

הפסק טהרה ושבעה נקיים

כתבה: רבקי בוקיעט
תרגום: הרב אמחיה אבן-ישראל

mikvah.org  **מקווה**
mikvah.org.il



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



התהליך המלא – מתחילת הנידה ועד טהרה:

1. נידה:

המתנה של חמישה ימים לפחות מאז התחלת מצב נידה.

2. הפסק טהרה:

ביצוע בדיקה פנימית המוודאת כי הדימום פסק.

3. שבעה נקיים:

ספירת שבעה ימים עוקבים נטולי דם.

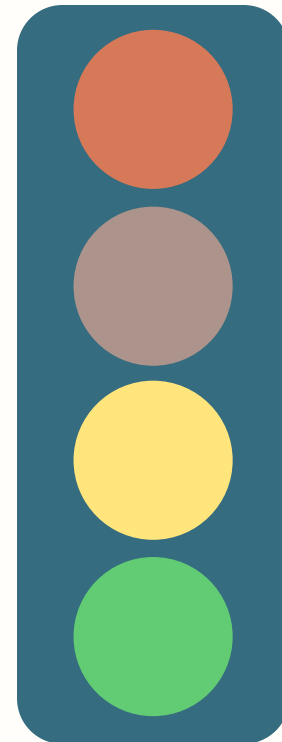
ביצוע שתי בדיקות יומיות.

4. חפיפה:

הכנות לטבילה.

5. טבילה:

טבילה כהלכתה במקווה כשר.





דוגמה: התהליך מנידה לטהרה

יום ראשון	יום שני	יום שלישי	יום רביעי	יום חמישי	יום שישי	שבת
1	2	3	4	5		
				הפסק טהרה	יום 1	יום 2
				יום 0	שבעה נקיים	
יום 3	יום 4	יום 5	יום 6	יום 7		
שבעה נקיים ← מקווה						

12 (=7+5) ימים לפחות של נידה



MyMikvahCalendar.Org

אפליקציית המקווה מומלצת בחום לניהול לוח אישי מדויק.

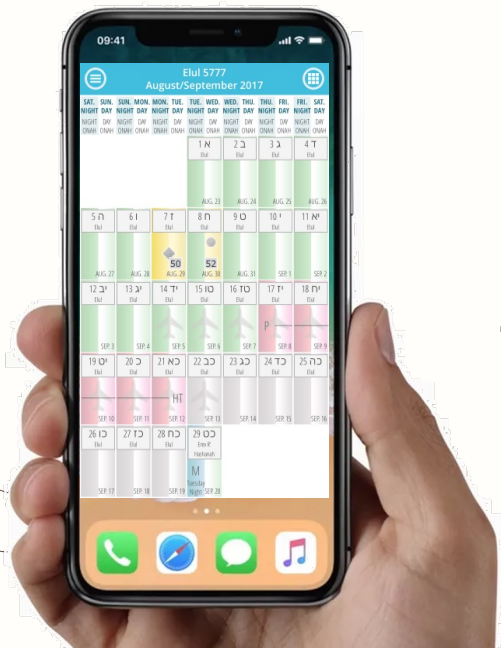


חשוב!

תעדי את התאריך והשעה של **תחילת המחזור**.

תעדי ביצוע **הפסק טהרה** מוצלח בלוח האישי שלך.

שימי לב: זוג ירא שמים ינהל לוח כתוב במקביל.





חמישה ימים



מזמן תחילת הנידה
המתיני לפחות עד היום החמישי*
לפני התחלת תהליך הפסק הטהרה.

מינימום של חמישה ימים נדרש גם כאשר הדימום פסק קודם לכן.

***יוצאים מן הכלל לכלל חמשת הימים:**
דימום חדש במהלך ימי נידה (לדוגמה במהלך שבעה נקיים).



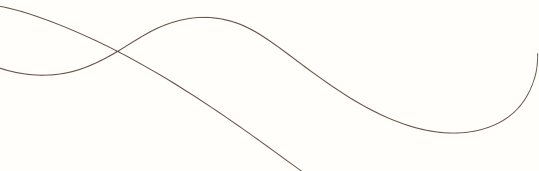


היממה היהודית מתחילה בשקיעת החמה ומסתיימת בשקיעת החמה של היום שלמחרת.

יום ראשון	יום שני
 	 
יום שני היהודי	



לדוגמא: יום שני מתחיל בשקיעה של יום ראשון ומסתיים בשקיעה של יום שני.



דוגמא:

אם המחזור שלך החל בכל זמן שהוא
בין השקיעה של יום ראשון לשקיעה של יום שני:

יום ראשון	יום שני	יום שלישי	יום רביעי	יום חמישי	יום שישי	שבת
						
יום שני	יום שלישי	יום רביעי	יום חמישי	יום שישי	שבת	

יום שני הוא יום 1 לספירה, ויום שישי הוא היום החמישי.

שימי לב: יום 1 אינו חייב להיות יום שלם.

(אם המחזור החל בדיוק בשקיעה, או כמה דקות לפניה או לאחריה, התייעצי עם רב מה לציין כנקודת ההתחלה).



זמני השקיעה והזריחה:

ww.chabad.org.il זמני השקיעה והזריחה זמינים באתר
(חפשי בגוגל: זמני היום)



אפליקציית... היא אפליקציה חינמית מומלצת לזמני
היום, היא מציעה תזכורות לזמנים שאת בוחרת, בכל
יום.





בדיקה

הליך ההיטהרות מתחיל בבדיקה (פנימית)
באמצעות בד כותנה לבן

ניצוד צריכה הבדיקה להיעשות?

1 בד הבדיקה: לבן, רך, עשוי כותנה ארוגה בצפיפות, בגודל של בין 8 ל-10 ס"מ רבועים.

2 רחצי את הידיים ובדקי שהן נקיות.

