

הרב מנחם בורשטיין

קורונה וטהרת המשפחה – מדריך הלכתי רפואי לתקופת ימי המגיפה¹

א. פתיחה

בורא עולם שלח לנו ניסיון גדול בדמות מגיפה שקרויה "קורונה", ואנו צריכים לעשות את כל המאמצים להתמודד איתה בצורה הטובה ביותר. אחד התחומים שיכולים להיות מאוד משמעותיים בהתמודדות כזו, הוא ההתמודדות המשותפת של בני הזוג. תקופת הקורונה כוללת אצל משפחות רבות תקופות של בידודים, שבהן המשפחות נאלצות לשהות יחדיו בחלל הבית בלי לצאת כלל. גם ללא בידוד, הסגרים שתוזרים ונשנים, גורמים לשהות ממושכת יותר בבית.

מתוך שיחות עם זוגות רבים, ראינו שבידוד משפחתי עבר באופן משמעותי בצורה קלה יותר, בזמן שבני הזוג היו מותרים זה לזו. לכן בימים אלו, חשוב לעשות מאמץ להיות מותרים כמה שיותר, בשני אופנים:

1. לדעת כיצד להשתמש בדרכים רפואיות כדי להאריך את ימי הטהרה.
2. ללמוד היטב ולעומק את הלכות כתמים, כדי להגיע למצב שבו גם אם אישה סובלת מכתמים, בני הזוג יידעו כיצד לנהוג כדי שלא ייאסרו בזמני ההיתר, וכן יוכלו להיות מותרים בהקדם לאחר קבלת הווסת.

ב. איך להאריך את ימי הטהרה

יש פתרונות שונים להארכת ימי הטהרה של האישה, שתלויים בין היתר בשאלה, אם בני הזוג מנסים כרגע להיכנס להיריון או שהם משתמשים באמצעים למניעת היריון, ובאילו אמצעים:

אישה שמתמשת בגלולות משולבות למניעת היריון, יכולה בהחלט לחבר חפיסות של גלולות²

1. המאמר שלפנינו נכתב במיוחד לצורך הקובץ הנוכחי, אולם הוא מבוסס על השיעור "כיצד להימנע מכתמים ולהאריך את ימי הטהרה?", שניתן לצפייה בקישור <https://youtu.be/3M6a9i6fqrU>, וכן על החוברת "כיצד להימנע מכתמים ולהאריך את ימי הטהרה?" שניתנת להורדה מאתר מכון פוע"ה.

2. לפני למעלה מחמישים שנה, כאשר המציאו את הגלולות למניעת היריון, חיקו את הטבע, והקפידו מאוד שנשים תיקחנה את הגלולות באופן שבו הן תקבלנה וסת פעם בעשרים ושמונה ימים. כיום הצטבר ניסיון רב, והתברר שמבחינה רפואית אין מניעה מלקיחת כמה חפיסות של גלולות, באופן שהווסת תופיע פעם בשבעה שבועות או אפילו עשרה שבועות, ראה נייר עמדה מספר 109 של האיגוד הישראלי למיילדות וגינקולוגיה – נטילה ברצף של אמצעי מניעה הורמונאליים, מיום 13.9.2017 למניינם.

ועל ידי זה להאריך את ימי הטהרה³. הדבר נכון גם בשימוש באמצעי מניעה הורמונאליים משולבים אחרים, כדוגמת טבעת 'נובה רינג' או מדבקת 'אברה'.

גם אישה שאינה מונעת היריון כרגע, יכולה להתייעץ עם רב פוסק, אם מותר לה באופן זמני לקחת גלולות למניעת היריון כדי להאריך את ימי הטהרה, עקב החשיבות הגדולה של הטהרה בימים המורכבים הללו⁴.

כאשר בני זוג אינם מעוניינים כרגע במניעת היריון, או שהם מונעים היריון באופן אחר, האישה יכולה בימי קורונה אלו, כעשרה ימים לפני קבלת הווסת (כמובן לאחר קבלת מרשם מהרופא), ליטול כדורים בשם 'פרימולט נור', שדוחים את קבלת הווסת. לאחר הפסקת נטילת הכדורים הווסת אמורה להגיע תוך יומיים שלושה⁵. הדבר חשוב במיוחד במקרה שבו יש לאישה התקן תוך רחמי לא הורמונאלי, שגורם בדרך כלל לימי טהרה קצרים⁶, דבר שמקשה מאוד על הזוג.

