

## נעה רחל בן דוד

# הלכות יישוב דעתה של מעוברת ויולדת במציאות המודרנית

מבוא

א. מהו 'יישוב הדעת'?

1. חשיבות השמירה על יישוב הדעת של חולה, מעוברת ויולדת

2. מהות הסכנה

3. הגורם להפרת יישוב הדעת - אובייקטיבי או סובייקטיבי

ב. היתרים בשל 'יישוב דעתה' של מעוברת ויולדת

1. יישוב דעתה של מעוברת

2. יישוב דעתה של יולדת

2.1 הדלקת נר גם ליולדת סומא

2.2 מלאכות בפני היולדת ובשעת הלידה

2.3 עושים מדורה ליולדת

3. רקע: פיזיולוגיה של הלידה והיולדת בהקשר ליישוב דעתה

ג. הגדרת מעמד היולדת ושלבי הלידה ביחס להיתרי יישוב דעתה

ד. פסיקות הלכתיות ביחס לאפשרויות מעשיות בימינו ליישוב דעתה של יולדת

1. בחירת מזרזים או משככי כאב בלידה

2. הבעל כמלווה ותומך בלידה

3. סביבת לידה מתאימה

ה. מיילדת, מלווה בלידה ותומכת לידה ('דולה')

סיכום

## מבוא

מעוברת ויולדת נמצאות במצב ייחודי של חולשה, שאינה נובעת משיבוש פיזיולוגי אלא מבחירה, במסירות נפש עבור מצוות 'פרו ורבו'.<sup>1</sup> הרה ויולדת יכנסו לגדר הלכתי של חולה שאין או יש בו סכנה. בנוסף לכך הפסיקה עבור מעוברת ויולדת כוללת היתרים ייחודיים לצורך יישוב דעתה.

החל מתקופת המשנה ועד ימינו, הפוסקים דנים בסוגיות הייחודיות להרה ויולדת ובפרט בחשיבות יישוב דעתה. בכך ניכרת החשיבות ההלכתית הרבה בזיהוי הגורמים ליישוב דעתה בהריון ובלידה.

המושג 'יישוב דעת' מופיע מהמשנה ועד פוסקי ימינו בהטיות שונות ובהקשרים שונים. זהו מושג המתאר מצב נפשי חיובי, שאת מהותו והסכנות בחסרונו נברר במאמר זה. לצורך שמירתו ישנם היתרים הלכתיים מרחיקי לכת, עד כדי הפרת איסורי תורה, כמובן תוך הגדרת מגבלות ייחודיות על מימושן. היתרים אלו הוזכרו דווקא בהקשר של הרה ויולדת, ושונות (לדעת רוב הפוסקים) מיתר הלכות חולה או מטורף.

המחקרים והידע החדש אודות התפתחות לידה בריאה, הן בבריאות הגוף (תוצאות לידה חיוביות לאם ולעובר) והן בבריאות הנפש (חווית לידה טובה יותר), מתאימים בצורה מפליאה להלכות הידועות לנו אלפי שנים אשר מתבססות על עיקרון 'יישוב דעת' המייחס חשיבות עצומה לתחושתה של היולדת.<sup>2</sup>

כמו כן, חשוב להכיר באפשרויות מודרניות ליישוב דעתה של היולדת אשר משמעותיות גם למניעת סכנת נפשות, ולהפחתה (ואף למניעה) של התערבויות מכשירניות ותרופתיות. היכרות זו תאפשר ליולדת ולתומכים בה לבחור את ההתנהלות המתאימה לשמירת בריאותה ובריאות הוולד בהתאם להלכה. לאחר היכרות זו יוכלו פוסקי ההלכה לשקול את הגבול המדויק בין פינוק והרחבת דעת בעלמא, לבין החובה

---

1 הרב מאיר שמחה הכהן מדווינסק (משך חכמה, בראשית ט', ז) הסביר כי התורה פטרה אשה מחובת 'פרו ורבו' עקב הסכנה והצער שכרוך בהריון ובלידה, אך לקיום המין האנושי הטביע בה הבורא תשוקה ללדת. איזון עדין זה ניכר במציאות העולם המודרני (בו יש אפשרויות מניעה נגישות) שבו, ככלל, אמונה באלוקים קשורה בריבוי הרצון לעסוק בפריה ורביה ומוכנות להיכנס לסכנה ולקושי עבור כך.

2 אמנם ברוב התרבויות דואגים לשלומה של היולדת ונוחותה, אך ההדרכות החד משמעיות המופיעות בדברי חז"ל (כפי שיפורטו במהלך המאמר) על חשיבות שמירת יישוב הדעת, בדגש שאפילו בתחילת ההתפתחות הרפואה המודרנית היה נראה פרימיטיבי, התבררו עם גילויי המדע אודות התפתחות העובר והפעילות ההורמונלית כמדויק. כיום ידועים לנו המעגלים הפיזיולוגיים המושפעים מפחד ומתח בלידה שתוצאתם כפי שתיארו חז"ל מזיקה למעוברת וליולדת וממילא גם לעובר. על כך בהרחבה בספר: Michel Odent, *The Scientification of Love*, London 1999.

להתיר ליולדת ולמלווים אותה איסורים המעיבים על יישוב דעתה. ההשתדלות בשמירה על יישוב הדעת כפי שמנחה ההלכה והרפואה תאפשר לנו הן להחמיר בשמירת הגוף והן להימנע מלעבור על איסורים שהצורך להם נובע רק משום הפרת יישוב הדעת.

## א. מהו 'יישוב הדעת'

### 1. חשיבות השמירה על יישוב הדעת של חולה, מעוברת ויולדת

במספר מקורות יש התייחסות למצבים בהם יש להיזהר מערעור יישוב הדעת:

א. חולה (אפילו גוסס) שדואג (עד כדי חשש טירוף) מדברים שאינם קשורים לגופו. מקרה כזה נידון בגמ' בבבא בתרא קנו ע"ב, שם נאמר שמותר להישמע לדברי אדם גוסס שציווה לעשות פעולות קנין מסוימות בשבת, "שמא תטרוף דעתו עליו". הרמב"ם בהלכות זכיה ומתנה פ"ח ה"ב דייק:

שכיב מרע שצוה ואמר ליתן לפלוני כך וכך... אם אמר 'קנו ממני' אפילו בשבת קונין ממנו, שזה הקנין אינו צריך.

נראה שהרמב"ם הדגיש שההיתר הינו משום שאין כאן איסור תורה ואף לא איסור דרבנן, ואם היה צורך בקנין לא היו מתירים אותו בשבת אפילו כדי שלא תיטרף עליו דעתו, כיון שהדבר דומה למקח וממכר.

בשולחן ערוך, אורח חיים, סי' שו סעי' ט כתב: "חולה דתקיף ליה עלמא ואמר שישלחו אחר קרוביו, מותר לשלוח אחריהם על ידי גוי בשבת". במקום נוסף (שם, סי' שלט סעי' ד) כתב שלשכ"ב מרע מותר לגרש את אשתו בשבת כדי שלא תיטרף עליו דעתו. בכל המצבים האלו הותרו רק איסורי דרבנן אך לא איסורי תורה (כגון שיהודי יצא מתחום שבת עבור מתן הגט, או שיכתוב את הגט).

ב. חולה שעלול להגיע לטירוף הדעת עקב סכנה בגופו. דוגמא לכך ניתן לראות בגמ' בסנהדרין קא ע"א, שם נאמר: "ולוחשין לחישה נחשים ועקרבים בשבת". הרמב"ם בהלכות עבודה זרה פי"א ה"א פירש את ההלכה באופן הבא:

מי שנשכו נחש או עקרב, מותר ללחוש על מקום הנשיכה ואפילו בשבת, כדי לישב דעתו ולחזק לבו, אף על פי שאין הדבר מועיל כלום, הואיל ומסוכן הוא התירו לו כדי שלא תטרף דעתו עליו.

ההיתר לעשות פעולה כלחשישה, שאיננה מועילה כלל, היא על מנת ליישב דעתו של החולה.

ג. מעוברת ויולדת שעצם חוסר יישוב הדעת (ללא טעם ואומדן סכנה) מסכן אותן, ועבורן הותרו גם איסורים דאורייתא. הרמב"ם בהלכות שבת (פ"ב הי"א) כתב: "היולדת, כשכורעת לילד הרי היא בסכנת נפשות". לפני תחילת הלידה האישה איננה נמצאת במצב של סכנת נפשות, ועדיין יש צורך ליישב את דעתה.

## 2. מהות הסכנה

כאמור, יש לעשות פעולות מסוימות בשבת לטובת חולה, שיעודן למנוע טירוף או יצירת מצב שיסכן אותה פיזית. הרמב"ן כתב שמהסוגיה של יולדת סומא, שמותר להביא לה שמן בשבת (כתירוץ רב אשי), "קא משמע לן יתובי דעתא דחולה בעלמא מחללינן שבתא במלתא דמסתכנא בה"<sup>3</sup>. לפי הרמב"ן מקור ההיתר לחלל שבת על מנת ליישב דעתו של חולה נלמד מיולדת. אמנם, יש להבחין בין יולדת לבין חולה שיש בו סכנה. לטובת חולה צריך קודם לקבוע מהו הדבר שהוא מסתכן בו, ואילו ביולדת קבעו חכמים שהיא מסתכנת בפחד<sup>4</sup>.

הרב שמעון בן צמח, התשב"ץ, החיל את היתר יישוב הדעת שנאמר ביולדת גם על חולה:

שאפילו מפני ישוב דעתו של חולה, ואפילו אינו צריך לרפואתו אלא ישוב דעתו, מדליקים את הנר אף על פי שהוא סומא ואינו נהנה מן האור, והוא הדין לשאר מלאכות שהחולה מתישב דעתו בהן שעושיין אותן בשבת.

(שו"ת תשב"ץ, חלק א סי' נד)

לפי דבריו, גם במקרה של חולה לא מדובר בסכנה ספציפית אלא בהיתר כללי כתוצאה ממצבו. הרב יקותיאל שווארץ הגדיר היתר זה לכל מה "שעל ידי זה יתחזקו אבריו"<sup>5</sup>. הרב דוד בן זמרא, הרדב"ז, התיר לחלל שבת באיסור תורה כשהחולה אומר "צריך אני לתרופה פלונית" אפילו אם הרופא אומר שאינו צריך, והתיר גם מטעם שאם לא ישמעו לו שמא תטרף דעתו עליו<sup>6</sup>. הרב אליעזר יהודה וולדינגברג סייג את היתרו של הרדב"ז למצב בו חשש טירוף הדעת של החולה נובע מפחד עד כדי טירוף בשל הסיבה כי מנגעת ממנו התרופה שתציל אותו. כלומר, לדבריו יישוב הדעת קשור לטיפול הרפואי עצמו. במצב כזה יש חשש לסכנה ממשית, ורק אז יש להתיר גם איסורים מהתורה. אך

3 רמב"ן, תורת האדם, ענין הסכנה, הוצאת מוסד הרב קוק, עמ' ל.