3 בדקי את בד הבדיקה ('עד') וודאי שהוא נקי.

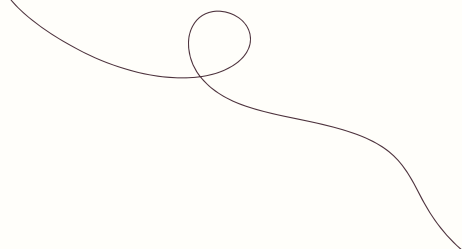
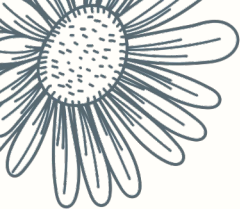
4 עטפי את האצבע המורה בבד הבדיקה, כך שהוא יכסה לפחות עד למפרק השני של האצבע.

5 הניחי רגל אחת על שרפרף, דופן האמבט או על מושב אסלה סגורה.

6 הכניסי את האצבע העטופה בבד הבדיקה (עטופה לפחות עד המפרק השני) עמוק ככל האפשר, וסובבי אותה סיבוב שלם בכל היקף הנרתיק, כך שתגיע לכל הקפלים והסדקים.

7 הוציאי את הבד, ובדקי את כולו לתוצאה נקייה באור יום (לא באור שמש ישיר). (אם אור יום אינו זמין - בניין משרדים, חדר ללא חלונות - השתמשי באור חשמל חזק. מכל מקום, אם נמצא צבע המצריך שאלת רב, בדקי שוב באור יום).

8 אם התוצאה מצריכה שאלת רב, שימי אותה בצד כדי שתוכלי להראות אותה לרב.



צבעים בבדיקה

אם יש נקודות או עקבות כלשהן של צבע המצריך שאלת רב בכל גוון שהוא (לדוגמה: ורוד, חום, כתום וכמה גוונים של צהוב), יש להראות לרב. עקבות של שחור או אדום הן גם בעייתיות.

צבעי נידה



שחור · אדום

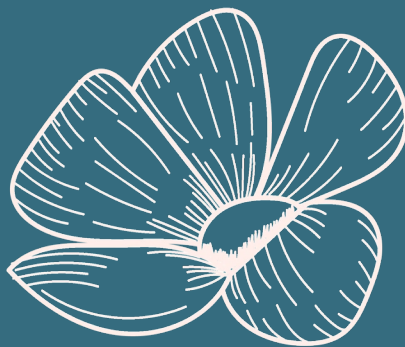
צבעים הדורשים שאלת רב

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

לבן ושקוף · כחול או ירוק · צהוב בהיר

צבעים טהורים





הפסק טהרה

הבדיקה המוודאת כי הדימום פסק



בצעי בדיקת הפסק טהרה ביום החמישי*

לפני שקיעת החמה

(או ביום מאוחר יותר, כאשר הדימום שלך פסק)

יום ראשון	יום שני	יום שלישי	יום רביעי	יום חמישי
1	2	3	4	5
←	←	←	←	←
הפסק טהרה				
מחזור				יום 0

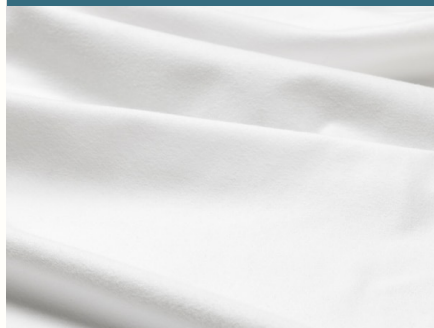
*מתחילת המחזור, אם הדימום פסק



ארבעת השלבים:

ישנם ארבעה שלבים להליך הפסק הטהרה:

4. לבנים



תחתונים לבנים,
סדין לבן

3. מוך דחוק



בד המושאר בפנים
מלפני שקיעת החמה
ועד לאחר צאת
הכוכבים

2. בדיקה



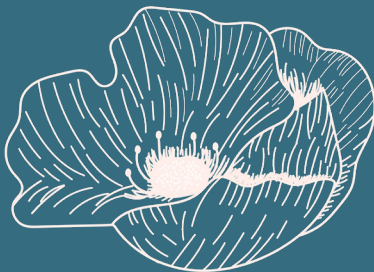
בדיקה פנימית לפני
שקיעת החמה

1. רחצה



מקלחת / אמבטיה

ארבעת שלבי הבדיקה



1. הפסק

הפסק טהרה היא הבדיקה היחידה
שמותרת בה רחצה מקדימה



כיצד צריכה השטיפה להיעשות?

רחצי את כל גופך* מבחוץ ומבפנים במים חמים.

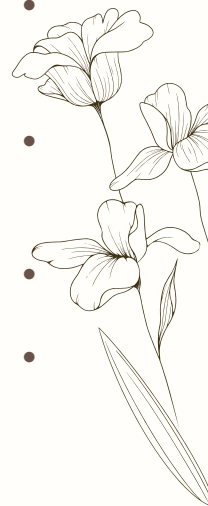
- רצוי לבצע רחצה כחצי שעה לפני שקיעת החמה.
- הרחצה מסירה שאריות דם לסיכוי טוב יותר של הצלחה בבדיקה.
- אם אינך יכולה לשטוף את הגוף כולו, רחצי את האזורים המוצנעים בין הרגליים בלבד.
- אם אין באפשרותך לשטוף כלל, הפסק הטהרה עדיין תקף בדיעבד.

*בשבת/ יום טוב/ יום כיפור/ תשעה באב/ שבעה, רחצי אזורים מוצנעים בלבד.

