

נידה

כתבה: רבקי בוקיעט
תרגום: הרב אמחיה אבן-ישראל



**כל פסקי הדינים הנם עפ"י הנחייתו של הרב חייקין,
הרב של מקווה אורג בארה"ב.
במקרה של שאלות- יש להתייעץ עם הרב שלך**



נידה

אישה נחשבת נידה מעת יציאת דם שמקורו ברחם
ועד לאחר הטבילה במקווה.
(שנים עשר ימים לכל הפחות)

שימי לב: 'נידה' הוא מצב של טומאה, שהוא
מושג רוחני, ואינו קשור לניקיון אישי פיזי.

הרחקות:

- דיני ההרחקות חלים מרגע שהאישה נידה, ועד לאחר השלמת הטבילה במקווה על כל פרטיה.
- דינים אלה חלים גם כאשר האישה בספק לגבי היותה נידה, עד שרב מאשר שהיא איננה נידה.
- דיני ההרחקות נשמרים מבלי קשר לסיבה שבשלה חל על האישה דין נידה.



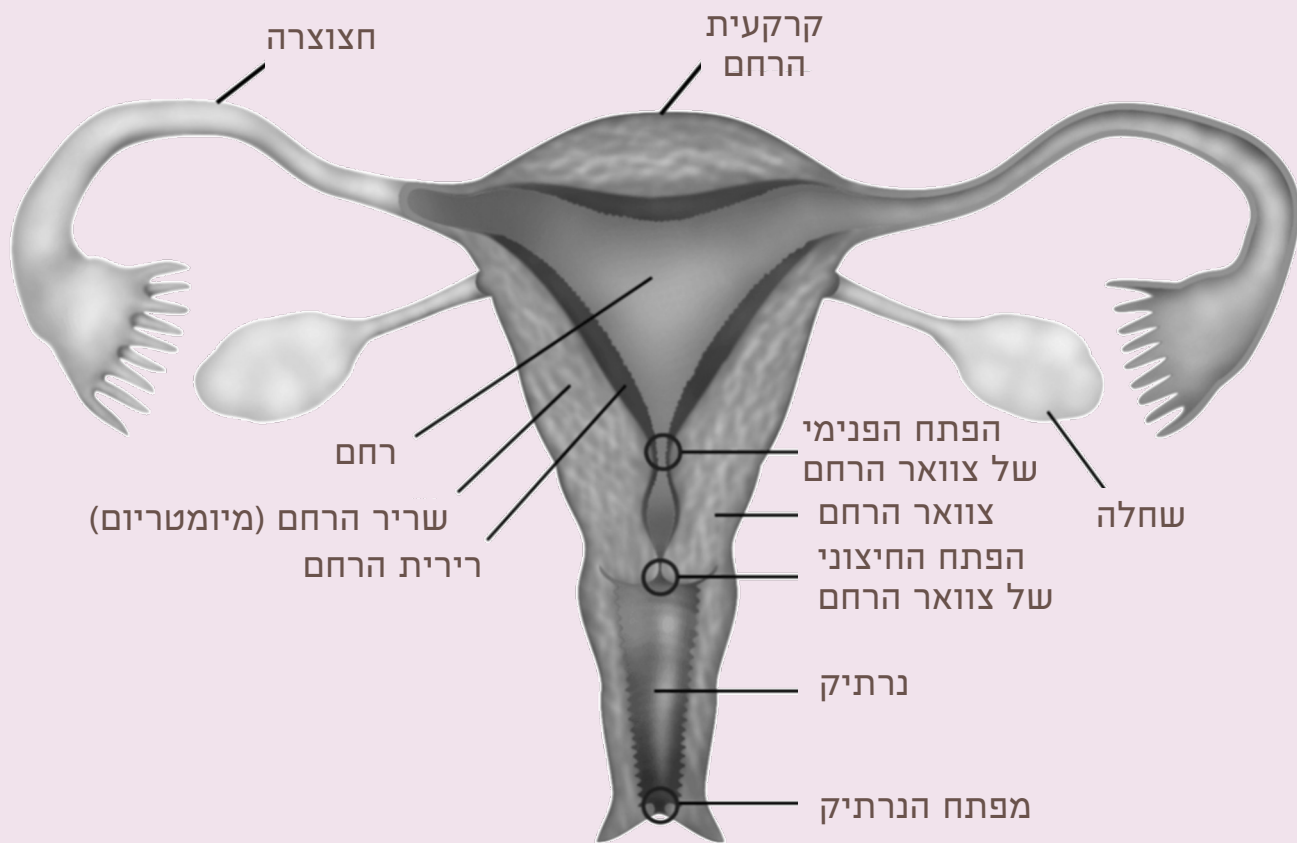
מהי נידה?