4 ע"פ דברי התוספות, שבת קכח ע"ב ד"ה קמ"ל.

5 הרב יקותיאל (זלמן) שלמה שווארץ, אור ישראל - קובץ לענייני הלכה ומנהג, מו (תשס"ז), עמ' צב.

6 הרב דוד בן זמרא, שו"ת הרדב"ז, חלק ד סי' סו.

כאשר חשש הטירוף הוא מפני שמונעים ממנו נחת רוח "שיערו חז"ל שאי מילוי רצונו אינו יכול להביאו לידי סכנה של ממש, ויכול רק לגרום להרעה במצב רוחו וצלילות דעתו במצבו" ובמצב כזה התירו איסורי דרבנן בלבד.<sup>7</sup>

לגבי יולדת אין הסבר מהי הסכנה בחוסר יישוב דעתה, מלבד הסברם של התוספות המתארים כי זו סכנה גדולה יותר מסכנת רעב לחולה.<sup>8</sup> איזה סוג של מצב נפשי הוא יישוב דעת ומהי סכנת ההרה והיולדת במניעתו - לא פירוטו חז"ל. נראה כי ניתן להסביר חלק מסכנת חוסר יישוב הדעת באמצעות הידוע כיום על הפעילות ההורמונלית, המושפעת מהמצב הנפשי ומשפיעה על המצב הפיזי שבשעת הלידה משמעותה רבה מאוד. כמו כן ניתן להסביר את הדברים לאור הידע החדש בנושא ההשפעה האפי גנטית של מצבה הנפשי של האם על העובר וכפי שיפורט בהמשך.

דוגמא בולטת לכך ניתן לראות בפסיקתו של הרב יצחק וייס שאסר על חולה במחלה מידבקת להביא עמו תפילין לבית חולים, מכיוון שלאחר מכן יאלצו להשמיד אותם. למרות שייטכן שעקב צערו עלול החולה להגיע לחשש לטירוף, היות והתפילין אינן עניין רפואי לא ניתן להגדיר את הצער מאי הנחתן כפיקוח נפש. בדבריו הוא הסביר את ההיתר המיוחד שניתן ליולדת בשל יישוב דעתה: "הכל לפי העניין... אף דביולדת חזינן דמשום מייטבא דעתה שרינן אף מלאכה דאורייתא... אף שהיולדת בעצמה אינה מבקשת כלום, מכל מקום אין כל הנידונים שווים, והתם פסיקא להחכמים דהוי פיקוח נפש".<sup>9</sup> לדבריו, יישוב דעתה של יולדת נחשב לפיקוח נפש וניתן להתיר למענה גם מלאכה דאורייתא, מה שאין כן אצל חולים אחרים.

### 3. הגורם להפרת יישוב הדעת - אובייקטיבי או סובייקטיבי

הגורמים להפרת יישוב הדעת הם סובייקטיביים, וראיה לדבר מהגמרא ביומא פב ע"ב (שתובא במלואה בפסקה הבאה) המתארת הרה<sup>10</sup> שמבקשת לאכול איסור: מצד יישוב דעתה מתירים לה, אך כדי לוודא שזה הכרחי לצורך יישוב דעתה הורה רבי כי "לוחשין על אוזנה", ומאכילים אותה איסור בהדרגה. אם היה ניתן לאמוד מלכתחילה את צרכיה היו אומדים זאת כמו שנעשה לגבי חולה, אלא שההנחה היא שרק ההרה יודעת את צרכיה,

7 הרב אליעזר יהודה וולדינברג, שו"ת ציץ אליעזר, חלק ח סי' טו פרק ט.

8 תוספות, לעיל הערה 4.

9 הרב יצחק וייס, שו"ת מנחת יצחק, חלק ד סי' ח.

10 בהמשך אותה גמרא (יומא פג ע"א-ע"ב) דנים בחולה הרוצה לאכול ובמי שאחזו בולמוס לאוכל. לא אכנס לפרטי ההבדלים, אך מעצם הפרדת הנושאים וההתייחסות ההלכתית השונה בכל אחד מהמצבים, ניכר כי ישנה הכרה במצב הייחודי המאפיין מעוברת לעומת חולה הגוף או הנפש.

ותפקיד מורה ההוראה לסייע לה לזהות את הצורך, באמצעות ההדרכה לסובבים אותה כיצד ללחוש לה ובאיזה קצב וצורה לספק את האיסור. מטרת הדרכתו של רבי הייתה לזהות כי תחושת הצורך היא חיונית ונובעת מחוסר ביישוב דעת ולא מסיבות אחרות, כגון פינוק או חוסר מודעות לחומרת האיסור, ובמידה ויש צורך לצמצם את האיסור למינימום ההכרחי.<sup>11</sup> כלומר, במקרה זה גם האישה עצמה מתקשה לזהות את הגורם לחסר לרצונה לאכול, והפוסק בשאלותיו והדרכתיו מברר את הגורם לכך. אם מתברר שאכן מדובר בחוסר ביישוב דעת, ההלכה מדריכה אותנו כי יש בכך סכנה גדולה ולפיכך יותרו גם איסורי תורה (למרות המחיר הרוחני שעלול להיות לכזו אכילה, כפי שמוזכר בסוף אותו דף). לעומת ההרה, שבמצב רגיל אינה מוגדרת כחולה שיש בו סכנה, ליולדת עושים את כל צרכיה הרפואיים, אפילו ללא רצונה, ככל חולה שיש בו סכנה. אך כאשר עולה בה רצון שאינו קשור למצב הרפואי, כגון בחירת בית חולים מרוחק או קריאה למלווים נוספים בשבת, מדובר בצרכים סובייקטיביים שיש צורך לפסוק לגביהם אם הגיעו לדרגת 'יישוב דעת'.

## ב. היתרים בשל 'יישוב דעתה' של מעוברת ויולדת

### 1. יישוב דעתה של מעוברת

במשנה ביומא ח, ה נאמר כי מותר להאכיל חולה ביום כיפור על פי מומחה (אלא אם אין מומחה במקום) עד שיאמר די. לגבי אישה הרה, יש להאכיל אותה מלכתחילה על פי בקשתה ותחושתה, וסיום ההיתר יהיה רק כאשר תתיישב דעתה:

עוברת שהריחה מאכילין אותה עד שתשיב נפשה.

חולה מאכילין אותו על פי בקיאיין. ואם אין שם בקיאיין, מאכילין אותו על פי עצמו עד שיאמר די.

הגמרא שם (פב ע"א) הרחיבה היתר זה למצבים שונים בהם המעוברת הריחה ומתאוה למאכל מסוים. כך נאמר בבבלייתא המפרטת את דרגות ההיתר לאכול מאכלים אסורים:

---

11 מאחר שאין הגדרות אובייקטיביות לגדרי ההיתר, הפסיקה משתנה בכל מקרה. לאור זאת יש הטוענים כי מאחר שמדובר בתחושות סובייקטיביות, האשה תחליט בהתאם להרגשתה. דוגמה זו של הצורך ב'לחיש' מרמזת על הצורך בסיוע חיצוני בבירור הגדרת המצב, וזהו המקור לתפקידו של הפוסק בהלכות יישוב דעתה של הרה ויולדת (הרב יעקב אריאל שליט"א, כפי ששמעתי בשיחה אישית באוניברסיטת בר אילן ב' סיוון תשע"ה).

תנו רבנן:

עוברת שהריחה בשר קודש או בשר חזיר - תוחבין לה כוש ברוטב, ומניחין לה על פיה.

אם נתיישרה דעתה - מוטב, ואם לאו - מאכילין אותה רוטב עצמה.  
ואם נתיישרה דעתה - מוטב, ואם לאו - מאכילין אותה שומן עצמו, שאין לך דבר שעומד בפני פקוח נפש...

הגמרא מזהירה שחוסר ביישוב דעת האישה ההרה עלול להוות סכנת נפשות. לפיכך מותר להאכיל את המעוברת, אך יש לעשות זאת בהדרגה על מנת לצמצם את האיסור, בתקווה שתוכל להסתפק באיסור קל. השיקול הסופי הוא "אם נתיישרה דעתה". מספר ראשונים מסבירים שדין זה של האכלה בשלבים קיים רק אצל מעוברת כי מחד גיסא מצבה מאפשר יישוב דעת בדבר מועט, ומאידך גיסא בגלל רגישותה אין אפשרות אפילו לבקיאם לאמוד את הנצרך להשבת דעתה, ורק היא מזהה במדויק באיזה שלב התיישרה דעתה.<sup>12</sup>

הלכה נוספת הקשורה להאכלתה של אישה הרה היא הלחישה באוזנה (להזכירה את האיסור) לפני שמאכילים אותה איסורים. רש"י (שם ע"ב ד"ה ואלחישה) פירש זאת כתאוות העובר אשר יושפע בעקבות קבלת האם את הלחישה. הרב מנחם המאירי (בית הבחירה, שם ד"ה ולוחשין) כתב שניתן להשפיע על האם באמצעות שכנוע הכולל את חומרת האיסור בתוספת "הבטחה על העובר שאם תתיישר דעתה תהא בטוחה על העובר שתהא יראת שמים מצויה בו". גם לפי ההסבר התולה את התאוה בעובר וגם לפי זה התולה אותה באם, נראה כי מדובר במצב ייחודי הקשור להריון, כשהלחישה קשורה לצד נפשי או רוחני המשפיע על הצד הפיזי באופן פסיכוסומטי או אחר.<sup>13</sup> אמנם, הרמב"ן (על פי דברי הבה"ג בסימן יג ורבי יצחק אבן גיאת) ציין סכנה פיזית של הפלת הוולד העלולה להיגרם מהרעב, ולדבריו הלחישה היא תזכורת לאם המכירה את המצב ולא עניין נפשי שניתן לשנותו.<sup>14</sup> ככל אופן מדובר במצב שעלול להביא לפיקוח נפש ולכן דוחה אפילו איסורי תורה.

מכאן שיישוב דעת בהריון לא קשור לצורך אובייקטיבי קבוע, אלא מכוון למודעות ולרגישות המיוחדת הקיימת בשלב זה בחיי האישה שכתוצאה מהן קיימת השפעה של

12 רמב"ן, תורת האדם, שם עמ' כז; ר"ן, יומא ג ע"ב בדפי הרי"ף; רא"ש, יומא פרק ח טע"ף ג.