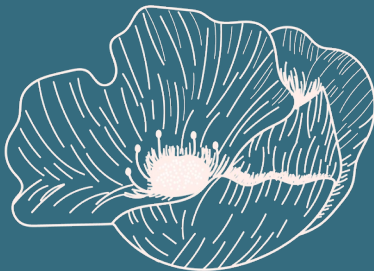


טיפים לרחצה:

- הימנעי משטיפה בזרם מקלחת, זה יגרום ליובש.
- מומלץ להמתין כרבע שעה לאחר השטיפה הפנימית לביצוע הבדיקה, בכדי לאפשר ללחות הטבעית להתחדש.
- התקלחי בבוקר לפני שאת יוצאת מהבית, ואז השתמשי במים או במגבונים לחים לנקות את האזורים המוצנעים לפני ביצוע הפסק טהרה.
- ודאי שיש בתיק שלך מגבונים ובדי בדיקה, למקרה שתתעכבי מחוץ לבית.
- **עצה טובה:** יש נשים שמצליחות להגיע לניקיון פנימי טוב יותר ברחצה באמבטיה, בכדי להסיר כל שארית דם מן הקפלים והסדקים הפנימיים ולהגיע לבדיקה נקייה.



ארבעת שלבי הבדיקה



2. בדיקה

בדיקה זו היא חיונית

שבעת הימים הנקיים אינם יכולים להתחיל בלי בדיקה.

מתי צריכה הבדיקה להיעשות?

בדיקת הפסק הטהרה **חייבת** להסתיים לפני שקיעת החמה.



לכתחילה, על הבדיקה להיעשות קרוב לשקיעה,
טיפ: רצוי כעשרים דקות **לפני השקיעה** על מנת לאפשר
זמן מספיק לבדיקה חוזרת במקרה הצורך.



אם אי אפשר לבצע בדיקה לפני השקיעה:

עדיפות ראשונה

ביצוע הבדיקה לאחר **פלאג המנחה** [לזמני היום לחצי כאן]

עדיפות שניה

ביצוע הבדיקה לאחר זמן **מנחה קטנה** [לזמני היום לחצי כאן]
כל בדיקה שמבוצעת **לאחר** זמן מנחה קטנה **אינה דורשת** שאלת רב (בקשר לזמן הביצוע), כל בדיקה שמבוצעת **לפני** זמן מנחה קטנה, **דורשת** שאלת רב.
טיפ: אם יש צורך, בצעי את הבדיקה וודאי שאת שואלת רב עליה.

עדיפות שלישית

אם את נוטה לשכוח לבצע בדיקת הפסק טהרה בסמוך לשקיעה, **בצעי בדיקה מוקדם יותר במהלך היום*** (ליתר ביטחון). נסי לבדוק שוב סמוך יותר לשקיעה.
*(התייעצי עם רב אם לא הצלחת לבצע בדיקה נוספת לאחר זמן מנחה קטנה).



בדיקת הפסק טהרה:

- **שימי לב:** הפסק הטהרה הוא הבדיקה היחידה שמותר לך לחזור עליה עד לקבלת תוצאה נקייה.

רק הבדיקה האחרונה שלפני השקיעה נחשבת.

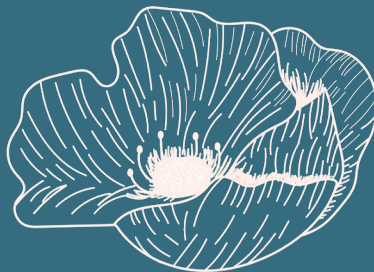
- אם הבדיקה האחרונה מצריכה שאלת רב, הניחי אותה בצד בכדי לשאול רב בהמשך, והתקדמי לשלב הבא.
- אם **לא** הצלחת להגיע לבדיקה נקייה **לפני השקיעה**, נסי שוב למחרת.
- אם ביצעת את הבדיקה לאחר השקיעה, הפסק הטהרה אינו תקף. עליך לבצע הפסק טהרה נוסף ביום שלמחרת **לפני שקיעת החמה**.



הבדלים חשובים!

כל שאר הבדיקות	בדיקת הפסק טהרה
אין לבצע שטיפה פנימית לפני ביצוע הבדיקה.	עליך לרחוץ את עצמך לפני ביצוע בדיקת הפסק הטהרה. 
ברגע שבוצעה בדיקה, לעולם אין לחזור עליה או להתעלם ממנה. התוצאה היא סופית . במצב של ספק, יש להתייעץ עם רב.	את רשאית לחזור על בדיקת הפסק הטהרה עד לקבלת תוצאה נקייה. רק הבדיקה האחרונה לפני השקיעה נחשבת. 

ארבעת שלבי הבדיקה



3. מוֹךְ דַּחּוּק

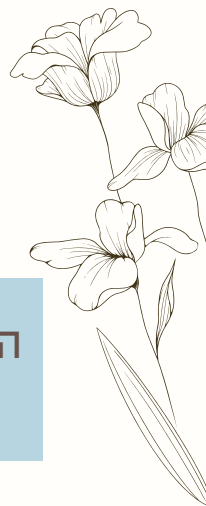
מוך דחוק:

לאחר השלמת בדיקת הפסק הטהרה,

הכניסי בד בדיקה נוסף לעומק הנרתיק, **לפני השקיעה**, והשאירי אותו בתוך
הנרתיק עד **לאחר צאת הכוכבים**

(מקודם השקיעה ועד אחר צאת הכוכבים יש בערך חצי שעה).

הוציאי את הבד לאחר צאת הכוכבים, ובדקי אם התוצאה נקייה. לאחר מכן שימי
את הבד במקום שמור ונקי, על מנת לבדוק אותו באור יום למחרת בבוקר.