דין נידה חל על האישה גם כאשר טיפה אחת בלבד יצאה מן הרחם 

- בין אם היא לחה או יבשה.
- בין אם סיבת הדמום היא מחזור או כל סיבה אחרת לדימום מן הרחם, כפי שיוסבר להלן.
- שימי לב: דם שהוגדר על ידי הרב כדם נרתיקי, איננו דם נידה.

דינים אלה חלים בכל זמן, גם אצל 'מסולקת דמים'
(בהיריון, בהנקה או לאחר גיל המעבר)







כיצד חל על האישה דין נידה?



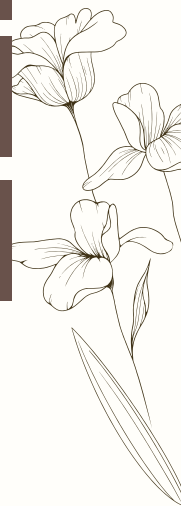
כיצד חל על האישה דין נידה?

מחזור (נקרא גם "ווסת")	ראיה	1
הרגשה מובחנת של פתיחת הרחם, או זרימה מן הרחם בתחילת המחזור	הרגשה	2
מראה אדום או שחור בכל גודל שהוא על בד בדיקה	מראה	3
ניגוב חיצוני של הפות	קינוח	4



כיצד חל על האישה דין נידה?

הכתמה חיצונית, לא צפויה	כתם	5
כולל: בדיקות ותהליכים גינקולוגיים, לידה והפלה	פתיחת הרחם	6
הכתמה לאחר טראומה	טראומה	7



כיצד חל על האישה דין נידה?



1. ראיה

מחזור

ראיה

אישה היא נידה כאשר היא רואה שהמחזור מתחיל



זוהי הדרך השגרתית והצפויה שבה אישה היא נידה
במהלך שנות הפוריות שלה

טיפ: כדאי לשלוח הודעה כתובה לבעלך כאשר את מקבלת
מחזור, כדי להימנע מטעויות בעת הרישום ביומן שלך



כיצד חל על האישה דין נידה?



2. הרגשה

ראיה

אישה היא נידה כאשר היא חווה את התחושה של פתיחת הרחם להוציא דם

- אם היא חשה זרימה של נוזל בתוך הנרתיק, הדבר יכול לגרום לדין נידה.
- **שימי לב:** רבנים רבים פוסקים כי כיום נשים אינן חוות עוד את אותה תחושה מובחנת, בלי דימום נראה לעין.
- אם אישה בספק אם אכן חשה תחושה כזו, או שיש לה תחושה של זרימה עמוקה בתוך הנרתיק, עליה להתייעץ ברב.





בדיקה עצמית לאחר הרגשה

בדיקה זו נדרשת רק אם רב הורה לעשות זאת

- בדקי עצמך מוקדם ככל האפשר.
- אם ההפרשה (שנמצאה על בד הבדיקה) בצבעי נידה (אדום או שחור) - חלים דיני נידה.
- אם ההפרשה שאינה מצבעי נידה (שקוף, לבן, צהוב בהיר, כחול או ירוק) - טהורה.
- אם ההפרשה בצבעים שיש לשאול עליהם - נדרש בירור עם רב.
- אם לא נמצא דבר - התייעצי עם רב מיד (היוצא מן הכלל הוא ב'מסולקת דמים', היכולה להניח במקרה כזה שהיא טהורה).



צבעים שאינם נידה:
לבן ושקוף, ירוק/ כחול,
צהוב בהיר



צבעים שיש לשאול עליהם רב:
ורוד, חלודה, חום, אפור, כתום,
חרדל, צהוב דבש ועוד



צבעי נידה:
אדום, שחור



יצירת חזקה:

דבר זה נדרש רק אם הרב שלך פוסק כי עלייך לבדוק עצמך לאחר 'הרגשה'.
על מנת להימנע מבדיקות חוזרות ונשנות, תוכלי ליצור 'חזקה'.