13 המחקר בשנים האחרונות הוכיח השפעה אפיגנטית (השפעה על אופן התבטאות הגנים) כתוצאה ישירה ממצבה הנפשי של האשה בהריון. על אודות נושאים אלו ראו בהרחבה בעבודת התזה של שרון ירקוני, השפעות פסיכולוגיות ופיזיולוגיות של סטרס בהריון על הצאצאים, בר אילן, תשע"ג.

14 רמב"ן, תורת האדם, שם עמ' כח.

הנפש על הגוף, החזקה מעבר להשפעה הקיימת בכל חולה. ישנה הדרכה להשתדל לאפשר יישוב דעת בדרכים מותרות ולפחות לצמצם באיסורים, אך כאשר הדבר אינו פותר את הבעיה ניתן להתיר אף איסורי תורה עד שתתיישב דעתה.

## 2. יישוב דעתה של יולדת

### 2.1. הדלקת נר גם ליולדת סומא

חילול שבת עבור יולדת הוזכר במשנה בשבת יח, ג: "מיילדין את האשה בשבת, וקורין לה חכמה ממקום למקום, ומחללין עליה את השבת". בגמרא שבת קכח ע"ב מבואר כי בנוסף להתיר לחלל שבת ליולדת ולהיתר לקרוא למיילדת (שעלול להצריך יציאה מתחום שבת), יש היתר נוסף:

אם הייתה צריכה לנר, חבירתה מדלקת לה את הנר. פשיטא?  
לא צריכא: בסומא. מהו דתימא כיון דלא חזיא, אסור? קא משמע לן איתובי  
מיתבא דעתה. סברא: אי איכא מידי - חזיא חבירתא ועבדה לי.

היה מקום לחשוב שלא יותר להדליק נר ליולדת עיוורת שמבקשת זאת היות שהיא ממילא לא רואה והמטפלות בה לא מבקשות נר. בכל זאת, אנו נשמעים לדרישת היולדת ומדליקים נר כדי ליישב את דעתה. ההנחה היא שבקשתה להדליק נר נובעת מחשש שמא לא תטופל היטב בחושך, ודעתה תהיה מיושבת לכשתדע שאם תהיה בעיה כלשהי יוכלו חברותיה להתמודד איתה טוב יותר כאשר הנר דולק והחדר מואר היטב. היולדת והמטפלים בה אינם זקוקים לתאורה הנוספת של הנר, ואף על פי כן מותר לעבור על איסור דאורייתא בשל התחושה של היולדת שכך יוכלו המטפלים בה לעשות מלאכתם כראוי.

התוספות הדגישו שהפחד של יולדת שמא לא תטופל היטב חמור מרעבונו של חולה ביום כיפור:

שיותר יכולה היולדת להסתכן על ידי פחד שתתפחד שמא אין עושין יפה מה שהיא צריכה, ממה שיסתכן החולה ברעב.<sup>15</sup>

רעב הינו צורך פיזי מוכר, שבמצבי מחלה מסוימים אינו מסוכן ולכן אין לדחות מפניו תמיד את צום יום כיפור. אך המצב הנפשי שבו נמצאת היולדת עלול להביאה לסכנה, ועל כן מותר להדליק תאורה גם אם אין בה צורך אובייקטיבי.

---

15 תוספות, לעיל הערה 4.



התוספות ישנים כתבו הבדל נוסף בין האכלת חולה ביום הכיפורים לבין חילול שבת לטובת יולדת:

מדליקין לה בסתם ואפילו אינה אומרת כן. דהתם נמי קים להו לרבנן דבייתובי דעתא דהדלקת נר דילה איכא פקוח נפש... אבל במאכיל לחולה בעינן שיאמר הוא או בקיאינן שצריך מחמת שרואה סכנה פן יכביד עליו חוליו.  
(תוספות ישנים, יומא פג ע"א ד"ה חולה)

מצבה הרגיש של יולדת מחייב ביטחון ביישוב דעתה ועל כן יש ליזום פעולה כמו הדלקת הנר שתיישב את דעתה של היולדת. לעומת זאת, על מנת להאכיל חולה ביום כיפור יש צורך שהחולה עצמו יבקש לאכול או שרופא יקבע שהחולה זקוק לאוכל. הרב אברהם גומבינר הדגיש שאין לומר ליולדת סומא שהדליקו לה נר בלי להדליקו בפועל מתוך הנחה שהיא ממילא אינה רואה. לדבריו, ייתכן שבכל זאת היא רואה משהו, ולפיכך היא עלולה להרגיש ששיקרו לה.<sup>16</sup> נדרש לתת ליולדת הסומא הרגשה מוחלטת של רגיעה ובטחון, גם במחיר הבערת אש בשבת על אף שאין צורך ותועלת בדבר מבחינת הסיוע והטיפול הרפואי.

## 2.2. מלאכות בפני היולדת ובשעת הלידה

בברייתא הנזכרת בגמרא שבת קכח ע"ב נאמר עוד ביחס להיתר לחלל שבת לשם יישוב דעתה של יולדת:

אם היתה צריכה לנר, חבירתה מדלקת לה את הנר.  
ואם היתה צריכה לשמן, חבירתה מביאה לה שמן ביד.  
ואם אינו ספק ביד מביאה בשערה,  
ואם אינו ספק בשערה מביאה לה בכלי.

בברייתא מתואר מדרג לגבי הבאת שמן ליולדת בשבת דרך רשות הרבים: ביד, בשער, ובכלי. הגמרא שם דנה בהיגיון ההלכתי של ההצעות שבברייתא. כשמביאים בשער יש חשש לאיסור סחיטה, ומדוע דרך זו עדיפה מכלי? משיבה הגמרא:

רבה ורב יוסף דאמרי תרויהו: אין סחיטה בשיער [רש"י: שהוא קשה ואין בולע].  
רב אשי אמר: אפילו תימא יש סחיטה בשיער - מביאה לה בכלי דרך שערה.  
דכמה דאפשר לשנויי משנינן.

16 הרב אברהם גומבינר, מגן אברהם, אורח חיים, סי' של ס"ק ב.

לפי רב אשי, לדעה הסוברת שיש דין סחיטה בשער יש להביא שמן על ידי שיכרו את הכלי בשער, מהטעם: "דכמה דאפשר לשנויי משנינן".

בברייתא מוזכר שינוי רק בדרך הבאת השמן אך לא לעניין הדלקת הנר. הטור כתב: "ומדליקין לה את הנר, ומכל מקום כל מה שיכולים לשנות משנינן".<sup>17</sup> לדבריו השינוי מוסב גם על הדלקת הנר. הרב יהודה הרצל הנקין הסביר שנראה שהטור למד זאת מדברי רב אשי שכל מה "דאפשר לשנויי משנינן" בלשון רבים, כלומר לגבי כל הנושאים.<sup>18</sup> הרמב"ם בהלכות שבת פ"ב הי"א פסק להלכה את דברי רב אשי באופן הבא:

ואם הייתה צריכה לשמן וכיוצא בו מביאין לה, וכל שאפשר לשנות משנין בשעת הבאה, כגון שתביא לה חברתה כלי תלוי בשערה, ואם אי אפשר מביאה כדרכה. הרמב"ם הוסיף את המילים "בשעת הבאה", כלומר שרק כשמביאים את השמן משנים. הרב הנקין הסביר זאת:

שהבאה אינה בפני היולדת... אבל הדלקה שהיא בפניה, אדרבה אם תדלקנה חברותיה בשנוי כל שכן שלא יהיה ליולדת ישוב הדעת, שתראה שמהדרות לא לחלל שבת בשבילה ושעל כן עושות על ידי שנוי, והיא תפחד יותר שמא לא תעשנה לה מה שצריכה. וכן כל מלאכות שעושות בפני היולדת צריכות לעשות בלי שנוי. מה שאין כן הבאה ברשות הרבים.<sup>19</sup>

כלומר, רק בפני היולדת מותר לעשות ללא שינוי, כדי ליישב דעתה, אך בפעולות הקשורות להכנה ללידה שאינן בנוכחות היולדת יש לעשות בשינוי. חשוב להדגיש, שגם בפעולות הקשורות ללידה שנעשות בנוכחות היולדת יש להיזהר ולהישמר, ומותר לעשות רק פעולות שיישבו את דעתה אך לא פעולות "להרחבת הדעת בעלמא".<sup>20</sup>

### 2.3. עושים מדורה ליולדת

סוג נוסף של יישוב דעת נמצא בהלכה נוספת הקשורה ליולדת. בגמרא שבת קכט ע"א נאמר: "אמר רב יהודה אמר שמואל: עושין מדורה לחיה בשבת".<sup>21</sup> האמוראים דנו עד מתי תוגדר אישה כיוולדת: עד שלושה ימים לאחר הלידה, עד שבעה ימים, או עד

17 טור, אורח חיים, סי' של. וכן פסק גם בשולחן ערוך, שם סעי' ג.

18 הרב יהודה הרצל הנקין, שו"ת בני בנינים, חלק א סי' לג, עמ' צט.

19 הרב הנקין, שם עמ' קה.

20 ראו: הרב שמואל הלוי וואזנר, שו"ת שבט הלוי, חלק ח סי' עא.

21 נפסק להלכה ברמב"ם, הלכות שבת פ"ב הי"ד; שולחן ערוך אורח חיים סי' של סעי' ו.

שלושים יום. המסקנה היא שלעניינים שונים נקבעו טווחי זמן שונים, וההלכה לעניין שלושים יום היא: "עושין מדורה ליולדת כל שלשים יום, ואפילו בתקופת תמוז".<sup>22</sup> הרב נפתלי צבי יהודה ברלין, הנצי"ב, הסביר את ההיתר להדליק אש בשבת עבור אישה שילדה:

דביולדת איכא חששא יתירא שלא מענין גוף החולי, והיינו חלישת הדעת מזיק לה ומסכן.<sup>23</sup>

ההיתר לא קשור למצב הגופני (חולי פיזי) של היולדת, אלא למצב נפשי, חלישות דעת בשל מעמדה המיוחד. הרב אלי טרגין סיכם את הסוגיה:

כאשר היולדת לחוצה ופוחדת מתהליך הלידה, ניתן לבצע בעבורה פעולות האסורות מן התורה, אם הן נוגעות למעשה הלידה ואמורות להפיג את חששה מהתהליך. אין צורך לנסות ולשכנע את היולדת לוותר על דרישתה, וכן אין צורך 'למדוד' האם זהו פחד מספיק 'משמעותי'. אמנם אם מעשה ההרגעה אינו קשור ישירות לפן הרפואי של מעשה הלידה, או שהאישה רגועה אלא שברצונה להרחיב את דעתה שתהיה רגועה יותר, יש לאסור זאת.<sup>24</sup>

כאמור, היתרים בשל הנימוק "ישוב הדעת" נאמרו דווקא ביולדת אך לא בחולה.<sup>25</sup> הרב יהודה הרצל הנקין הסביר את ההיתרים המפליגים ביולדת בשל העובדה שהיולדת צריכה לשתף פעולה עם המיילדת גם נפשית (חשיבה חיובית ואופטימית, מוטיבציה להקשיב להוראות, מניעת היסטריה) וגם פיזית (היכולת ללחוץ את העובר בשלב השני בלידה), ולעומתה חולה צריך רק לנוח ולאכול מה שנותנים לו ורפואתו בידי שמים ובידי הרופאים. וכלשונו:

עבודה קשה שאינו דומה לה מאמץ אחר בחיי גבר או אשה, ואם תלחץ בזמן שיש לה להרפות או לא תלחץ בזמן שיש לה ללחוץ היא מתשת כוחה ומסתכנת, וצריכה ישוב הדעת כדי לשמוע לפקודת המילדת והחכמה בשעת לידה, ואם לא יהיה לה ישוב הדעת בשעת הצירים שוב לא יהיה לה כשכורעת לילד. וכן אשה

22 שולחן ערוך, שם.