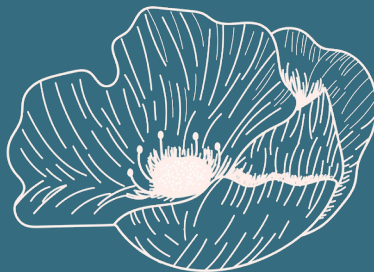


מוך דחוק:

- אם את מבצעת בדיקת הפסק טהרה מוקדם יותר, יש להכניס את המוך הדחוק **סמוך לפני השקיעה** (השארה שלו זמן רב מהדרוש תגרום לאי-נוחות).
- אם המוך הדחוק גורם לכאבים או לדימום, התייעצי עם רב.
- אם שכחת להכניס מוך דחוק, התייעצי עם רב.
- **המוך הדחוק הוא בד הבדיקה היחיד** שמושאר בפנים למשך זמן.



ארבעת שלבי הבדיקה



4. לבנים

.....

לבנים:

- לאחר הבדיקה, התחילי ללבוש תחתונים (לא רחבים) לבנים.
- תפרסי סדין לבן על מיטתך.

שימי לב: אם את במקום שאין בו כלל תחתונים לבנים או מצעים לבנים, תוכלי להשתמש בתחתונים/מצעים צבעוניים שנבדקו (שאין בהם כתמים) עד שתוכלי להשיג לבנים. אין צורך לעכב את הפסק הטהרה.





חשוב!



תעדי את ביצוע הפסק הטהרה ללוח האישי שלך - חיוני לבצע את הפסק הטהרה בזמן,

גם אם את יודעת (או חושבת) שלא תוכלי לטבול במקווה בזמן (לדוגמה: בעלך לא יהיה בבית באותו לילה).

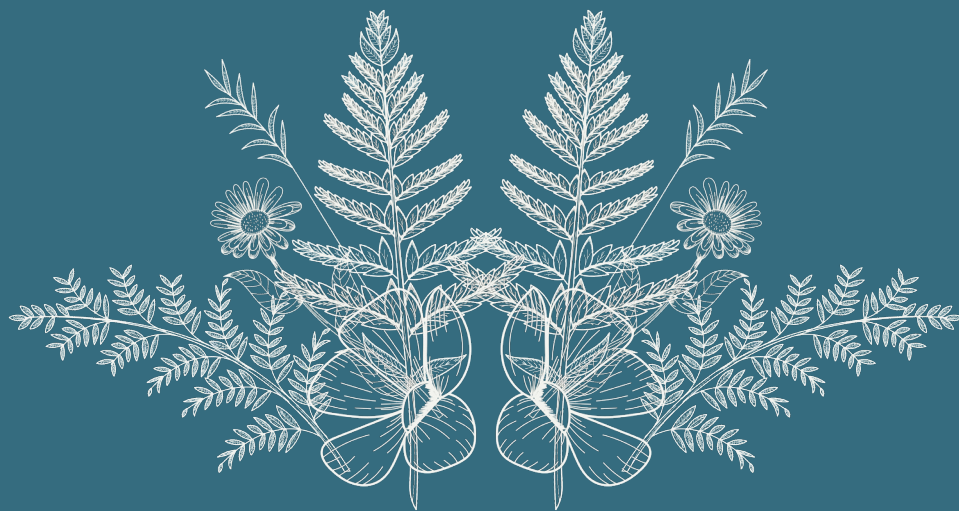
משתי סיבות:

1. הפסק טהרה חיוני לחישוב המדויק בלוח האישי.

2. הנסיבות עלולות להשתנות ברגע האחרון ולאפשר לך לטבול במקווה בזמן.

טיפ: שלחי הודעה כתובה לבעלך כאשר השלמת את ביצוע הפסק הטהרה, כך יהיה לך 'תיעוד' של המועד שבו הדבר נעשה ותוכלי להוסיף אותו בהמשך ללוח האישי שלך.





הפסק טהרה בימים מיוחדים



הפסק טהרה: בשבת וביום טוב

4. לבנים

- תחתונים לבנים
- סדין לבן

3. מוך דחוק

- בשבת, במקום שאין בו עירוב, מוך דחוק או בד בדיקה אסורים בטלטול. (שלא כמו טמפון או פד שמותר ללבשם ולצאת בהם במהלך המחזור).
- בד בדיקה שמוכנס פנימה ונשאר בפנים מלפני שקיעת החמה ועד אחרי צאת הכוכבים.

2. בדיקה

- **שימי לב:** ביום שישי, לכתחילה יש לבצע את בדיקת הפסק הטהרה לפני הדלקת נרות.
- אם אין באפשרותך לבדוק לפני הדלקת הנרות, ודאי שאת מסיימת את ההפסק לפני השקיעה.
- בדיקה פנימית לפני שקיעת החמה.

1. רחצה

- בשבת את רשאית להשתמש במים חמים שחוממו* לפני שבת (את יכולה לשים מים חמים בכלי שלישי ולהוסיף מים קרים לפי הצורך).
- רחצי רק את האזורים המוצנעים בין הרגליים, והשתמשי בידים בלבד (ולא בבד כלשהו), היזהרי מתלישת שיער.
- את רשאית להשתמש בסבון נוזלי. בלי ספוג.
- **ביום טוב:** שאלי רב אילו מי ברז חמים מותרים בשימוש ביום טוב.

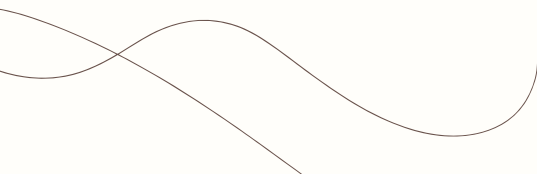
מותר לבצע הפסק טהרה בכל ימות השנה, אפילו ביום כיפור ובתשעה באב.

ביום כיפור ובתשעה באב:

- רחצי רק אזורים מוצנעים בין הרגליים.

ביום כיפור:

- בצעי הפסק טהרה לפי ההנחיות של שבת.
- אפילו במהלך ימי שבעה ר"ל, מותר לבצע הפסק טהרה.