- על מנת ליצור חזקה: בדקי את עצמך לאחר שלוש פעמים עוקבות של 'הרגשה'. בדקי עצמך מוקדם ככל האפשר לאחר ה'הרגשה'.
- אם נמצאו רק הפרשות שאינן בעייתיות, אינך צריכה לבדוק עוד בכל פעם שאת חווה 'הרגשה' של הפרשה.
- התייעצי עם רב על מנת לוודא שאכן לא נדרשות כל בדיקות נוספות לאחר יצירת החזקה.



כיצד חל על האישה דין נידה?



3. מראה

דם שנמצא על בד בדיקה

דם שנמצא על בד בדיקה:

אישה היא נידה כאשר נמצא דם על בד הבדיקה שלה

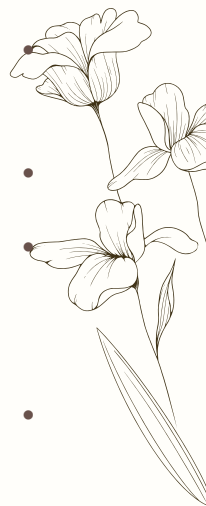
דם או כל הפרשה בצבע שדורש שאלת רב, בכל גודל שהוא הנראה לעין, שנמצאו על בד בדיקה, הוא רלוונטי ואין להתעלם ממנו.

- יש להיוועץ ברב בכל צבע שדורש שאלת רב.

- אם את חושדת שהדם הגיע ממקור אחר, היועצי ברב. לפעמים יציע הרב לראות בודקת* על מנת לוודא את מקורו של הדימום, והרב יפסוק על סמך ממצאי הבודקת. הבודקת עצמה אינה רשאית לפסוק.

- שימי לב: בכל פעם שאת מוצאת בדיקה שאינה טהורה, שאלי את הרב שלך כיצד ישפיע הדבר על הלוח האישי שלך.

*אישה (בד"כ עם רקע רפואי או מיילדת) שהוכשרה והוסמכה הלכתית לבצע בדיקה פנימית בנשים.



צבעים:

שחור · אדום

צבעי נידה



ורוד · חלודה · חום · אפור · כתום · חרדל · צהוב דבש · ועוד

**צבעים הדורשים
שאלת רב**



לבן ושקוף · כחול או ירוק · צהוב בהיר

צבעים טהורים



כיצד חל על האישה דין נידה?



4. קינוח

ניגוב חיצוני

קינوح- ניגוב חיצוני

קינוח עשוי להיחשב כבדיקה (לשיטת חב"ד). התייעצי עם רב.

- לעולם אין חיוב הלכתי לבדוק את נייר הטואלט לאחר השימוש, או להסתכל באסלה.
- יש להימנע בכל דרך מהסתכלות ובדיקה כזו, מאחר שהיא עלולה לעורר שאלות הלכתיות.



קינوح- ניגוב חיצוני

אם ראית צבע נידה כלשהו, אל תדיחי את נייר הטואלט באסלה

- **אל** תנגבי ותבדקי שוב

- **אל** תבצעי בדיקה

כל אחד מאלה עלול להחמיר את המצב! שמרי את נייר הטואלט והתייעצי עם רב (הוא ישאל אותך פרטים כדוגמת: האם יש לך דלקת בדרכי השתן, אכלת סלק, סובלת מכאב במתן שתן, תנוחת הישיבה, ועוד).



כיצד חל על האישה דין נידה?



5. כתם

.....

הכתמה חיצונית, בלתי צפויה



מהו כתם?

כתם הינו הכתמה בצבעי נידה, או בצבעים הדורשים שאלת רב, שנמצאה באופן בלתי צפוי, בלי כל תחושה של הפרשה.

- בדיקה לעולם איננה נחשבת ככתם.
- אם נקבע מצב נידה בעקבות הכתם, כל הלכות נידה חלות, ותהליך הטהרה זהה לחלוטין.

• אל תחפשי אחר כתמים!

אנו רוצות להימנע מבעיות הלכתיות. אם את מוצאת כתם,

• אל תבצעי בדיקה!

(אלא אם כן הורה לך הרב)



כתם עלול להוביל למצב נידה אם קיימים **כל** שלושת התנאים*:

1. הכתם הוא בגודל של 'גריס ועוד'

(כגודל מטבע 'דיים' אמריקאי / שקל ישראלי או יותר)

2. הכתם נמצא על משטח לבן.

3. הכתם נמצא על משטח 'מקבל טומאה'.

*שלושת התנאים של כתם, אינם מתייחסים לכל מה שנמצא על בד בדיקה, או לאחר קינוח. ראי עוד יוצאים מן הכלל בשקופיות הבאות.



