



22 אוקטובר 2023

**אל:**

רופאים מחוזיים והנפתיים בלשכות הבריאות  
מפקחות מחוזיות לשכות הבריאות  
מנהלים רפואיים בקופות החולים  
מנהלות הסיעוד בקופות החולים  
מנהלות הסיעוד בעיריות

הנדון: תשאול בנושא דיכאון סביב הלידה בתחנות טיפת חלב - מלחמה חרבות ברזל

**רקע**

תקופות ההיריון ומשכב לידה (התקופה הסב לידתית), הן משמעותיות בחיי האישה והמשפחה ומאופיינות בשינויים גופניים, רגשיים והתנהגותיים. בדיקת מצבה של האישה מבוצע כשגרה בתחנות טיפת חלב באמצעות כלי הסינון לאיתור מוקדם לסיכון דיכאון סביב הלידה Edinburgh Postnatal Depression Scale / Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS/EDS), (Depression). כעת בשעת מלחמה נשים רבות חשות תחושות קשות כמו: עצב, חרדה. יש קושי כעת להפריד בין תחושות כתוצאה ממצב המלחמה לבין אלה שבשגרה. מהימנות השאלון כבדיקת סקר עלולה להיות מוגבלת כעת. בנוסף, פעולות מניעה לבניית החוסן יכולים לצמצם מצבים של דיכאון סביב לידה ו PTSD.

להלן הוראות להתייחסות לנושא זה בתחנות טיפת חלב בשעת המלחמה:

- יש להתרשם באופן כללי מתפקודה ומצבה הרגשי של כל אישה בעת הביקור בטיפת חלב/שיחה טלפונית. מומלץ לפתוח בשיח פתוח לגבי מצבה הרגשי.
- נשים ששהו באזור האסון, נשים שכן הזוג נמצא בצבא ו/ או נשים מפונות או שהתפנו מביתן, חשוב להרחיב בשיחה ולהסביר שבמצב שגרה נמסר השאלון לכל הנשים בהיריון ולאחר לידה. כעת חשוב לנו לברר לגבי מצבה עוד לפני מתן השאלון.

ידוע שלמצב המלחמה השפעה על מצב הרוח. ולכן יש לשאול:

- לגבי מערכת התמיכה שקיימת לאישה.
- לגבי מצב משפחתה במלחמה.
- להציע לה לפנות באופן מידי לקבלת עזרה (במידה ועדיין לא מטופלת). לשים לב במיוחד לנשים שאיבדו אדם קרוב.



חטיבת בריאות הציבור  
המחלקה לאם וליד

Department of Maternal and Child Health

**משרד  
הבריאות**  
להיים בריאים יותר

מסירת השאלון במקרים אלה תהיה לפי שיקול דעת האחות ורצונה של האישה.

- בכל מקרה בו לא נמסר שאלון דלייל יש לפרט ברשומה את ההתרשמות ממצבה של האישה וההחלטה לדחות את ביצוע השאלון והסיבה לכך.
- רצוי שהעברת השאלון ו/ או מעקב אחר מצבה של האישה יעשו בביקור הבא בטיפת חלב או עוד לפני כן, בהתאם לשיקול דעת האחות.

3. לשאר הנשים, יש להמשיך לקיים את האיתור באמצעות השאלון, כמקובל בהתאם לחוזר.  
כל אישה המראה מצוקה ובהתאם לשיקול הדעת יש להביא לידיעתה את האפשרות לקבל עזרה במוקדים המפורסמים כאן או להפנות לקופה המבטחת כמקובל.

רשימת מוקדים להפניה לקבלת עזרה:

לתושבי כלל הארץ:

המוקד להורים של מרכז דואט והעמותה לבריאות הנפש של התינוק:  
מוקד טלפוני לגיל הרך, להורים ובני משפחה, 24/7. בטלפון: 0547503970.

כללית - תמיכה נפשית

2708\*

בשעות: 07:00-20:00

לאומית - דרך תלם

בשעות: 08:00-22:00

קו חירום - 054-9292273

מענה בוואטסאפ - 054-9299973

לאומית תפארת בית חם בערבית - 04-6111891 (08:00-17:00)

מכבי - דרך תלם

שעות: 08:00-

22:00

3028\*

**Department of Maternal and Child Health  
Ministry of Health**

39, Yirmiyahu st  
P.O.B. 1176, Jerusalem 9446724  
**Aviva.uliel@moh.gov.il**

**Tel:** 02-5080548 **Fax:** 02-5655952

המחלקה לאם וליד

משרד הבריאות

רח' ירמיהו 39

ת.ד. 1176, ירושלים 9446724

**Aviva.uliel@moh.gov.il**

טל: 02-5080548, פקס: 02-5655952



חטיבת בריאות הציבור  
המחלקה לאם ולילד

Department of Maternal and Child Health

**משרד  
הבריאות**  
לחיים בריאים יותר

מאוחדת - מוקד ארצי

24/7

3833\*

ער"ן - 1201

נט"ל - 1-800-363-363

ב ב ר כ ה ,

אחות מפקחת ארצית  
בריאות הציבור

מנהלת המחלקה לאם  
לילד ולמתבגר

ד"ר שרון אלרעי פרייס ראש חטיבת בריאות הציבור  
ד"ר בודנהיימר, מנהל אגף לבריאות הנפש  
גב' רות ברוך, הסיעוד בבריאות הציבור

**Department of Maternal and Child Health  
Ministry of Health**

39, Yirmiyahu st  
P.O.B. 1176, Jerusalem 9446724  
**Aviva.uliel@moh.gov.il**

**Tel:** 02-5080548 **Fax:** 02-5655952

המחלקה לאם ולילד

משרד הבריאות

רח' ירמיהו 39

ת.ד. 1176, ירושלים 9446724

**Aviva.uliel@moh.gov.il**

טל: 02-5080548, פקס: 02-5655952