally I may be mistaken. Keep me reasonably sweet. I do not want to be a saint, some of them are hard to live with, but a sour old person is one of the crowning works of the devil. Give me the ability to see good things in unexpected places and talents in unexpected people. And, give me, O Lord, the grace to tell them so. **Amen.**



Section of stained glass church window

LIVING WILLS AND THE “PATIENT NEAR DEATH LAW 5766 -2005” 1

The argument over euthanasia [a Greek word meaning “good death”] and mercy killing has not abated in most countries. Indeed in Israel, the subject of Living Wills has become even more relevant since 2005 with the new Law and I have often been asked to give advice on the subject.

This short article is an attempt to review the current position and proffer advice. Need I add that reference to the male includes the female gender? [In Law, the male always embraces the female].

If ever one was looking for recent legislation that was so complicated as to render some provisions largely inoperable, one need not look further than this Law.

The Objective is thus stated:-

1.(a) “This law is intended to regulate the medical treatment of patients near their death, striking a proper balance between the value of the sanctity of life, the value of a human being’s autonomous will and the importance of the quality of life”.

(b) “This Law is based on the values of the State of Israel as a Jewish and democratic state and on the fundamental principles of morality, ethics and religion”.

The Law has the assumption “... that a person wishes to continue to live, unless the opposite has been proven: the will to continue to live must be assumed, as long as anything different has not been proven beyond all reasonable doubt”.

In essence, the Law deals with who and how a person can autonomously record his wishes as a “patient near death who does not want his life to be prolonged” or “a competent person who gives advanced medical directions in which he specifies his desire in respect of future medical treatment.

I will discuss the latter type which brings us to the subject of what in common parlance we refer to as Living Wills and the Law as “Advance Medical Directions”.

The Law sets out complicated directions as to how to fill in Living Wills and how they are to be kept in a data base established by the Minister.

I had the pleasure of discussing this subject with Mrs. Bina Divon, the current chairperson of Lilach – the Amuta being the Israel Society - To Live and Die with Dignity.

.Lilach is the leading organization

dealing with this subject in Israel. It has been and still is in the forefront of promoting improved and simpler laws, educating the public, offering members a simple 3 paged Living Wills which they also have in English and providing services. A very unique service is that a member of Lilach [memberships is NIS 120 for a single and NIS.190 for a couple, per annum] can deposit his Living Will with Lilach who maintain a 24/7 service to advise hospitals, doctors or family if any emergency arises, whether a particular person has registered a Living Will.

The Living Wills come with clear instructions as to how they are to filled in, signed and witnessed.

The advantages of becoming a member of Lilach can be summarized as follows:

- * Their Living Will is simple to complete;
- * It is currently recognized by the Heath Department when duly witnessed;
- * Their depositary for these documents is reliable and available, 24/7:
- * They remind members when the 5 year validity of their Living Wills expire:
- * They publish and distribute a useful booklet three times a year and although mostly in Hebrew, there is an English section;
- * They have a library which includes many books, periodicals and DVD's

in English;

* They have lawyers who volunteer to give advice to members without charge.

* They are in contact with similar organizations throughout the world

The current President of Lilach is former Supreme Court Judge, Eliahu Matza

Their offices are at 59 Bialik Street, Ramat Gan and their phone number is 03 6730577. Their postal address is P.O. Box 8144, Ramat Gan 52181

Lilach has over 10,000 members but is still in need of volunteers to perform various functions. If you are interested, give them a call

They are making a major contribution to our society and are deserving of our help.

FOOTNOTES

The full translation of the Law can be obtained from A.G. Publications, 04 -825-6104 and HYPERLINK arye4434@bezeqi nt.net Clause 2 Article three. Clause 31.

Article of Adv. Katz taken from the ESRA Magazine No. 157 Nov-Jan 2010/11