כתם עלול להוביל למצב נידה אם קיימים **כל** שלושת התנאים:



שימי לב: גם אם קיימים כל שלושת התנאים אם הכתם יכול להיות מיוחס **לסיבה חיצונית אחרת** ייתכן והוא לא יגרום למצב נידה.

שאלי רב. ידעי את הרב אם הבגד לא נבדק לפני לבישתו.



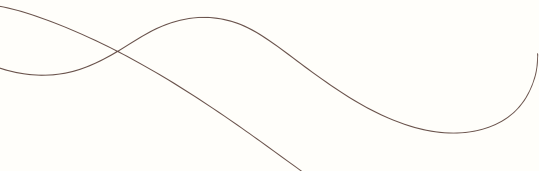
*התמונה איננה משקפת
את הגודל האמיתי

תנאי 1: גודל - גריס

בכדי שכתם יגרום למצב נידה, עליו להיות בגודל של לפחות 'גריס' - בגודל של מטבע דיים אמריקאי / שקל ישראלי או יותר* (גריס ועוד).

בכמה תרחישים יהיה עלייך להיוועץ ברב. לדוגמא:

- נדיר שכתמים יופיעו בצורת עיגול שקל לחשב את גודלו.
- לעתים קרובות כתמים הם שילוב של כמה צבעים
- רק רב יכול לקבוע בקשר לגודל ולכמות הצבע הבעייתי כאשר כתמים מופיעים בצורות מורכבות, או כאשר ישנם כתמים מרובים, כאשר הם מופיעים בכמה שכבות של בגד וכד'. בכל מקרה של חוסר וודאות - היוועצי ברב.



כתם – יוצאים מן הכלל – תנאי 1:



גם כתמים בגודל קטן יותר מגרים, עשויים להיות בעייתיים.

התייעצי עם רב בקשר ל:

- כתם שחור בכל גודל.
(אם אינך בטוחה בקשר למקור הכתם, היוועצי ברב)
- כתם בכל גודל שהוא שנמצא על הגוף.
(מתחת לגובה המותן, או על הידיים לאחר מגע באזורים מוצנעים)
- כתם בכל גודל שהוא שנמצא על בד בדיקה או לאחר שהוכנס דבר מה לתוך הנרתיק.



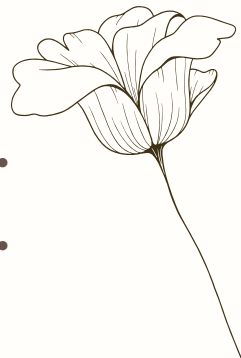


תנאי 2: משטח לבן

בכדי שכתם יגרום למצב נידה, עליו להימצא על משטח לבן.



- בהלכה מצויות שתי קטגוריות בעניין זה: לבן וכל צבע אחר שאינו לבן.
- על כל משטח צבעוני (חוץ מלבן), חלה אותה הקלה.



הקלה זו איננה חלה על בדיקה או קינוח (ניגוב)

טיפ: מסיבה זו מומלץ לכל אישה בימי טהרתה ללבוש תמיד לבנים צבעוניים, ולהשתמש במגבות ובמצעים צבעוניים שאין עליהם צבע לבן.





שימי לב:

קינوح עשוי להיחשב כבדיקה (לשיטת חב"ד). התייעצי עם רב.

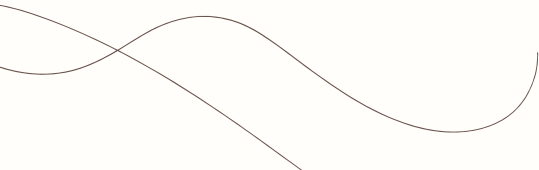
- רבנים רבים מציעים להימנע מלבישת בגדים/פדים **כהים** בכל זמן שאישה איננה בטוחה מתי המחזור/דימום עלול להתחיל. הדבר מומלץ גם מסיבות רפואיות, במיוחד במהלך היריון, הנקה ובתקופת טרום גיל המעבר. כך יכולה אישה להבחין אם משהו קורה ולבדוק עם הרופא והרב שלה, על השלכות רפואיות והלכתיות.
 - התייעצי עם הרב בקשר ללבישת בגדים תחתונים/פדים שחורים (או כהים מאד) בשעת טהרה. ישנן דעות הלכתיות שונות בעניין זה.
- 



תנאי 3: משטח מקבל טומאה

על מנת שכתם יגרום למצב נידה, עליו להימצא על משטח שהינו מקבל טומאה.