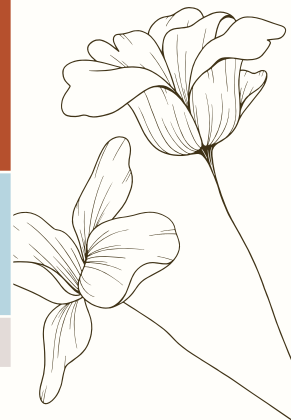


שבועה נקיים



בבוקר שלאחר ביצוע הפסק הטהרה מוצלח, התחילי לספור שבעה ימים נקיים עוקבים:

יום ראשון	יום שני	יום שלישי	יום רביעי	יום חמישי	יום שישי	שבת
1	2	3	4	5	יום 1	יום 2
שבעה נקיים						
3	4	5	6	7		
שבעה נקיים ← מקווה						



שימי לב: הפסק הטהרה אינו אחד משבעת הימים הנקיים.

לדוגמה: אם ביצעת הפסק טהרה ביום חמישי לפני שקיעת החמה, יום שישי הוא יום 1 של שבעת הנקיים, יום חמישי בשבוע הבא הוא יום 7, וביום חמישי בלילה את טובלת במקווה.

לבישת לבנים

- **לבשי** תחתונים לבנים והשתמשי בסדין לבן לשינה במשך כל שבעת הנקיים.
 - **בדקי** את התחתונים והסדין בכל יום.
- יש הנוהגות להקיף עצמן בלבן:
מצעים לבנים לגמרי (סדין וציפה), וכתונת לילה לבנה.

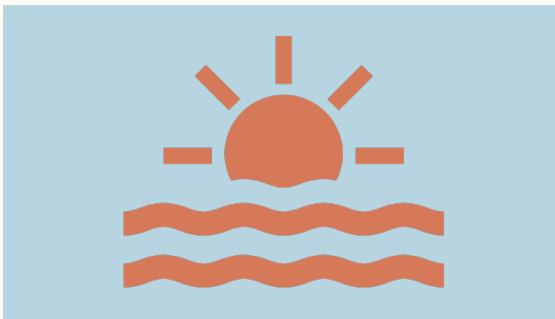
טיפ: אם את נוסעת מחוץ לבית, קחי איתך סדין לבן שטוח, לפרוס על המיטה בלילה כשאת אינך בבית.



בצעי שתי בדיקות בכל יום במשך שבעת הימים הנקיים- בסה"כ 14 בדיקות:

2. בדיקת אחר הצהריים:

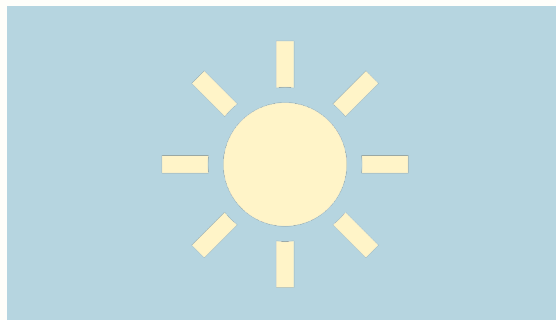
לפני שקיעת החמה



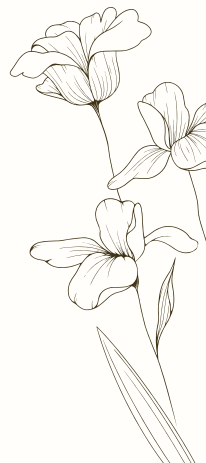
בעת צורך חיוני, אפשר לבצע לאחר זמן מנחה קטנה.

1. בדיקת בוקר:

לאחר הזריחה



בעת צורך חיוני, אפשר לבצע לאחר עלות השחר.
(שימי לב לזמנים המדויקים, בעיקר בחורף).



הכניסי את בד הבדיקה עמוק ככל האפשר וסובבי סיבוב שלם בתוך הנרתיק על מנת להגיע לכל
הקפלים הנסתרים. הוציאי את הבד ובדקי אם התוצאה נקייה.

בכל בדיקה - מעת שבוצעה - **לעולם** אין לחזור עליה או להתעלם מן התוצאה. התוצאה היא **סופית.**

ספירה

ספרי באופן מודע את שבעת הימים הנקיים

יש הנוהגות לספור בקול.
אנו נוהגות לספור במחשבה.

יום ראשון	יום שני	יום שלישי	יום רביעי	יום חמישי	יום שישי	שבת
1	2	3	4	5		
				הפסק טהרה	יום 1	יום 2
				יום 0	שבעה נקיים	
יום 3	יום 4	יום 5	יום 6	יום 7		
שבעה נקיים ← מקווה						

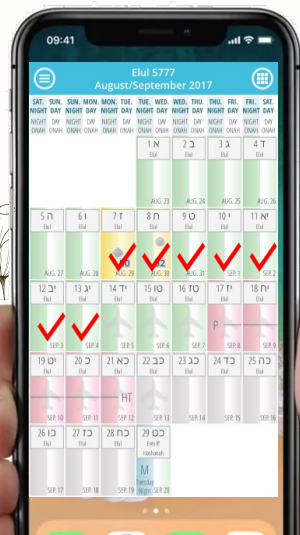


הספירה חייבת להיות בימים עוקבים רצופים; נקיים לחלוטין מכל דימום שמקורו מן הרחם.

- אם ראית דימום שמקורו מן הרחם, או מצאת בדיקה שאינה טהורה, או כתם נידה במהלך שבעת הימים, הדבר קוטע את הספירה.

- עלייך לבצע הפסק טהרה **חדש** (לאחר שהדימום פוסק) ולהתחיל בספירה **חדשה** של שבעה נקיים.

(המתנה של חמישה ימים **אינה** נדרשת במקרה זה)



כל בדיקה חשובה וחייבת להיעשות!