23 שאילתות דרב אחאי גאון, שמות שאילתה לח, העמק שאלה אות ה.

24 הרב אלי טרגין, "תומכת לידה והגדרת 'ישוב דעת' ביולדת (תגובה)", תחומין, לד (תשע"ד), עמ' 68.

25 ההסבר לגבי הצורך הייחודי לאקטיביות (לעומת החולה) רלוונטי בעיקר לקראת הלידה ובלידה עצמה ולא לאחריה. אמנם לא ראיתי על כך בדברי הרב הנקין, אך ייתכן כי גם תקופת ראשית האימהות, הדורשת אקטיביות רבה בטיפול בצרכי התינוק, ממשיכה את הצורך ביישוב דעת ייחודי. אך ייתכן שהסברו מכיוון רק לגבי הלידה עצמה.

מתשת כוחה אם אין לה מנוחת הנפש לנוח בשעת הצירים והיא חובטת בכאביה. זוהי שיטת הרמב"ם (הל' שבת ב, יא), שמחללים את השבת כשצווקת בחבליה הרבה זמן קודם הלידה, על שם סופה שתוכל להפליט הולד.<sup>26</sup>

חשיבות 'יישוב הדעת' של היולדת במהלך הלידה ואף לאחריה היא בשל הרצון לחזק נפשית את היולדת ועל מנת שלא לפגוע ולערער את נפשה בשל המצב המיוחד בו היא נמצאת. היתרים הכרחיים אלו מלווים בגדרים הלכתיים השומרים שלא יגלשו למחוזות פינוק או הרחבת דעת כללית.

### 3. רקע: פיזיולוגיה של הלידה והיולדת בהקשר ליישוב דעתה

למרות ההבנה כי יישוב דעת בהריון ובלידה הינה מושג הלכתי שנראה כי מהותו נשכחה מאתנו (כפי שהוסבר בפרק הראשון), עיון בגילויים המדעים לגבי השפעת סטרס ופחדים בהריון ובלידה מאירה באור בהיר יותר את הדרכות חז"ל לגביו.

בשלבם המתקדמים של ההריון פעילותו של ההיפותלמוס (אזור פנימי בקדמת מוח הביניים המווסת תהליכים מטבולים ואת פעילות מערכת העצבים) נעשית דומיננטית יותר "על חשבון" פעילות קליפת המוח - הניאו קורטקס (השכבה החיצונית של המוח הגדול, האחראית על עיבוד מידע ותפקודים קוגניטיביים).

אישה הרה עשויה לגלות שבתקופה זו היא נוטה להתעניין פחות בנושאים אינטלקטואליים ולעסוק הרבה יותר במתרחש בגופה. במיוחד לקראת סוף ההריון, היא עשויה לחוש שהיא "מרחפת" במקצת, או נוטה לשכוח. זוהי דרכו של המוח להכין את האישה ולמקד את המודעות שלה פנימה, לקראת הלידה והאימהות.

מחקרים שונים הוכיחו כי סטרס בהריון משפיע על לידות לפני זמן ועל משקל וממדי גוף קטנים ביחס לגיל היילוד, מה שמשפיע על תחלואה ומוות גבוהים מהממוצע בתינוקות.<sup>27</sup> בנוסף לכך נמצא קשר לדיכאון ומחלות לב בשלב הבגרות של תינוקות שחוו סטרס אימהי בשלב העוברות.

ההסבר המדעי לתוצאות אלו הם שינויים אפיגנטיים שחלו בשלב העוברות, כלומר: התקבעות דרך הביטוי הגנטי של תכונות מסוימות, בהתאם למצב האם. שינוי אפיגנטי גורם לשינויים בביטוי הגן ללא שינוי ב-DNA (בתכולה הגנטית) עצמו.

בלידה עצמה פעילות קליפת המוח אמורה להיות מינימלית, כדי לא להפריע להיפותלמוס להיות פעיל יותר בייצור אוקסיטוצין שיגרה את הרחם להתכווץ.

26 הרב הנקין, שם עמ' קד.

27 עיין לעיל הערה 6.

הקלת הכאב והתקדמות הלידה ללא עיכוב מתרחשים באמצעות הפרשה הורמונלית פיזיולוגית (טבעית). ככל שנהיה מודעים למנגנוני הפעולה בגוף המאפשרים אותם ולא נפריע לפעולתם, הגוף עצמו יפריש הורמונים מאלחשי כאב כאנדורפינים ויעלה את הפרשת הורמון האוקסיטוצין, במינון היעיל להתקדמות הלידה בצורה יעילה ובריאה. בלידה תקינה (בה השליה, העובר והאם בריאים) בדרך כלל אין צורך בהתערבות. הפרעה לאיזון ההורמונלי העדין הנדרש בלידה הוא למעשה הפרעה ל'ישוב הדעת'. מתח, לחץ ופחד יגרמו להעצמת הכאב (עקב הפרשת אדרנלינים המעצימים כאב והפחתה בהפרשת אנדורפינים).

הגורמים שהוכחו כמפריעים ביותר ללידה הינם: הסחת דעת או הטרדה ומתן תחושה של מתח ואי נוחות, אור חזק, חוסר בפרטיות, וכל אירוע שעלול לעורר את הנאו קורטקס ולעודד הפרשת הורמונים ממשפחת האדרנלין וכתוצאה מכך לבלום או לעכב את תהליך הלידה. פירושו של דבר הוא שבעת הציירים על היולדת להרגיש בטוחה, וזהו תנאי מוקדם לשינוי ברמת המודעות, אשר מאפיין את תהליך הלידה.

כאשר היולדת רגועה, הציירים ושלב המעבר מתרחשים ללא הפרעות, ובמחזור הדם שלה מופיע "קוקטייל" הורמונלי המאפשר את הופעת רפלקס פליטת התינוק והתקצרות השלב השני. ברגע שהתינוק נולד מתחיל השלב השלישי של הלידה, המסתיים עם פליטת השלייה וחיתוך חבל הטבור.

הפרשת האוקסיטוצין והאנדורפינים נמשכת לאחר הלידה, ומחקרים מעידים שיש להם השפעה מכרעת על ההתקשרות הראשונית בין האם לתינוק בזמן הרגיש שלאחר הלידה למשך זמן מסוים.

ד"ר מישל אודנט הדגיש את החשיבות העליונה של סביבת לידה שלווה, חמה ושקטה המאפשרת את פרטיות האם והתינוק בשעת הלידה ואחריה, כדי לאפשר לאם לייצר באופן טבעי רמות גבוהות של הורמונים החיוניים לציירים יעילים שיכווצו את הרחם בצורה תקינה ולהתנהגויות האחראיות ליצירת קשר ראשוני חזק בין האם לתינוק.<sup>28</sup> לאור ההסברים המדעיים, קשה להבחין בין צורך שישפיע על הטיפול עצמו, לבין צורך שיחסוך מהיולדת או מהיילוד באופן עקיף את הצורך בטיפול (הכרוך בתופעות לוואי).

התנאים המאפשרים יישוב דעת בהריון ובלידה יאפשרו התפתחות יילוד אופטימלית והפרשה הורמונלית מיטבית, יקלו על הלידה, וימנעו התערבויות מיותרות - וממילא גם כניסה למצב פיקוח נפש מיותר.

28 עיין לעיל הערה 2.

## ג. הגדרת מעמד היולדת ושלבי הלידה ביחס להיתרי יישוב דעתה

האמוראים דנו בשאלת הגדרת השלב הקובע כי האישה יולדת, ועד מתי היא עדיין נכללת בגדר זה. העובדה שיש מחלוקות בדבר מעידות על מורכבות וייחודיות מצב היולדת אשר אינו חד משמעי. ההגדרה קשורה גם לתחושות נפשיות סובייקטיביות ומצבים נפשיים המשפיעים על המצב הגופני.

בגמרא שבת קכט ע"א מוסבר כי היולדת מוגדרת ככזו מרגע פתיחת הקבר (הרחם). אמנם, הסימנים לפתיחת הרחם נחלקים לשלושה מצבים שונים:

מאימתי פתיחת הקבר?

אמר אביי: משעה שתשב על המשבר.

רב הונא בריה דרב יהושע אמר: משעה שהדם שותת ויורד.

ואמרי לה: משעה שחברותיה נושאות אותה באגפיה.

הסבר:

[א] משעה שתשב על המשבר - הוא כיסא הלידה. כלומר תחושת הצורך ללדת, או צירים תכופים מאוד.

[ב] משעה שהדם שותת ויורד - דימום שנכנס לגדר "שותת ויורד". בדרך כלל אם ישנו דימום בתחילת לידה הוא במינון ועוצמה נמוכים מאוד.

[ג] משעה שחברותיה נושאות אותה באגפיה (בזרועותיה) - כיון שהיולדת כבר אינה יכולה ללכת בכוחות עצמה. חשוב להדגיש שמצב זה תלוי בכוח הסבל של האישה, והוא משתנה מאישה לרעותה. הרמב"ן (שבת קכט ע"א) טען שעל סימן זה קשה לסמוך, מאחר שיש נשים זריזות ויש עצלות.

שלושת המצבים הללו יכולים להקדים זה את זה, ולהלכה ספק נפשות להקל וכל אחד ממצבים אלו מתיר חילול שבת מצד דין חולה שחל על יולדת (שולחן ערוך, אורח חיים, סי' של סעי' ג).

הרב מרדכי הלפרין ציין<sup>29</sup> את שלושת השלבים המקובלים כיום בהגדרות לידה, והקביל בינם לבין לשון הרמב"ם בהלכות שבת (פ"ב הל' יא, יג) העוסק בדיני יולדת בשבת:

---

29 הרב מרדכי הלפרין, "שלבי הלידה ב"יד החזקה" לרמב"ם - עיונים הלכתיים ומבט רפואי", אסיא, נה (יד), ג, טבת תשנ"ה, עמ' 54-61.