- בגדים, מצעים, מגבות וכד' - מקבלים טומאה.
- בקשר למשטחים רבים אחרים הדבר אינו ברור למשל: רצפה, אריחים, אמבטיה, מושב אסלה, אסלה, פדים, מגיני תחתון ועוד. שאלו רב



כתם - יוצאים מן הכלל:



כתמים שנמצאו על בגד/משטח צבעוני, עלולים להיות בעייתיים.

התייעצי עם רב בקשר ל:

- כתם נמצא בזמן שאת מצפה למחזור.
- הכתם שנמצא היה מלווה ב'הרגשה'.
- כתם עבר מבעד לשכבה הראשונה של בגד או מגן תחתון.
- כתם שנמצא לאחר תקריות חוזרות ונשנות של כתמים.
- הכתם שנמצא היה מלווה ברטיבות לא שגרתית.
- הכתם שנמצא הוא במרקם גושי שאינו נספג בבד.
- כתם שנמצא לאחר זעזוע נפשי או פיזי.





כתם - יוצאים מן הכלל:



התייעצי עם רב בקשר ל:

כתם נמצא על כל משטח, בכל גודל, לאחר שדבר מה הוכנס לנרתיק.
(3 התנאים של כתם אינם חלים במקרה זה).

- לדוגמה: דם על מוליך נרתיקי, דיאפרגמה, משטח נרתיק, מזרק, כפפות רופא לאחר ביצוע בדיקה רפואית פנימית.
- בדקי עם הרב, לפני השימוש, האם את נדרשת לבדוק אי פעם את האביזרים הנ"ל לאחר שימוש. אם לא - הימנעי מבדיקתם באופן גורף, כדי להימנע משאלות הלכתיות.
- התייעצי עם רב בקשר לדם לאחר קיום יחסים ודם שנמצא בשתן.



כיצד חל על האישה דין נידה?



6. פתיחת הרחם

בדיקות / הליכים גינקולוגיים / מיילדותיים, לידה/הפלה

ראו עוד בפרק העוסק בלידה

בדיקות/הליכים גינקולוגיים/מיילדותיים:

כדאי להתייעץ עם הרב שלך לפני שאת קובעת הליך/בדיקה גינקולוגיים

טיפ: אם אפשרי, התזמון הטוב ביותר לקביעת בדיקה גינקולוגית הוא בסיום המחזור שלך, לפני שאת עורכת הפסק טהרה. אך לא תמיד הדבר מתאפשר.



- אל תבצעי בדיקה לאחר בדיקה רפואית (כדי לבדוק דימום), אלא אם כן הורה לך הרב בפירוש לעשות זאת.





בדיקות/הליכים גינקולוגיים/מיילדותיים:

- **ספקולום:** השימוש בספקולום איננו בעייתי.
- **משטח פאפ:** באופן כללי, משטח פאפ שגרתי איננו בעייתי. כל עוד נגע המשטח רק בחלקו **החיצוני** של צוואר הרחם, אין הדבר גורם למצב נידה.
- **שימי לב:** משטח פאפ חוזר (אם הראשון היה לא ברור) עלול להיות פולשני יותר. התייעצי עם רב לפני כן.

טיפ: הימנעי ממשטח פאפ ביום שבו את נדרשת לבצע בדיקה, על מנת להימנע מבעיות. (לדוגמה: במהלך שבעה נקיים, או ביום עונת חשש הוסת)



- אם את נדרשת לקיים משטח פאפ בזמן שבו את נדרשת לבצע בדיקה, התייעצי עם הרב בקשר לביצוע הבדיקה.





בדיקות/הליכים גינקולוגיים/מיילדותיים:

- **התייעצי עם הרב שלך אם מכשיר כלשהו מוכנס לצוואר הרחם.**

הרב יצטרך לדעת את שם ההליך ופרטיו. אין להסתמך על דברי הרופא בלבד, במיוחד אם איננו שומר מצוות ואינו בקי בכל פרטי ההלכה. אם הוא שומר מצוות, התייעצי עם הרב אם את רשאית לסמוך על דבריו.
 - **התקן תוך רחמי:** ישנן דעות שונות בהלכה בקשר להכנסה והסרה של התקן תוך רחמי. היוועצי ברב.
 - **גלולות:** כאשר את נוטלת גלולות למניעת היריון או הורמונים המשפיעים על המחזור, שאלי את הרב שלך כיצד ישפיע הדבר על הלוח האישי שלך.
 - **ייחוד:** ישנן כאלה המרגישות בנוח יותר עם רופאת נשים. אם מדובר ברופא גבר, יש לשים לב לדיני ייחוד.
- הדבר נוגע בפעמים שאת רואה את הרופא מחוץ לשעות העבודה, או כאשר הצוות שלו אינו נוכח. וכמו כן כאשר בעלך אינו איתך או בחדר ההמתנה.