כאשר אישה מניקה, האמצעים ההורמונאליים האפשריים לצורך מניעת היריון הם גלולות שמכילות פרוגסטרון בלבד⁷, כיוון שהגלולות המשולבות מכילות גם אסטרוגן, שעלול לפגוע בהנקה. נטילת גלולות פרוגסטרון עלולה להיות בעייתית, שכן אחוז גבוה מהנשים שנוטלות גלולות המכילות פרוגסטרון בלבד סובלות מהכתמות ומדימומים. במצב כזה, אם מתקיימים שלשה תנאים: האישה מניקה באופן מלא, היא טרם ראתה וסת וטרם עברה חצי שנה מהלידה, המלצתנו היא להסתפק במניעה מקומית באמצעות אמצעים

3. רוב סוגי הגלולות המשולבות נמכרים בחפיסות של עשרים ואחת גלולות, כשלאחר סיום נטילת חפיסה, נעשית הפסקה של שבוע בנטילת הגלולות, שבמהלכה תופיע הווסת. הכוונה בהמלצה שמובאת כאן היא להתחיל מיד את החפיסה השנייה בלי לעשות הפסקה, וממילא לא תופיע וסת. חשוב לציין שיש סוגים של גלולות, כגון מינס או יאז פלוס, שהחפיסות שלהן מכילות עשרים ושמונה גלולות, אך הגלולות האחרונות הן גלולות דמה בצבע שונה, שאינן מכילות חומר פעיל, ומטרת לקיחתן היא להרגיל את האישה לקחת כל יום כדור. בגלולות מהסוג הזה, כאשר האישה מחברת חפיסות, היא צריכה כמובן לדלג על לקיחת גלולות הדמה, ולהמשיך מייד ללקיחת הכדורים הרגילים שבחפיסה הבאה.

4. אישה שסובלת מתופעות לוואי שונות עקב נטילת גלולות למניעת היריון, תתייעץ באופן פרטי עם הרופא שלה ותברר מה הוא מציע לעשות כדי לא לסבול מתופעות לוואי אלו. הערת העורך (א.כ.): לדיון נוסף בעניין זה, ראה מאמרו של הרב אליהו האיתן שבקובץ זה – 'טהרה ואישות בתקופת הקורונה'.

5. התייחסות לדיון פרישה סמוך לווסת בזמן נטילת הכדורים ולאחר הפסקתם הובאה בספר פוע"ה כרך ראשון פרק טו – 'פרישה סמוך לווסת' (עמ' 178–179).

6. התייחסות הלכתית מפורטת לדימומים בנוכחות התקן תוך רחמי לא הורמונאלי הובאה בספר פוע"ה כרך שלישי פרק עח – 'התייחסות הלכתית לזמני המניעה השונים' (עמ' 406–410). ראוי לציין, שבימים אלו מתבצע מחקר רחב היקף בשיתוף מכון פוע"ה ומרכזים רפואיים מובילים בארץ, לבדיקת הסיבות לדימומים לא סדירים בנוכחות התקן תוך רחמי לא הורמונאלי.

7. שמות מסחריים לדוגמא: סרוט, מיקרולוט, דיאמילה, פומיניק.

שמכונים 'קוטלי זרע'⁸. אם אחד או יותר מהתנאים הנ"ל אינו מתקיים, היעילות של ההנקה בתוספת האמצעים המקומיים עלולה שלא להספיק, ואז אין ברירה אלא להשתמש בגלולות שמיועדות להנקה. במצב כזה חשוב לקחת את הגלולה כל יום באותה שעה. אם בכל זאת מופיעים דימומים, יש להתייעץ עם רופא על אפשרות של לקיחת 'פרימולט נור' בנוסף לגלולה⁹.

כיום גם אישה מניקה יכולה, לאחר שעברה חצי שנה מהלידה, להשתמש בגלולות משולבות למניעת היריון, שמכילות, בנוסף לפרוגסטרוגן, גם אסטרוגן, בלי שהדבר יפגע בהנקה. המלצתנו במצב כזה היא להעדיף את השימוש בטבעת 'נובה-רינג', עקב המינון הנמוך של האסטרוגן שהיא מפרישה ועקב העובדה, שבשימוש בה יש פחות סיכון לתופעות לוואי.