השלב הראשון בלידה - התקצרות צוואר הרחם לקראת הלידה באמצעות צירים. שלב זה מורכב משלב לטנטי (סמוי) המתרחש בדרך כלל בבית, ומשלב אקטיבי (פעיל) המתרחש בדרך כלל בבית החולים. לחלק זה התייחס הרמב"ם (שם ה"א) שכתב: "... ואם היתה צריכה לנר בשעה שהיא צועקת בחבליה מדליקין לה את הנר. ואפילו היתה סומא, מפני שדעתה מתיישבת עליה בנר ואף על פי שאינה רואה. ואם היתה צריכה לשמן וכיוצא בו מביאין לה, וכל שאפשר לשנות - משנין בשעת הבאה...".

השלב השני בלידה - משלב פתיחתו המלאה של צוואר הרחם עד יציאתו של התינוק לעולם. שלב זה מכונה 'שלב הלחיצות'. משלב זה ואילך (וכנראה שאף מעט קודם, בשלב כלשהו במהלך החלק הפעיל של השלב הראשון בלידה, שאז שכיח דימום קל הנובע מתחילת הפרדות קרומי שק ההריון מהרחם) היולדת מוגדרת כחולה שיש בו סכנה. לחלק זה התייחס הרמב"ם (שם ה"ג): "חיה משיתחיל הדם להיות שותת עד שתלד, ואחר שתלד עד שלשה ימים, מחללין עליה את השבת ועושין לה כל צרכיה. בין שאמרה צריכה אני בין שאמרה איני צריכה".

השלב השלישי בלידה - יציאת השלייה. המשך המצב כמו חולה שיש בו סכנה. הרמב"ם לעיל כותב "עד שלושה ימים", כלומר מתייחס לשלב השני והשלישי כאחד. בשלב הראשון היולדת אינה נחשבת לחולה שיש בו סכנה, אך יש חשיבות מיוחדת למצבה הנפשי. סיכוייה של יולדת, המגיעה לשלב השני כשהיא חסרת ביטחון או מבוהלת, ללדת ללא סיבוכים המצריכים התערבות מכשירנית ואף כירורגית - יורדים באופן משמעותי. השלב הראשון מכין לקראת השלב שאחריו, הדורש פעילות מצד היולדת - לחיצות אפקטיביות להוצאת התינוק, אשר ללא מאמציה עלול להיקלע למצוקה, ולכן עליה להגיע למצב זה עם יכולת לשתף פעולה.

ניתן להבין זאת לעומק כשמבינים כיצד ההפרשה ההורמונלית במהלך הלידה מושפעת ממצבה הנפשי של היולדת ומשפיעה על המשך הלידה, וכן על חשיבות השמירה על היכולות התנועתיות והפעילות בלידה. לפי הסבר זה של דברי הרמב"ם, ההיתר לחלל שבת עבור היולדת בשלב הראשון הורחב גם לאיסורי דאורייתא, אך הוגבל לכך שיש לעשותם בשינוי ככל הניתן, הן מצד שהסכנה אינה מיידית (אלא שחוסר יישוב דעת יגרום לסכנה בהמשך) והן מצד שמדובר בצורך סובייקטיבי ולא אובייקטיבי (רפואי).<sup>30</sup>

לעומת זאת, היות ובשלב השני והשלישי היולדת מוגדרת חולה שיש בו סכנה, אין צורך לעשות את האיסורים במהלך הטיפול בה בשינוי.

30 הרב הנקין, שם עמ' קד.

## ד. פסיקות הלכתיות ביחס לאפשרויות מעשיות בימינו ליישוב דעתה של יולדת

הנימוק "יישוב הדעת" של יולדת משמש מקור והשראה לפסיקות של רבנים בני זמננו בשאלות אודות מצבים ואפשרויות טיפול שלא היו קיימים בעבר. בדוגמאות הבאות נראה את התמודדות הפוסקים עם המורכבות בצורך לזהות מצב סובייקטיבי שסכנתו לא ברורה כיום במלואה, אך ההלכה הדריכה להתייחס אליו בחומרה. עיקר מחלוקות ובירורי הפוסקים נראים בניסיון לברר עם האישה את מהות חווית חוסר הנוחות שלה והאם היא נכנסת בגדר חוסר יישוב דעת (כמו בהדרכת הגמ' ביומא פב ע"א להאכילה בהדרגה וללחוש על אוזנה). לכן, במקרים רבים הפוסקים מדגישים כי כל מקרה יש לברר לגופו ולא ניתן לקבוע כלל גורף.

### 1. בחירת מזרזים או משככי כאב בלידה

צער הלידה אינו חובה קדושה שאסור להיפטר ממנה, אלא תיאור המציאות כתוצאה מן החטא (בראשית ג', טז ורש"י שם ד"ה בעצב תלדי בנים) או הדרך לתיקונו, כמו קללת האדם המתוארת אף היא בשורש ע"ב: "בעצבון תאכלנה" (שם יז). כלומר, הגבר יעצב ויעמול בהפקת המזון מהאדמה והאישה בעצב ועמל בהריון ובלידה (רד"ק שם). בגמרא מסופר על נשים שזכו ללדת ללא כאבים (סוטה יב ע"א, כו ע"א), ומציאות זאת מתוארת לזכותן. השיקול ההלכתי היחיד לגבי בחירת משככי כאב הינו הסיכון הטמון בו ליולדת או לעובר, ובירור כי השיקולים הרפואיים לגבי בחירת משכך הכאב ישמרו על יחס ערכים סביר בין שיכוך כאבי היולדת לבין בריאותה ובריאות העובר. גם הסתייגויות הפוסקים המחמירים לגבי משככי כאב הטומנים בחובם סיכונים מסוימים מתבטלות בשעת מצוקה קשה של היולדת.

את החשיבות בהקלת הכאב ליולדת ניתן לראות בהתרת ניתוח קיסרי ללא צורך רפואי אלא רק לשם שיכוך כאביה ופחדיה של היולדת. הרב יצחק זילברשטיין כתב בשם חותנו הרב יוסף שלום אלישיב: "אם היולדת פוחדת מהכאבים העזים של הלידה, כמו שכתוב 'רעדה אחזתם שם חיל כילודה' (תהילים מ"ח, ז), אינה עוברת על איסור חבלה... ומותר לנתח אותה בנייתוח קיסרי בין בחול ובין בשבת כאשר... חוששת מאוד מלידה טבעית".<sup>31</sup>

31 הרב יצחק זילברשטיין, שיעורי תורה לרופאים, חלק ד (תשע"ב), עמ' 191.



הרב מאיר שלזינגר הסביר שרמת הסיכון באפידורל הינה קטנה, עד כדי שנכנסת בגדר שיגרת הסיכון עבור חיי היום-יום: "ועל כן איני רואה הגיון שאדם צריך לסבול סבל של לידה... לא מתקבל כל כך על הדעת, שדווקא כאן חשש לסיכון הזה".<sup>32</sup> עם זאת ציין הרב שלזינגר שישנם פוסקים גדולים שהדריכו אותו לגבי שימוש באפידורל רק בלידה שנייה והלאה, מכיוון שבלידה ראשונה החשש הינו מהספק, כלומר שהאישה חוששת מהלא נודע, ויש נשים שנוכחו לגלות שבפועל כאבי הלידה נסבלים יותר ממה שחששו מראש. הוא סיכם את דעתו באמירה כי:

שאלות [אלו] נמדדות במצבו של אדם. גם יכולת הנשיאה בסבל, גם יכולת הנשיאה בכאב. הדברים האלה אי אפשר לתת להם מדדים אובייקטיביים מוחלטים, ולפי יכולת הנשיאה - גם הרגשית וגם הגופנית - צריך לקבוע את הזכות ואת היכולת להיכנס לסיכונים.

כאמור, ליולדת הותרו אפילו אמצעי הרגעה עקיפים, כהדלקת הנר בשבת. קל וחומר שתרופות שישקיטו את רוחה יכנסו לגדר המותר מצד חובת יישוב דעתה. לכן משככי כאב שהותרו ביום חול (כאפידורל, טשטוש בווריד, גז צחוק ומכשיר טנס) הותרו גם בשבת.<sup>33</sup>

## 2. הבעל כמלווה ותומך בלידה

בעולם המערבי, ובכללו במדינת ישראל, מקובל כיום כי בן הזוג מלווה את בת זוגו לאורך ההריון וגם בחדר הלידה. בנושא זה נערכו מחקרים מעטים ותוצאותיהם חלוקות.<sup>34</sup> מבחינה הלכתית נוכחות הבעל ותמיכתו בעת הלידה מעלה שלוש סוגיות הלכתיות:

א. ליווי לחדר לידה וחשש להפרת הלכות צניעות: בשלב מוקדם יחסית של הלידה האישה תהפוך לנידה, ובמהלך הלידה יש סיכוי גבוה שהאישה תתגלה במקומות

32 הרב מאיר שלזינגר, "כניסה מחושבת לסיכון - היבט הלכתי", בתוך: גניקולוגיה פוריות וילודים לאור ההלכה (עורך: הרב יואל קטן), ירושלים תשנ"ג, עמ' 163-167.

33 הרב שמואל הלוי וואזנר, שו"ת שבט הלוי, חלק ט ס' עה, התיר להזריק זריקת אפידורל בשבת לאישה שמתקשה במהלך הלידה. ראו גם: הרב מנשה קליין, שו"ת משנה הלכות, חלק יד ס' רסו.

34 יש הטוענים (מרכז רפואי הדסה) כי רוב הנשים מעדיפות את סיוע בן זוגן והוא מהווה תמיכה משמעותית. לעומת זאת, במחקרים רבים אחרים לא נמצא הבדל בין שתי הקבוצות בהן הבעל נכח או לא נכח בלידה באף אחד מהמשתתפים התלויים (ראו: עבודת התזה של זהבית כספי, תגובות לכאב ותפיסת כאב של נשים בזמן לידה, המחלקה לפסיכולוגיה באוני' בר אילן, 1987). ד"ר מישל אודנט (Odent, 1999) טען כי נוכחות גברים בחדר לידה גורמים לגירויי הניאורטקס, שמעלה מתח הגורם לייצר יותר אדרנלין ופחות אוקסיטוצין. בעקבות כך צירי הלידה פועלים ביעילות פחותה, מה שמגביר את הצורך בהתערבות רפואית. לדעתו יש לעודד נשים ללדת כמו בחברה השבטית, בנוכחות נשים בלבד.

מכוסים. עצם הליווי לחדר הלידה מותר מאחר שבליוי עצמו אין בעיה הלכתית, אלא רק מאמץ בשמירת העיניים.<sup>35</sup> מה באשר לנוכחותו במהלך הלידה?