כיצד חל על האישה דין נידה?



7. טראומה

ניגוב חיצוני

טראומה

טראומה היא דרך נוספת שבה אישה עלולה להיות נידה. לפיכך, אם אישה חווה טראומה, פיזית או נפשית, ומוצאת כתם, נדרשת התייעצות עם רב.



מילה של אישה נחשבת!

אל לאישה להצהיר על עצמה נידה במקרה של ספק.

- אם יש לך שאלה ואת אינך בטוחה לגבי הסטטוס שלך, עלייך לומר שאינך בטוחה.
- לעולם אל תאמרי שאת נידה, מתוך כעס או בצחוק.
- יש להתייעץ עם רב, במקרה שאישה הצהירה על עצמה שהיא נידה, בטעות או בכוונה.

האישה היא זו שמצהירה על עצמה כי היא נידה, וכן כשהיא טהורה.



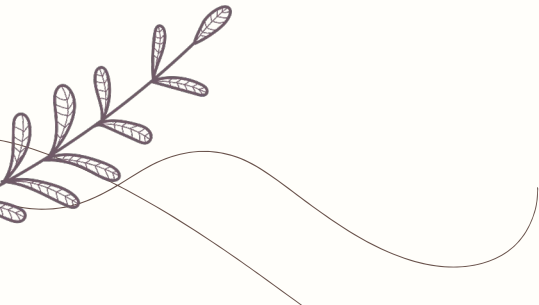
תפקידו של הרב



השקפה – תפקידו של הרב/כששואלים שאלה

טהרת המשפחה היא בדרגת פיקוח נפש, והיא בעדיפות עליונה אצל כל רב.
הדבר משפיע על עתיד כלל ישראל.

- הרב יעשה את כל שביכולתו לסייע לך להיות טהורה.
- מטרתו של כל רב היא לאפשר לזוג להיות יחד בטהרה.
- הרב הוא איש המקצוע שמסייע לנו, בדיוק כמו רופא או מיילדת. אף על פי שחלק מן הדברים הם פרטיים ורגישים, אנו מבינות כי זוהי העבודה שלו וכי הוא עוסק בכך כל הזמן.





תפקידו של הרב/כששואלים שאלה

- **הדבר האידיאלי הוא לבחור ברב שאת סומכת עליו,**

בדיוק כשם שאת מעדיפה רופא שאת מכירה במקום ללכת לזר. אף שמלכתחילה יהיה אולי נוח יותר לשאול שאלות בצורה אנונימית, מוטב לפתח קשר לא אנונימי.

- את או בעלך, יכולים לשאול את הרב שאלות באמצעות הטלפון, בהודעה, או בדואר אלקטרוני. מוטב לוודא עם הרב מהי הדרך המועדפת עליו ליצירת קשר.

- כתמים/בדיקות שיש בהן שאלה, צריכים להראות לרב באופן אישי, כדי שהוא יוכל לקבוע אם יש כאן מצב נידה או לא.

- אין דבר שהוא פרטי או אישי מדי לדון בו עם הרב. בדיוק כשם שאין דבר שהוא אישי מדי לדון בו עם הרופא שלך.





תפקידו של הרב/כששואלים שאלה

**לאישה יש מחויבות הלכתית להיות טהורה מוקדם ככל האפשר.
הציגי את השאלות לרב בהקדם האפשרי!**

- לשאול את הרב שאלות הוא דבר משובח וסימן ליראת שמים, ולעולם אין זו הפרה של דרכי הצניעות.
- מצאי את הדרכים והזמנים הטובים ביותר לתקשר בצורה יעילה עם הרב שלך.
- אל תהיי הרב של עצמך! במקום לפסוק בעצמך, שאלי רב. זכרי, הרב הוא איש המקצוע!