חשוב לציין, שמטרת ההארכה של ימי הטהרה היא לאפשר התמודדות בצורה טובה יותר מבחינה זוגית ומשפחתית עם האתגר של ימי הקורונה. מטרת הארכת ימי הטהרה אינה כדי להימנע מטבילה במקווה עקב חשש לסיכון בטבילה במימי המקווה, שכן מימי המקוואות עוברים חיטוי מתאים, וכאשר שומרים על הוראות משרד הבריאות למניעת התקהלות, חשש ההדבקה אינו קיים.

ג. סוגים שונים של דימומים

ככלל, יש סיבות שונות להופעת דימומים בין וסתיים וכתמים. חלק מהדימומים אינם אוסרים, ואילו חלקם עלולים לאסור את האישה, אם הם נראים בהרגשה, בבדיקה פנימית, ככתם על דבר שמקבל טומאה וגודלו יותר מגריס וכדומה:

בין סוגי הדימומים שאינם אוסרים מבחינה הלכתית:

1. שריטות ופצעים באיזור פתח הנרתיק.
2. דימומים שמקורם מפי הטבעת כתוצאה מטחורים או מפיסורה.
3. דימומים כתוצאה מדלקת בדרכי השתן.
4. שאריות של דם בתולים שנראו בבדיקה פנימית או ככתם ולא אחרי יחסי אישות¹⁰.

8. משווקים כיום בדרך כלל באופן של נרות או של ניילון נמס שנקרא 'VCF'. מדובר באמצעי שאינו צריך מרשם רופא, ושהאישה מכניסה אותו לנרתיק זמן מסוים לפני התשמיש והוא יעיל לאותה פעם. בשימוש בו אין חשש לתופעות לוואי של דימומים, מצבי רוח וכדומה. לדעת רוב הפוסקים, השימוש בקוטלי זרע מותר כשיש היתר להשתמש באמצעים למניעת היריון, כיוון שלא מדובר בחציצה פיזית, ראה ספר פוע"ה שם (עמ' 421–422).

9. בעבר, כדי למנוע כתמים, הצענו לאישה לקחת גלולה כל 12 שעות במקום פעם ביום. כיוון שעצה זו לא תמיד פעלה בצורה יעילה, ביצע הרב ליאור שגב שליט"א, רב יועץ ופוסק במכון פוע"ה, מחקר רפואי רחב היקף, שבו התברר שהעצה להוסיף 'פרימולט נור' יעילה יותר בהפחתת הדימומים מאשר הכפלת המינון של הגלולות.

10. יש מחלוקת, אם דם בתולים אוסר רק בחיי אישות או גם במצב אחר. כיוון שהאיסור של דם בתולים הוא גזירה מדרבנן, נראה שיש ללכת אחרי המקילים בדבר, ראה ספר פוע"ה חלק א פרק ז – 'ביאת מצווה וראשית חיי הנישואין' (עמ' 91 הלכה לח).

5. תפרים לאחר לידה שנפתחו.
 6. רגישויות בנרתיק שגורמות לדימום כתוצאה מפטריות או מטפיל אחר.
 7. פציעה שנגרמת כתוצאה מריבוי בדיקות בנרתיק רגיש.
 8. דימומים כתוצאה מרגישות בצוואר הרחם. יש לציין, שבדימום כזה בדרך כלל האישה לא תרגיש כאב, כיוון שכמות העצבים בצוואר הרחם מעטה.
 9. יובש גדול בנרתיק שגורם לגירוי כתוצאה מצניחת רחם.
 10. פצעים שנצרכו על ידי רופא ונפתחו מחדש.
 11. פציעה נרתיקית כתוצאה מבדיקת רופא.
 12. אמצעי מניעה שמונח בנרתיק, כגון טבעת 'נובה רינג', דיאפרגמה או חוט של התקן תוך רחמי, שגורם לפציעת הנרתיק ולדימום.
- בין סוגי הדימומים שעלולים לאסור את האישה, אף על פי שהם מגיעים שלא בזמן הווסת:
1. אי סדירות הורמונאלית. מדובר באחד הגורמים המרכזיים לבעיות הכתמים.
 2. דם וסת שנשאר בנרתיק ולא נוקה קודם הפסק הטהרה.
 3. כתמים כתוצאה מהנקה.
 4. דימום בהיריון כתוצאה מהיפרדות שיליה.
 5. דימום כתוצאה משימוש בגלולות למניעת הריון, במיוחד גלולות שמכילות פרוגסטרון בלבד, כפי שהבאנו לעיל.
 6. דימום כתוצאה מנוכחות התקן תוך רחמי, כפי שהבאנו לעיל.
 7. דם ביוץ – דימום כתוצאה מירידה ברמות האסטרוגן אצל האישה בימים שסמוכים לביוץ.
 8. מחלות שונות שמשפיעות על המערכת ההורמונאלית וגורמות לדימום.
 9. תגובה נלווית לסרטן של רירית הרחם.
 10. בדיקות רפואיות וטיפולים רפואיים שונים בתוך הרחם, דבר שאוסר על פי שיטות מסוימות, במיוחד אם נגרמה הרחבה של צוואר הרחם.