הרב יהודה הרצל הנקין כתב שאם אין צורך לבעל להיות שם - אין להתיר לו, כי הוא עלול להיכשל בקלות בהסתכלות במקומות המכוסים. אבל, אם האישה מפחדת ורוצה שבעלה יהיה נוכח, מותר לו - והוא אף חייב - להיות איתה בחדר הלידה, אם כי כמובן עליו לשמור עצמו מלהסתכל. לדעת הרב הנקין ההיתר כשאשתו מבקשת ליישב דעתה הוא מתוך האמור בכרייתא (שבת קכח ע"ב): "אם היתה צריכה לנר... ואם היתה צריכה לשמן", כלומר שהאישה היא זו שמצביעה על הצורך שלה. אמנם, הב"ח כתב: "דהא דקתני אם היתה צריכה לנר, היינו שהיא אינה אומרת כלום" ולכן אין חובה שהאישה ממש תאמר את רצונה מפורשות.<sup>36</sup> גם בן זוג שלא מצליח לשמור עיניו, עדיין אין זה עומד בפני פיקוח נפש של היולדת, מאחר שהאיסור אינו בכלל 'יהרג ואל יעבור'. אין מדובר בהתרפאות מ'אביזרייהו דגלוי עריות', כיון שאין כאן 'פסיק רישא', והאישה אינה מתרפאת מהסתכלותו. כמו כן, הסתכלות כזאת שאינה לתאוה אינה איסור מן התורה לרוב הדעות. הרב הנקין ציין גם שלעניין יישוב הדעת נראה שיש לבעל יתרון מעשי לעומת המיילדות והרופא, כי האישה בוטחת במי שהיא מכירה, ומצבי הזנחה כתוצאה מעומס מתרחשים מדי פעם.<sup>37</sup> הוא סייג את דבריו בכך שתמיכת בן הזוג לא תפגע בפרטיות ויישוב הדעת של יולדות אחרות (למשל בחדר קבלה משותף, שהיום כבר כמעט ולא קיים), שכן סכנת היולדת בהפרת יישוב דעתה לא קודם לצורך האחרות ביישוב דעתה.<sup>38</sup>

הרב יצחק זילברשטיין ציין שיש לשקול שהליווי לאישה הזקוקה לבעלה נכנס לגדר מצווה שאינה יכולה להיעשות על ידי אחרים.<sup>39</sup>

---

35 הרב משה פיינשטיין, שו"ת אגרות משה, אורח חיים, חלק ב ס' עה. וראו עוד: הרב יובל שרלו, רשו"ת יחידי, "אני לא רוצה ללדת יותר". אמנם, הרב משה שטרנבוך, תשובות והנהגות, חלק א ס' תתסב, אסר לחלוטין את נוכחות הבעל בחדר הלידה, וכתב שכך פסק גם הרב משה הלברשטאם ופוסקים נוספים. כך פסק גם הרב מנשה קליין, שו"ת משנה הלכות, חלק ט ס' רעב.

36 הרב יואל סירקיש, בית חדש, אורח חיים, ס' של ס"ק א. וראו: הרב אלי טרגין, "תומכת לידה והגדרת 'יישוב דעת' ביולדת (תגובה)", תחומין, לד (תשע"ד), עמ' 62-68.

37 אמנם טעם זה אינו מעניק יתרון לבעל על אישה מלווה אחרת מצד הסיוע בהשגחה הרפואית, אם כי ניתן להבין כי האישה סומכת דווקא על בעלה כי ידאג לה כראוי ועצם זה מיישב דעתה.

38 הרב הנקין, שם עמ' קח.

39 הרב יצחק זילברשטיין, תורת היולדת, עמ' קפא. הפסיקה היא שאין ללוות את היולדת, אך למעשה כל עוד היא לא מתגלה ויש חדר פרטי (כפי שקורה כיום ברוב זמן הלידה ובכל חדרי הלידה בארץ) ניתן להתיר כשלאישה יש צורך.

ב. אישה המרגישה צורך בסיוע פיזי של בעלה לאחר היותה נידה: לכתחילה פוסקי ההלכה לא התירו זאת. אף לגבי עצם הדיון בשאלה בפומבי, התחבטו הפוסקים שמא הוא מהווה לגיטימציה ומוטיבציה לדרוש מגע עם בן הזוג בעוד שידיעת האיסור (ללא שידונו בו) מסייעת ומונעת התעוררות הרצון והצורך בכך. למרות זאת, רוב הפוסקים חשים חובה לדון בכך, וכדברי הרב שלמה דיכובסקי: "מעולם לא שמענו שנמנע מדיון הלכתי כי עצם הדיון עלול לגרות את היצר".<sup>40</sup> חלק מהפוסקים מדגישים בתשובותיהם כי שאלות אלו יש לשאול באופן אישי מורה הוראה.<sup>41</sup>

איסור נידה באשתו אף חמור ממי שאינה אשתו, כיון שייתכן שעקב החיבה ביניהם היא מעוניינת בתמיכתו. אך בוודאי, אין ספק שאדם שיראה את אשתו הנידה טובעת, וימנע מלנגוע בה להצילה יקרא חסיד שוטה.<sup>42</sup> שהרי הוא חייב בהצלת אשתו לא רק מצד "לא תעמוד על דם רעך",<sup>43</sup> אלא גם עקב חובתו כבעל ברפואתה.<sup>44</sup>

כאשר הצורך בסיוע הינו טכני (לסייע בעלייה לרכב, בהליכה וכד'), אם יש אפשרות שרופא או איש צוות רפואי יסייעו ליולדת הנידה, פסק הרב יצחק זילברשטיין שכך עדיף הלכתית, כי לאדם זר איסור נגיעה בנידה כשאינו בדרך חיבה קל יותר, בעוד שלבעל הוא סייג (כאיסור הושטת חפץ). אולם, כאשר אין איש צוות רפואי, עדיף סיוע של הבעל על פני סיוע של גבר זר, מחשש פריצות.<sup>45</sup>

כאשר האישה מבקשת בבירור שבעלה יסייע לה בתמיכה פיזית כדי להרגיעה, הרב שלמה דיכובסקי התיר לבעל להחזיק את ידה של אשתו אם היא דורשת זאת בתוקף ונראה שזה כתוצאה מחרדה אמתית (ודעת רופא שיש סכנה כזו) ולא פינוק: "ונראה לעין שהיא זקוקה לכך לצורך רגיעה נפשית".<sup>46</sup> גישה זו עשויה להיות נתמכת בדברי

40 הרב שלמה דיכובסקי, "הרגעת יולדת ומעוברת", תחומין, כג (תשס"ג), עמ' 238-240.

41 הרב שלמה זלמן אוירבך, הובאו דבריו בנשמת אברהם, יורה דעה, סי' קצה ס"ק ג; הרב יצחק זילברשטיין, תורת היולדת, עמ' קפב. כך שמעתי גם מהרב יעקב אריאל שליט"א, בשיחה אישית באוניברסיטת בר אילן ב' סיוון תשע"ה.

42 ע"פ סוטה כא ע"ב.

43 ויקרא י"ט, טז; ספרא, קדושים, פרשה ב פרק ד אות ח: סנהדרין עג ע"א.

44 ע"פ כתובות נא ע"א.

45 הרב יצחק זילברשטיין, תורת היולדת, עמ' קלח.

46 הרב שלמה דיכובסקי בהרצאה בכנס מכון פועה. בתוך: חידושים בגניקולוגיה והלכה, כנס 11 (תשע"א), ירושלים. עצה שמקורה במה שכתב הרב אברהם אייזנשטט, פתחי תשובה, יורה דעה, סי' קצה ס"ק יז בשם ספר מקור חיים, שעדיף לגעת באשתו באמצעות כפפה דקה מפרידה. ההיתר מתבסס על כך שברור לחלוטין שאין כל מקום לחשש עבירה, הן בגלל הצוות הנוכח והן בשל מצב האישה, ולכן אין לאסור על הבעל לטפל באשתו ליישוב דעתה, אם יש צורך רפואי בכך, וכשלא ניתן להרגיעה בדרך אחרת. הרב יצחק וייס, שו"ת מנחת יצחק, חלק ה סי' כז, התיר להחזיק באשה כשהבעל לובש כפפות או מטפחת. אך שם בחלק י, סי' פז אות ד, כתב שאם אין הדבר מספיק ויש חשש לטירוף הדעת יש לשאול

התוספות (שבת קכח ע"ב ד"ה קמ"ל) שלפחה של היולדת יש מעמד מיוחד, ויש להתיר כל דבר שמפריע ליישוב דעתה. לעומת זאת, הרב שלמה לוי פסק כי מגע הבעל הינו סוג של הרגעה כללית אשר לא נכלל בהגדרת 'יישוב הדעת', ואין להתיר מכוחו לבעל להחזיק את יד אשתו.<sup>47</sup>

ג. ליווי האישה לבית חולים כשכרוך בדבר חילול שבת: התוספות (שם) מדגישים שהסיכון ליולדת הוא בעצם הפחד ("יותר יכולה להסתכן על ידי פחד שתתפחד"). הפחד הוא מושג סובייקטיבי ולכן רוב הפוסקים מתירים ליולדת שילוו אותה בשבת, במיוחד אם יש אפשרות להצטרף לרכב הנוסע עם היולדת. החזון איש פסק לגבי ליווי יולדת בשבת: "...מזרז אני שיסעו עמה. ואם לא תירגע אלא אם כן יתלוו אליה בעלה ואמה, יתכן ומותר לשניהם להתלוות".<sup>48</sup> ויש שמתירים ללוותה גם במכונית נפרדת אם אין שום אפשרות להצטרף לרכב שבו היא נוסעת.<sup>49</sup>

הרב משה פיינשטיין מחמיר בכך ומסביר כי סוגיה זו אינה דומה להיתר הדלקת הנר, כיוון ששם "דרך כל האדם להתפחד שמא לא ייראו מה שצריכה... אבל בעובדא דידין... אין שום טעם לפחדה". אמנם, להלכה פסק שלאחר שמסבירים ליולדת שאין טעם לפחדה, אם היא בכל זאת מפחדת מותר לבעל לנסוע איתה משום חשש פיקוח נפש.<sup>50</sup>

ד. הארכת נסיעה בשבת לטובת ילדי היולדת: נשים רבות אשר להן ילדים קטנים, מעוניינות בליווי בן זוגן בלידה ומוטרדות מסוגיית שמירת ילדיהן הקטנים בזמן הלידה, אם תרחש בשבת. מדובר בחשש שאין לו קשר ישיר ללידה ולטיפול ביולדת, אך לדעת היולדת מפר את יישוב דעתה. הרב דב ליאור והרב יובל שרלו, בתשובות שהתפרסמו באתרי האינטרנט ישיבה, מורשת וכיפה, מסתייגים מכך ומשתדלים בתשובתם להזכיר לאישה את הפתרונות הנוספים שיכולים להרגיעה ולהזכיר כי לא מדובר בפיקוח נפש.<sup>51</sup>

---

מורה הוראה ובלבד שזה החשש ולא "קלות דעת". הרב חיים דוד הלוי, שו"ת עשה לך רב, חלק ה סי' נח, כתב שאימותו ילדו במשך הדורות ללא נוכחות הבעל, אך מחקרים הוכיחו שהדבר מסייע מאוד ליולדות ויש בזה היגיון, כי בבתי החולים יש יולדות רבות ולא ניתן להצמיד אחות לכל יולדת, ועל כן נוכחות הבעל היא חשובה, אך זאת רק אם היולדת תבקש ממנו. כמובן שעל הבעל לעמוד למראשותיה של אשתו ולא להביט למקומות מכוסים.