**בדיוק כשם שאיננו קובעות לעצמנו טיפול הרפואי או תרופתי, כך איננו רשאיות
לפסוק לעצמנו פסקי הלכה.**

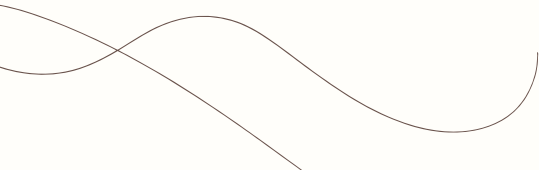


שאלות לרב

חשוב לרשום את כל פרטי השאלה בצורה ברורה:

- מה קרה? מתי זה קרה?
- באיזה שלב של המחזור שלך?
- האם הדבר נגרם מהפסק הטהרה?
- המוך הדחוק?
- בדיקות שבעה נקיים?
- איזה יום משבעת הנקיים? בוקר או אחר צהריים?
- האם השאלה הינה כתוצאה מבדיקה או מכתם שנמצא על בגד/מצעים וכד'?
- רשמי את המספר ליצירת קשר בצורה ברורה וקריאה כך שהרב יוכל ליצור עמך קשר.
- רשמי האם את זקוקה לתשובה בזמן מסוים.

לעולם אל תשליכי 'שאלה', בהנחה שאולי המחזור שלך התחיל.



גורמים אפשריים אחרים שיש לדון בהם עם הרב:

וודאי שאת מוסרת לרב את המידע המלא והמדויק ביותר.

- האם היה ילד במיטה?
 - האם הדם יכול היה להגיע מעקיצה, פצע או שעווה?
 - האם הכתם עשוי להיות כתם ישן, בגד שלא כובס או שלא נבדק קודם לכן?
 - האם את סובלת מטחורים? שריטה בנרתיק? האם יש לך התקן תוך רחמי?
 - האם השתמשת בצבעים מכל סוג שהוא?
 - האם צבעו של הכתם השתנה במשך הזמן?
- שימי לב:** הביאי לידיעת הרב את הנסיבות המדויקות. לדוגמה: לקראת מחזור, נישואין טריים, היריון, הנקה.





הרב ופסק ההלכה

- **חכמת השם מנחה את הרב לתת לך את התשובה הנכונה.**
- אין זה רעיון טוב לקחת את העניינים לידיים שלנו. איננו יכולים להחליט בעצמנו מתי נכון להחמיר ומתי להקל.
- אם את שואלת את הרב, קבלי את תשובתו.
- אל תדחי את ההקלה שלו בניסיון להחמיר יותר. עדיף להיות טהורה.
- אל תנסי להשיג תשובות נוספות! מכל מקום, אם את חשה צורך בהבהרה, לעולם אל תתביישי להתקשר ולבקש הבהרה. אולי פספסת נתון חשוב כששאלת.
- מה שפוסק הרב, קודם לכל דבר אחר שקראת, למדת או שמעת.
- לכל מקרה הנסיבות הייחודיות שלו. את יכולה להחיל זאת על מקרה אחר, רק בהנחיית הרב.
- "תורה לא בשמים היא" - ההיתר של הרב יוצר מציאות של טהרה.

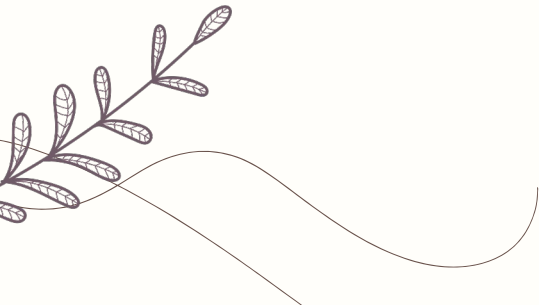


הרב ופסק הלכה

התשובה מיועדת אך ורק לך ואיננה חלה על אף אחת אחרת!

כל פסק הלכה שניתן לך על ידי הרב, מותאם למצב ולצרכים מסוימים, בדומה למרשם אישי. אין לשתף פסק שניתן לך באופן אישי עם אף אדם אחר, באופן פרטי, ציבורי או ברשת חברתית.

אל תניחי שפסק שניתן לאישה אחרת נוגע אלייך, גם אם הנסיבות נראות זהות.