טבילה במקווה יכולה להתקיים בזמנה רק אם ישנן לפחות שלוש בדיקות אלו:

יום 7

לפחות בדיקה אחת
שבוצעה לכל המוקדם
לאחר הזריחה ולכל
המאוחר לפני
השקיעה.

יום 1

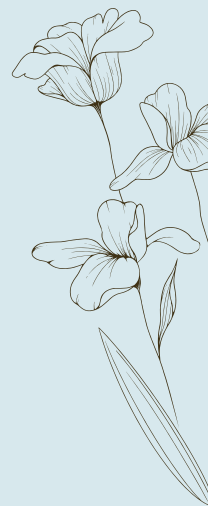
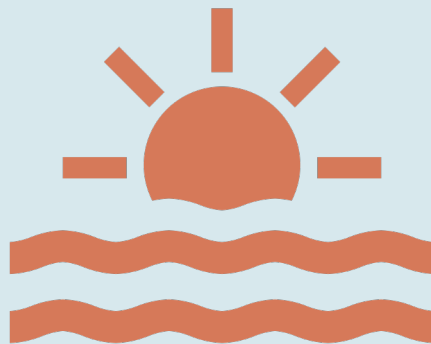
לפחות בדיקה אחת
שבוצעה לכל המוקדם
לאחר הזריחה ולכל
המאוחר לפני
השקיעה.

הפסק טהרה

הספירה איננה יכול
להתחיל לפני ביצוע
הפסק טהרה תקף
שהושלם לפני
השקיעה.

שימי לב: אם את מבצעת אך ורק את מינימום הבדיקות (רק על פי פסק של רב), כדאי מאד לבצע בדיקה אחת נוספת באמצע שבעת הימים הנקיים (לדוגמה: ביום 3 או 4). כך, אם תשכחי לבצע בדיקה ביום השביעי, לא תצטרכי לחזור ולספור מיום 1 שוב.

לבדיקה שבוצעה לאחר השקיעה -
אין תוקף הלכתי.





עוד על ביצוע בדיקות

כולל בדיקת הפסק טהרה ומוך דחוק

בדיקה

לאחר הבדיקה:

בדקי את בד
הבדיקה באור יום
לוודא שהצבע תקין.

לפני הבדיקה:

בדקי את בד הבדיקה
לוודא שהוא נקי.



טיפ: בדקי שהידיים
שלך והמשטחים
שסביבך נקיים.



הפסק טהרה ומוך דחוק

- אף על פי שבדיקה שלמה (סיבוב שלם המגיע לכל הקפלים הפנימיים והסדקים) אינו נדרש במוך דחוק, אם הבדיקה האחרונה של הפסק הטהרה שלך יצאה עם צבע המצריך שאלת רב, בצעי בדיקה יסודית, והשאירי את הבד בפנים כך שהוא יוכל לשמש גם כהפסק טהרה וגם כמוך דחוק.
- אם המוך הדחוק נקי (לאחר שבוצעה באמצעותו בדיקה יסודית כמפורט בסעיף הקודם, בדיקה שבוצעה **לפני** השקיעה והושארה בפנים עד לאחר צאת הכוכבים), הדבר ייחשב כבדיקה האחרונה שקודם השקיעה, וייחשב כהפסק טהרה **וגם** כמוך דחוק. במקרה כזה, אפשר להשליך את הבדיקה המצריכה שאלת רב.
- אם גם על המוך הדחוק יש צבע המצריך שאלת רב, יש להעביר את **שתי** הבדיקות (המוך והבדיקה הקודמת לו) לשאלת רב. (שימי לב לרשום את סדר הבדיקות: בדיקה ראשונה ובדיקה שנייה וכד').



טיפים לבדיקה:



1#

החזיקי אצלך תמיד בתיק בד בדיקה.

2#

שימי תזכורת בנייד לביצוע הבדיקה בזמן.

3#

בצעי את בדיקת הבוקר (בשבעת הנקיים) בפעם הראשונה שאת הולכת לשירותים (לאחר הזריחה), כדי לוודא שלא תשכחי.



אם אין לך בד בדיקה

- אם אין לך בד בדיקה, את יכולה להשתמש בכל בד לבן נקי, ארוג בצפיפות (לא בגזה), עשוי כותנה ורך, בגודל של בין 7-8 ס"מ רבועים.

טיפ: אם נתקעת בלי בדי בדיקה, אפשר לגזור ריבוע בד מגופייה או תחתונים לבנים.



- טמפון אינו יכול לשמש לבדיקה.



שאלות לרב



בדיקות ואי נוחות

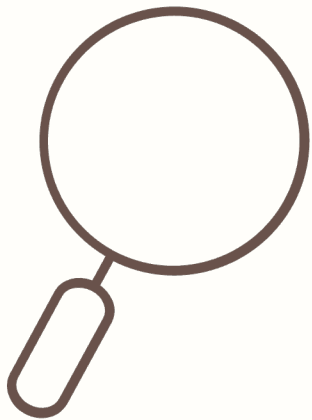
- אם, בכל זמן שהוא, יש לך קושי להגיע לבדיקות נקיות, או קשיים במוך דחוק, או כל דבר אחר שמשפיע על הטהרה שלך, התייעצי עם רב. אל תסבלי בשקט.

- אם את חווה דימום או הכתמה לא צפויים, התייעצי עם הרב ועם הרופא שלך. לעולם אל תניחי שבגלל שזה אדום, זה לא טוב. לפעמים, ישנם דברים הדורשים בדיקה ולפעמים מסתבר שאין זה דימום מן הרחם. רק רב יוכל לייעץ לך בעניין ולקבוע את המצב.

- שאלי את הרב כיצד אפשר להשתמש בחומר סיכה בשעת הצורך.