47 הרב שלמה לוי, "יולדת המעוניינת לנסוע בשבת לבית חולים מרוחק", תחומין, לג (תשע"ד), עמ' 265.

48 הרב אברהם ישעיהו קרליץ, קובץ אגרות חזון איש קמא, פרק ו הערה ח.

49 הרב אברהם סופר אברהם, נשמת אברהם, אורח חיים, סי' רעח ס"ק ד.

50 הרב משה פיינשטיין, שו"ת אגרות משה, אורח חיים, חלק א סי' קלב.

51 הרב דב ליאור (ד' סיון תשס"ז), "נסיעה ללידה בשבת", אוחזר מתוך ישיבה / <http://www.yeshiva.org.il/ask/?id=27219>; הרב יובל שרלו (י"א טבת תשס"ט), "עצירה בדרך לידה בשבת", אוחזר מתוך מורשת

<http://shut.moreshet.co.il/shut2.asp?id=110841>; וכן "לידה בשבת", אוחזר מתוך שו"ת כיפה

<http://www.kipa.co.il/ask/show/307858-%D7%9C%D7%99%D7%93%D7%94->

[21.1.15](http://www.kipa.co.il/ask/show/307858-%D7%9C%D7%99%D7%93%D7%94-21.1.15). נצפו בתאריך א' שבט תשע"ה, %D7%91%D7%A9%D7%91%D7%AA

הרב אליעזר מלמד ציין שרק במצב יוצא דופן בו הילדים נכנסים למצב סכנה (עקב חוסר בשכנים או שכנים רעים) ניתן להאריך מעט את הדרך כדי להביא את הילדים למקום בטוח.<sup>52</sup>

ה. איסור טומאת כהן ונוכחות הבעל בלידה: מאותם טעמים שהוזכרו לעיל התיר הרב יצחק זילברשטיין לבעל כהן להיכנס לבית חולים ובכך להסתכן שיעבור על איסור טומאת כהן, זאת כדי להיות עם אשתו וליישב את דעתה כאשר יש בזה חשש פיקוח נפש. אמנם, הוא מציין שעדיף לבחור בית חולים השווה ברמתו הרפואית ושאינו בו חשש טומאה, גם אם יהיה כרוך בתשלום נוסף. במצב שיש טומאה, על הבעל הכהן לצאת מבית החולים מיד כשנולד התינוק או כשנוכחותו אינה דרושה עוד.<sup>53</sup>

### 3. סביבת לידה מתאימה

לצורך התפתחות טבעית ובריאה של הלידה יש צורך בתנאים מתאימים המאפשרים פעילות מיטבית לחלק הפרימיטיבי של המוח (היפותלמוס), על מנת שיפריש היטב את ההורמונים המועילים לקידום לידה והקלתה (כפי שהוסבר לעיל).

סביבת הלידה חשובה ביותר במניעת גירוי מזיק של קליפת המוח (הנאו קורטקס). על התנאים בחדר הלידה לעודד פרטיות, תחושת בטחון ונינוחות, באמצעות יצירת סביבת לידה שקטה וחמה, מאפשרת תנועתיות באמצעות אביזרים מתאימים (ככדור לידה), ללא עומס שאלות ואמירות הדורשות חשיבה רציונלית, תאורה מעומעמת, ומיילדת מרגיעה ותומכת. לכן חשוב שהיולדת תלד בבית חולים בו היא מרגישה שצרכיה יענו ותחוש בטוחה ונינוחה יותר. הגורמים לכך יהיו שונים מאישה לאישה בהתאם לאופייה, צרכיה הרפואיים והנפשיים, ולעיתים גם נתונים סובייקטיביים (כגון שבאחד מבתי החולים יש לה מטפל מוכר או חוויות עבר חיוביות).

הרב ישראל ליפשיץ כתב על ההיתר לקרוא לחכמה ממקום למקום: "ונראה לי דנקט 'חכמה' לאשמעינן דאפילו יש מילדת כאן, ורק חכמה ביותר, אפילו הכי שר".<sup>54</sup> בהתאם לכך התיר הרב יצחק זילברשטיין נסיעה בשבת לבית חולים בו יש מומחים גדולים יותר, אם זהו רצון היולדת.<sup>55</sup> הגישה המחמירה סוברת כי ראוי לשכנע את היולדת להגיע לבית

52 הרב אליעזר מלמד, פניני הלכה, שבת, חלק ב, עמ' 244-245.

53 הרב יצחק זילברשטיין, תורת היולדת, עמ' עא-עב.

54 הרב ישראל ליפשיץ, תפארת ישראל, משנה שבת יח, ג.

55 הרב יצחק זילברשטיין, תורת היולדת, עמ' נ. וכן: הרב אליעזר מלמד, פניני הלכה, שבת, חלק ב, עמ' 241-243.

החולים הקרוב ביותר עקב קדושת השבת, ורק במצבים בהם היולדת מפחדת מאוד ואין אפשרות להרגיעה ניתן להקל.<sup>56</sup>

בעבר, כשהיה מקובל ללדת בבית, היו שפסקו לידה כזאת כחובה. הרב חיים נאה כתב: "אם אפשר להביא מיילדת לבית היולדת מבלי שתצטרך לנסוע, אין שום היתר להסיעה לבית חולים ולחלל שבת. אלא אם כן היולדת במצב כזה שהלידה צריכה להיות תחת השגחת רופאים".<sup>57</sup> אמנם הפסיקות כיום מתירות לכתחילה לנסוע לבית החולים, הן מצד בטיחות הלידה והן מצד שרוב היולדות לא יהיו רגועות ללדת בבית. בעקבות העלייה בבחירה בלידת בית מתוכננת,<sup>58</sup> דנו הפוסקים האם מותר ללדת בבית מבחירה, מצד הסכנה בכך. המחקר בתחום תולה את התועלת לבריאות היולדת והוולד בלידת בית בתחושת הביטחון והאינטימיות המאפשרת תחושת שליטה על הלידה, כלומר בתנאים המאפשרים את יישוב דעת היולדת.<sup>59</sup> יש פוסקים הסוברים שיש בכך סיכון גדול ולכן אוסרים זאת. הרב יובל שרלו עסק במחלוקת זו, ולמרות עמדתו החד משמעית נגד לידה ביתית כתב:

לידה ביתית נתונה במחלוקת גדולה בין העוסקים בתחום... לו העמדה הזו הייתה חד משמעית היה מקום לפסוק כי אסור ללדת בבית, שכן לא הותר ליולדת לסכן את עצמה או את הילד שנולד כאשר יש עמדה חד משמעית כזו. ברם, התומכים בלידה בבית טוענים כי אחוז הסיבוכים נמוך דיו כדי שהדבר לא יוגדר כאיסור פיקוח נפש, ולא זו בלבד אלא שחלק מהסיבוכים מאפשר נסיעה דחופה לבית חולים וטיפול שם, ויש תועלת מרובה בלידה בבית הן ליולדת והן לוולד. במצב כזה, פוסק ההלכה אינה יכול לקבוע שיש בדבר פיקוח נפש או שאין בדבר פיקוח נפש, וזהו תחום שנותר מבחינה הלכתית לבחירת כל יולדת ודרכה.<sup>60</sup>

---

56 הרב שלמה זלמן אוירבך, שולחן שלמה - ערכי רפואה, חלק ג עמ' קכג, גער במי שהעדיפה לנסוע בשבת לבית חולים מסיבות לא מוצדקות, אפילו מתוך רצון ללכת לבית חולים בעל יותר יכולות רפואיות.

57 הרב חיים נאה, קצות השולחן, כדי השולחן, סימן קמ.

58 לידה המלווה במיילדת המצוידת לצורך כך ומכירה את האישה וההיסטוריה הרפואית שלה. זאת בניגוד ללידות בית לא מתוכננות (לידות בזק בדרך כלל) אשר שונות בתכלית מבחינת תחושת האישה והסיכונים הכרוכים בה.

לדברי ד"ר אבנר שיפטן שערך מחקר בשנת 2010 על אודות לידות בית בישראל, היתרונות לנשים בהריון בסיכון נמוך רבים. כמות הדימום, קרעים בנרתיק, והצורך במזוזי לידה, בלידות מכשירניות או בניתוחים קיסריים יורד באופן משמעותי, והאפגאר גבוה יותר.

59 אבנר שיפטן (2010), "לידות בית בישראל 2010", אוחזר מתוך אומנות הלידה: <http://www.leida.co.il/page.asp?id=99368>. נצפה בתאריך א' שבט תשע"ה, 21.1.15.

60 הרב יובל שרלו (תשע"ב), "לידה ביתית". אוחזר מתוך מורשת: <http://shut.moreshet.co.il/shut2.asp?id=150394>. נצפה בתאריך א' שבט תשע"ה, 21.1.15.

## ה. מיילדת, מלוות בלידה ותומכת לידה ('דולה')

נשים רבות חשות שההמתנה לבד ללידה תוך כדי צירים מעוררת תחושת בדידות, סטרס ופחד. פחד וחרדה מייצרים בגוף קטכולאמינים, שהם חומרים המעכבים את הלידה. במקרה כזה חשובה התמיכה הנפשית שיכולה להתקבל בצורות שונות לחלוטין על ידי: מיילדת פרטית, דולה, או מלווה משמעותי ללידה (כאמא, או בן הזוג),<sup>61</sup> בתנאי שהם רגועים ובעלי יכולת פיזית ונפשית לסייע לילודת.<sup>62</sup>

תפקידי המיילדת כיום מתמקדים בצד הרפואי (שמירה על הבריאות הפיזית של היולדת, היילוד וקצב הלידה הרצוי לפי הרפואה). יש מילדות רבות העוסקות במסגרת הזמן המוגבל והעומס גם בסיוע נפשי מרצונן הטוב. תפקיד המלווה בלידה הוא להשלים את היילוד המקצועי בתמיכה פיזית ונפשית. תומכת הלידה מספקת ליווי רציף לאורך כל הלידה, לעתים כבר מהשלב הלטנטי (הסמוי) בבית היולדת, עד לחדר ההתאוששות או למחלקת היולדות לאחר סיום הלידה.