הרב ופסק ההלכה

- אם שלחת שאלה לרב ולא שמעת ממנו, אל תניחי שהכול בסדר. הכרחי לקבל תשובה ממשית מהרב.
- אם את אינך בטוחה או לא מצליחה להיזכר בתשובתו של הרב ובהנחיותיו, לעולם אל תתביישי להתקשר שנית ולבקש ממנו לחזור על הדברים, על מנת לוודא שהכול נעשה כהלכה.
- אם את מרגישה שאת זקוקה לחוות דעת מקילה בזמן מסוים, הסבירי זאת לרב **לפני** שהוא פוסק.
- אם את חשה בצורך להתייעץ עם רב נוסף, ודאי שאת כוללת את כל שהתרחש עד כה, כולל העובדה שהתייעצת ברב הקודם ומה הוא השיב לך.



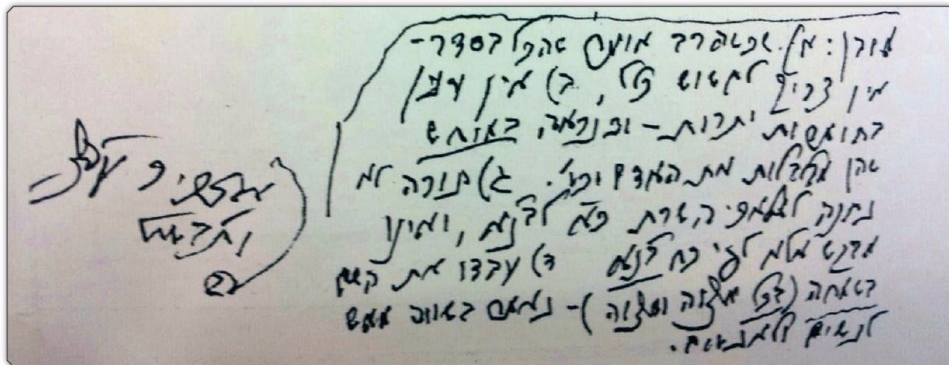


מכתב מהרבי - לא להחמיר יותר מהנדרש

מענה לאשה שרצתה בגלל מקרה מסויים להחמיר על עצמה בענייני טהרת המשפחה:

מובן: א) שכשהרב אומר שהכל בסדר - אין צריך לחשוש כלל. ב) אין ענין בחומרות יתרות - וכנראה במוחש שהן מבלבלות את האדם וכו'. ג) תורה לא נתנה למלאכי השרת כ"א לבני"א [=כי אם לבני אדם], ואינו מבקש אלא לפי כח בנ"א [=בני אדם] ד) עבדו את השם בשמחה (בכל מצוה ומצוה) - נאמר בשוה ממש לנשים ולאנשים.

(2) אזכיר עה"צ ותבש"ט



בריאות





שיקולי בריאות ורפואה

- **הכתמה תדירה או מחזוריים לא סדירים, עלולים להיות תסמינים של מצבים רפואיים.**
 - התייעצי עם הרב ועם הרופא שלך.
 - בודקת הלכתית יכולה לבצע בדיקה פנימית בכדי לקבוע את מקורם של כל הכתמה לא מוסברת/דימום. לאחר מכן עליה ליידע את הרב בממצאים בכדי שהוא יוכל לפסוק (הבודקת אינה רשאית לפסוק).
 - ישנם מצבים רבים שיכולים להתרחש וחשוב לבדוק כל דבר שאיננו מוסבר.
 - דוגמאות אפשריות: תחושה בעור הדומה לאקזמה או אפטה, זיהום נגיפי או חיידקי, רגישות להתקן תוך רחמי, ומצבים/בעיות חמורים יותר.
- 



שיקולי בריאות ורפואה

אם דימום מתמשך יתר על המידה ומעכב את הפסק הטהרה, ווידאת שמבחינה רפואית הכול תקין, לפעמים כדאי לחפש מקורות חלופיים ברפואה משלימה.

לדוגמא:

- בדקי באתר tahareinu.com או באתר פוע"ה puah.org.il
 - תוספי תזונה.
 - הומאופתיה.
- 

מנהגים





מנהגים לאישה בתקופת הנידה

- באופן כללי, לאישה במחזור מוטב להימנע מביקור בבית הקברות אלא אם כן הדבר יגרום לה לצער. שאלו רב בקשר לביקור בקברי צדיקים.
- לאישה במחזור אין להביט בספר תורה פתוח, לדוגמה, בעת הגבהה בבית הכנסת.
- כאשר מתאפשר לנשים לנשק את מעיל ספר התורה, נשים רבות נמנעות ממגע ישיר.





mikvah  *org*