- הרטבה של בד אסורה בשבת, התייעצי עם רב כיצד להכין את הבד לשימוש בשבת, אם סיכה נוספת נדרשת.

- אם את נתקלת בבעיה, הרב עשוי להמליץ לך לגשת לבודקת.





-שאלות-

במשך **כל ימי שבעה נקיים**, אם נמצא צבע המצריך שאלת רב על בד בדיקה או על בגד או מצעים/מגבות וכד', יש לשאול רב/להראות לרב על מנת לברר את המצב.

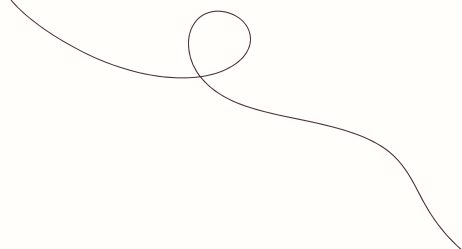
טיפ: אם אינך מצליחה להשיג מענה במשך היום, מומלץ לבצע 'ליתר ביטחון' הפסק טהרה **חדש** על מנת שלא להפסיד יום. בכל מקרה - אל תבטלי את הספירה הקודמת. התכווני שהספירה החדשה היא רק 'ליתר ביטחון'.



(המתנת חמשת הימים אינה חלה במקרה זה, והפסק טהרה חדש יכול להתבצע מידית).

שימי לב: מציאת כתמים או בדיקות המצריכות שאלת רב, שכיחה במהלך שבעת הנקיים, במיוחד בשלושת הימים הראשונים.

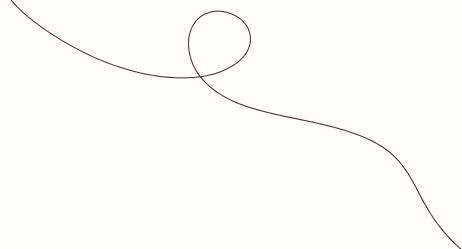




-שאלות-

- אם יש לך בדיקה המצריכה שאלת רב ואת ממתינה לתשובת הרב, שמרי על **ספירה כפולה** של היום שאת מצויה בו.
- אחת מהפסק הטהרה המקורי, ואחת מהפסק הטהרה **החדש**.





-שאלות-

- אם יש לך בדיקה המצריכה שאלת רב ואת ממתינה לתשובת הרב, שמרי על **ספירה כפולה** של היום שאת מצויה בו.
- אחת מהפסק הטהרה המקורי, ואחת מהפסק הטהרה **החדש**.

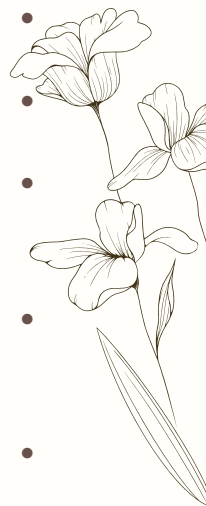


שאלת רב

אם מצאת צבע המצריך שאלת רב על בד בדיקה, בגד, מצעים וכד':

- הביאי את הבדיקה לרב בהקדם האפשרי.
- ודאי שהרב נמצא באזור לפני שאת משאירה שאלה!
- אל תכתבי על בד הבדיקה עצמו. כתבי את השאלה/הערות לרב על המעטפה או על פיסת נייר נפרדת.
- אם מתקבלת תשובה שאת נידה, שאלי את הרב כיצד ישפיע הדבר על הלוח האיש שלך.
- לעולם אל תשליכי - הראי לרב.

• לעולם אל תשליכי בדיקה המצריכה שאלה (גם אם את מצפה למחזור שיתחיל).



שאלת רב

ודאי שאת כוללת בשאלה את כל המידע הנדרש:

✓ יום/תאריך

✓ האם השאלה נובעת מ**בדיקה** או מ**מכתם** על בגד/מצעים?

✓ האם הייתה זו בדיקה/הפסק טהרה/מוך דחוק?

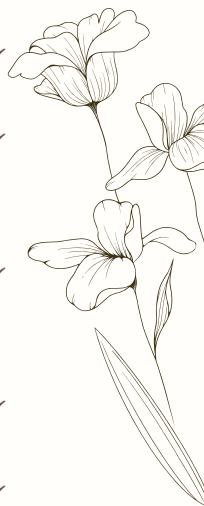
✓ האם זו בדיקה משבעת הנקיים? אם כן, מאיזה יום משבעת הימים? בדיקת בוקר או אחר צהריים?

✓ האם חל שינוי בצבע מאז הבדיקה? האם היו נסיבות מיוחדות או כאבים נלווים?

✓ האם ישנו מקור אחר שאפשר לייחס אליו את הכתם/צבע?

✓ (פרטי אם את כלה, בהיריון, מניקה, מצפה למחזור, אם את סובלת משריטה או חוסר נוחות בנרתיק וכד').

✓ כתבי את מספר הטלפון שלך בצורה ברורה.





אחסון של בד בדיקה/שאלות

אל תסירי שאריות מעל בד הבדיקה. אם יש לך שאלה, השאירי
והראי לרב.

שמרי על הבדיקה במקום נקי ובטוח וודאי שידייך נקיות.

טיפ 1: מקמי את הבדיקות/שאלות במעטפה נקייה, כשבד הבדיקה
מקופל עם הכתם בצד הפנימי, ועטוף בממחטת נייר לבנה.



טיפ 2: אל תניחי בד בדיקה/שאלה רטובים בשקית ניילון!



הערות

נובה רינג (בשימוש על פי היתר של רב), יש להסיר לצורך ביצוע הפסק טהרה, אחת הבדיקות של יום 1, ואחת של יום 7 (ולטבילה).



אין להשתמש בפדים לבנים או במגיני תחתון לבנים במהלך שבעת הנקיים (אלא אם הורה רב אחרת).