במסכת שבת קכח ע"ב מתואר כי בזמן הלידה באות חברות היולדת ועוזרות לה בנוסף למיילדת. תפקידן, כפי שמתואר בגמרא, הוא הבאת שמן לעיסוי, עידוד היולדת בזמן הכאב, תמיכה בהליכתה והדלקת נר עבורה. פעולות אלו דומות לתפקידי הדולה בימינו.

במסכת סוטה יא ע"ב מתוארים תפקידי שפרה ופועה, בחלוקה בין תמיכה רפואית לתמיכה נפשית (אמנם בעיקר ביחס לוולד): "שפרה - זו יוכבד, ולמה נקרא שמה שפרה? שמשפרת את הולד... פועה - זו מרים, ולמה נקרא שמה פועה? שהייתה פועה לוולד...".

61 מחקרים המופיעים בספר לחבק את האם - ספר הדולה, הוצאת לייף סנטר 2003, מאששים כי שימוש בתומכת לידה מקצועית או בשותפים משמעותיים לתהליך הלידה מפחית את הצורך בהתערבות רפואית בזמן הלידה, את זמן הלידה ואת הצורך בשימוש במשככי כאבים. גם שיעור מצוקת העובר ואשפוזו לאחר הלידה, לידת מכשירים ולידה בניתוח קיסרי בלידות בהן יש תומכת לידה נמוך מן הממוצע. אחוז גבוה מן היולדות הנעזרות בתומכת לידה מתמידות בהנקה ומדווחות על ביטחון עצמי גבוה יותר, ולאחר עזרתה של תומכת לידה יש פחות מקרים של דיכאון אחר לידה. כמו כן, תמיכה בלידה מורידה את מספר חתכי החיץ בעת הלידה.

62 כיום מקובל אצל רבים שאף הבעל משתתף בקורס הכנה ללידה, על מנת לסייע באופן מיטבי בעת הלידה. מחקרים רבים, המופיעים בספר טבעי ללדת - המדריך המקיף להריון ולידה ולימים שאחרי, הוצאת כתר 2002, מקשרים בין מצב רגשי חיובי לבין תוצאות הריון ולידה טובים יותר, ונראה שבעקבות ידע זה פוסקי זמננו מעודדים קריאת ספרים והשתתפות בקורסי הכנה ללידה שיקלו את הכאב ויאפשרו יישוב דעת. יש רבנים התומכים ומעודדים השתתפות בקורס הכנה לבעל. ראו: הרב מנחם בורשטיין, במכתב ברכה לספרי להרות כוחות - ללדת חיים: הכנה יהודית ללידה (הוצאת ידיעות ספרים, 2014); הרב הנקין, לעיל הערה 18.

הרב יצחק אברבנאל (שמות א', טו) הבחין בין תפקידיהן בצורה דומה ואף זיהה את שמן כתיאור מקצועי ולא כשם פרטי: "שהיה מנהג במצרים, שהיו באות שנים מילדות לעמוד עם כל אשה שהיתה יולדת, והאחת מהן היה עסקה בהוצאת הוולד ובשכלולו, ולכן נקראת שפּרה, על שם שמשפירה את הוולד. והשנית היה עסקה להחזיק ביולדת ולעזור בדברים וקולות ותפלות, ולכן נקראת פועה..."<sup>63</sup>.

הרב שלמה דיכובסקי פסק שגם אם המיילדת הרחוקה אינה חכמה יותר (כלומר אין יתרון רפואי אובייקטיבי), אלא שעזימה חשה היולדת בטחון ורגיעה, והיא עומדת על כך שהיא תטפל בה, ניתן להביאה ממרחקים אף בשבת. "שהרי לא מן הכל זוכה אדם להתרפא, ולב יודע מרת נפשו' (משלי י"ד, י)"<sup>63</sup>. אך הרב יצחק זילברשטיין כתב בשם חמיו הרי"ש אלישיב: "אם בבית החולים הקרוב נמצאים רופאים בקיאים שאין ליולדת חשש להיות מטופלת על ידם, אלא שבמרחק נמצא רופא שידבר אתה יותר בנועם ועדינות... צריך עיון גדול אם מותר לנסוע לשם בשבת"<sup>64</sup>.

'דולה' היא תומכת לידה מקצועית המקבלת שכר בעבור כך. הכשרתה ותפקידיה אינו רפואי, וישנן גישות שונות וחולקות לגבי מהות תפקידיה. יש הרואים בכך פינוק ונחות, ויש הרואים בכך סיוע ליישוב דעת חיוני. בהתאם לכך יש שפסקו שמותר לה לבוא בשבת לבית החולים אפילו ברכב, ואף לחזור על ידי נהג גוי (בייחוד אם יש לה צורך גדול, כגון תינוק יונק). אך יש שפסקו שדולה מספקת נוחות ליולדת והימצאותה אינה הכרחית ליישוב דעת היולדת, ולפיכך אסרו עליה לנסוע.<sup>65</sup> יש הפוסקים שתומכת לידה רשאית לנסוע בשבת רק כאשר היולדת מפחדת מאוד, ועל היולדת להכריע אם היא אכן זקוקה ל'דולה'.<sup>66</sup> הרב אברהם יוסף מעודד מאוד ליווי של תומכת המיישבת את דעת היולדת מפחדיה ומדריכה אותה בנשימה ותנועתיות נכונה, ולכן מתיר לתומכת הלידה לחלל שבת כדי להגיע ולבצע את תפקידיה, למרות שמדובר בתפקיד נפשי.<sup>67</sup>

הרב אלי טרגין הסביר כי: "לאור המחקרים שהוזכרו לעיל לגבי התועלת הרפואית הרבה בהפחתת ניתוחים והתערבויות, של דולה, ניתן לראות בסיוע שנותנת הדולה

63 הרב דיכובסקי, לעיל הערה 46.

64 הרב זילברשטיין, לעיל הערה 53.

65 לסקירה בהרחבה ראו: הרב אלי טרגין, "תומכת לידה (דולה) בשבת", תחומין, ל (תש"ע) עמ' 128-138; במאמר התגובה: הרב שלמה לוי, "יולדת המעוניינת לנסוע בשבת לבית חולים מרוחק", תחומין, לג (תשע"ג), עמ' 262-265; ובמאמר התגובה: הרב אלי טרגין, "תומכת לידה והגדרת 'יישוב דעת' ביולדת (תגובה)", תחומין, לד (תשע"ד), עמ' 62-68.

66 הרב אברהם סופר אברהם, נשמת אברהם, אורח חיים, סי' של ס"ק ג.

67 הרב אברהם יוסף, "לידה בשבת - הכנה וליוו". אוהר מתוך ישיבה <http://www.yeshiva.org.il/midrash/9590>. נצפה בתאריך א' שבט תשע"ה, 21.1.15.



פיקוח נפש ממש... אולם גם אם הסיוע מתבטא רק בהקלת כאבים ובהרגעתה הנפשית של היולדת, יש מקום לדון במידת ההיתר לחלל את השבת למען פעולה המסייעת מבחינה פיזית ופסיכולוגית אך אינה הכרחית מבחינה רפואית...<sup>68</sup> למעשה הוא מדייק כי ההלכה תיקבע לפי רמת הצורך של האישה הספציפית ביישוב דעת, ובהתאם אליה יהיו סוג האיסורים שניתן יהיה להתיר. בנוסף ממליץ הרב טרגין על סדרי עדיפויות בבחירת הדולה אשר יצמצמו באיסורים אם הלידה תחול בשבת (דולה הגרה בסמיכות לבי"ח או בסמיכות ליולדת בעדיפות ראשונה, נסיעה בעזרת נהג גוי בעדיפות משנית, ורק בעדיפות אחרונה הגעה עצמאית ברכבה).

## סיכום

מעוברת נכנסת למציאות הלכתית ייחודית הדורשת התחשבות ביישוב דעתה - מציאות סובייקטיבית שהמעוברת והיולדת מחויבת לזהותה. תפקיד הפוסק לסייע בכירור מהותה של חוסר הנוחות שחשה האישה באמצעות הזכרת האיסור או היתרו בהדרגה, למעט במצבי לידה בהם ההיתר נובע מהגדרתה כ'חולה שיש בו סכנה' (מצב רפואי אובייקטיבי) ללא תלות בחווית היולדת וברצונה. כאשר מתברר שאכן יש חשש להפרת יישוב דעתה של יולדת, ההיתרים מפליגים. הסכנה בהפרת יישוב הדעת של יולדת הוגדרה כחמורה מרעב לחולה, והותרו עבורה איסורי שבת גם כאשר אין בהם צורך מבחינה רפואית, כגון הדלקת נר לסומא. זאת בנוסף להיתרים הרגילים מתוקף מעמדה כחולה (שיש או אין בו סכנה, בהתאם לשלב הלידה שבו היא מצויה).

יתרה מזו, הותר לחלל את השבת אף ללא שינוי על מנת ליישב את דעתה של היולדת, כאשר עצם השינוי עלול להפר את יישוב דעתה. חלק מההיתרים תקפים עד שלושים ימים לאחר הלידה, שבהם היולדת עדיין מוגדרת כחולה שיש בו סכנה, כאשר יש לחשוש להתאוששותה הפיזית והנפשית.

התייחסות זו מתאימה מאוד לחידושי המדע המסבירים את השפעת מצבה הנפשי של האם על העובר ואת השפעת הפעילות המוחית וההורמונלית התקינה (התלויה במצב נפשי חיובי) על שלביה השונים של הלידה. מכך ניתן להבין יותר את החשיבות המיוחדת שייחסו חכמינו ליישוב הדעת בהריון ובלידה.

לאור זאת פסקות ההלכה מתירות, ולעיתים אף מעודדות, תמיכת מלווים מתאימים בלידה, בחירת מקום הלידה ושימוש במשככי כאב. וזאת גם כאשר הדבר כרוך בחילול

68 הרב טרגין (תש"ע), לעיל הערה 65.

## הלכות יישוב דעתה של מעוברת ויולדת במציאות המודרנית

שבת, פגיעה בהלכות צניעות או טומאת כהן. הפסיקה מתירה גם טיפולים רפואיים הכרוכים בסיכון פיזי קל ליולדת או לוולד, לאור משקל הנגד המשמעותי הטמון בחשיבות האיזון הנפשי.

האחרונים נדרשים לסוגיות הגבוליות שבהן יש להכריע בין יישוב דעת לבין פינוק והרחבת הדעת. מתוך דיונים אלו זכינו ללמוד את החשיבות הרבה הנודעת לכך שנשמה חדשה תגיע לעולם מתוך קדושה והקפדה על רצון ה', הכולל גם את שמירת גופם ונפשם של היולדת והוולד.