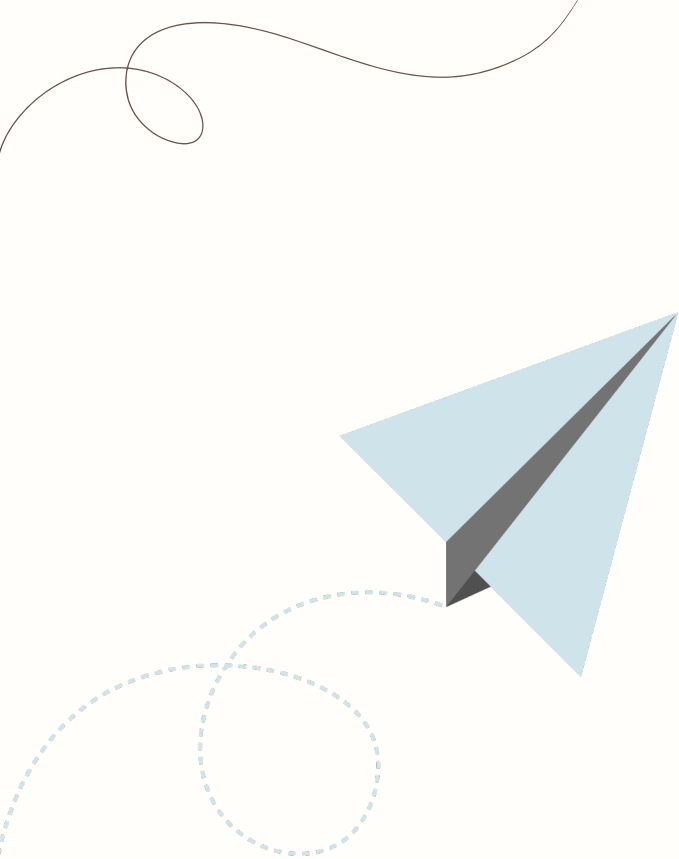


נסיעות

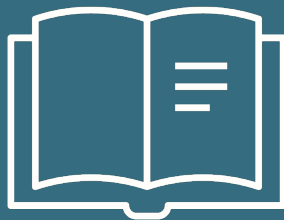
אם את עתידה לחצות את קו התאריך הבינלאומי, שאלו את הרב בקשר לחישוב חמשת ימי ההמתנה, שבעת הנקיים ומועד הטבילה.

שימי לב: דבר זה אינו חל במקרה של נסיעה למקום עם פערי שעות - אך לא יום שלם (איבוד שעות איננו משנה. דוגמה: הפסק טהרה ביום שני בניו יורק, משמעותו מקווה ביום שני בשבוע הבא, בישראל/אירופה).

שימי לב: אם תזדקקי לבצע הפסק טהרה או בדיקה כשאת במטוס, התייעצי עם רב, מאחר שקביעת הזמנים מורכבת כאשר נוסעים במהירויות שכאלה.



סיפור



סיפור 1

אליזבת' התקשתה להרות. חברה שלה, חסידת חב"ד, עודדה אותה לכתוב לרבי מכתב ולבקש את עצתו. היא שאלתה את הרבי, אך לא קיבלה כל מענה. בינתיים, היא נותחה בידי הרופא שלה, ניתוח שהיה אמור לפתור את ה"בעיה" שלה. אך לצער הלב היא עדיין לא הצליחה להרות.

היא כתבה בשנית לרבי. בפעם הזו, אמר לה הרבי להקפיד יותר על דיני טהרת המשפחה. אליזבת' הופתעה מההנחה שהיא עושה משהו שלא כראוי. היא חזרה על הדינים עם ידידתה החבדניקית, וגילתה שהיא נהגה לספור את שבעת הימים בצורה שגויה, וללכת למקווה לילה אחד מוקדם מדי!

בליל המקווה הבא שלה היא הרתה, וילדה תינוק אחרי שנים של המתנה!



סיפור 2

כפי שסיפרה אחת השליחות:

”לפני זמן רב, צעירה שומרת מצוות מהקהילה שלנו, הגיעה להתפלל בבית חב”ד בשבת בבוקר.

לאחר סיום התפילה, היא ניגשה אליי ושאלה אם אוכל להקדיש לה כמה דקות. היא החלה לבכות וסיפרה לי שהיא ובעלה מנסים כבר שנים ללדת ילדים, אך היא איננה מצליחה להרות.

נזכרתי בסיפור על הרבי, שהכרתי וסיפרתי לה. זו הייתה אישה שומרת מצוות שלא הצליחה להרות וכתבה לרבי, הרבי יעץ לה להחמיר לדקדק בשמירת טהרת משפחה. היא הייתה מופתעת למדי, מאחר שהיא הייתה דתייה ושמרה את כל ההלכות. לאחר דיון ובדיקה מעמיקה, הסתבר לה שמדי פעם היא פספסה בדיקה. היא אמנם הקפידה לעשות לפחות אחת ביום, אבל לפעמים פספסה את השנייה.



היא לקחה שימי לבה את דברי הרבי, והחליטה לוודא שהיא אכן מקפידה ושומרת על היבט זה של הלכות טהרת המשפחה ברצינות רבה יותר ובזהירות. בחסדי השם היא הרתה מיד!

כשסיימתי לספר את הסיפור, פניה של הצעירה שמולי החליפו צבעים. היא הייתה בהלם. היא אמרה שזהו הדבר היחיד בהלכות טהרת המשפחה שהיא הקפידה בו פחות. היא הלכה הביתה, נחושה, להקפיד על עניין זה ועל כל הלכות טהרת המשפחה.

לפני חודשים אחדים, היא באה לספר לי שהיא בחודש השלישי להריונה! היא לקחה את הסיפור שימי לבה, ובחודש הראשון שלאחר מכן היא הרתה!





mikvah  *org*