ד. כיצד להימנע מכתמים אוסרים

ככלל, המטרה שעומדת לפנינו בהדרכות שלהלן, היא שמצד אחד במהלך כל הימים שבהם האישה מותרת, היא תדע את מצבה האמיתי, ומצד שני – היא לא תיאסר גם במצבים שבהם מופיעים כתמים.

מובן שכאשר יש אי סדירות של כתמים ודימומים, מדובר בבעיה רפואית. ממילא יש צורך להתייעץ עם רופא מומחה כדי לברר את סיבת הופעת הכתמים ולקבל פיתרון רפואי מתאים.

עד למציאת הפיתרון הרפואי וכדי למנוע בעיות שאוסרות את האישה, יש ללמד אותה מה עליה לעשות.

יש שתי שיטות עיקריות אצל פוסקי הדור האחרון כיצד יש להתייחס לכתמים, שסביר להניח שהמקור שלהם הוא מהרחם:

לפי השיטה הראשונה, שעם האוחזים בה נמנים הגאון הרב שמואל הלוי וואזנר, הגאון הרב ניסים קרליץ, הגאון הרב משה הלברשטאם ועוד, יש ללכת על פי רוח ההלכה, ולכן ברגע שאישה ראתה דם, שהיא יודעת שיצא מהרחם, אף על פי שהוא יצא ללא הרגשה והאישה ראתה אותו על דבר שאינו מקבל טומאה, יש להחמיר בו ולאסור את האישה. ממילא, אם האישה ראתה כתם דם על בגד צבעוני בהיר, וברור לה שהוא הגיע מהרחם, היא נאסרת¹¹. לשיטה זו, האפשרות היחידה שלא להיאסר מכתמים היא שהאישה תלבש תחתונית שחורה או בגד תחתון שחור, כדי שהיא לא תראה את הכתם.

לפי השיטה השנייה, שעם האוחזים בה נמנים הגאון הרב עובדיה יוסף, הגאון הרב שלמה זלמן אויערבאך, הגאון הרב מרדכי אליהו, הגאון הרב יעקב אריאל ועוד, יש ללכת על פי כללי ההלכה, ואם התורה לא אסרה את האישה, וגם חכמים לא אסרו אותה, למה להחמיר¹²?

העצות שנביא להלן מסתמכות על השיטה השנייה:

1. ראשית, ללבוש תמיד לבנים צבעוניים בצבעים בהירים – צבעי פסטל¹³. לבנים בצבע ורוד או כתום בהיר אינם מתאימים, כיוון שכתם בצבע חום, שאין בו שום חשש, עלול להיראות על גביהם כדם אדום, ובכך להכניס את האישה ללחץ מיותר.
2. אפשרות נוספת היא ללבוש תחתונית לבנה ולסמוך על הפוסקים שסוברים, שתחתונית לא מקבלת טומאה¹⁴, ולכן כתמים שנראו עליה ללא הרגשה – לא יאסרו את האישה אפילו אם הם בגודל של למעלה מגריס¹⁵.
3. במקרה שבו האישה רואה כתם – אין לבדוק בדיקה פנימית שעלולה לאסור את האישה. ודאי שאם האישה תבדוק והבדיקה תימצא נקייה, היא תהיה מותרת לבעלה

11. כששוחחתי עם הגר"ש וואזנר על מקרה שבו אישה ראתה כתם מעל גריס על לבנים בצבע צהוב, הוא ענה לי שפשוט יש להחמיר בו, שהרי לא מסתבר שהוא הגיע ממקום אחר.

12. התייחסות למחלוקת העקרונית שבין הפוסקים על כתם שברור שבא מגופה של האישה הובאה בספר פוע"ה כרך ראשון פרק יא – 'מתי אישה נאסרת – מבוא הלכתי' (עמ' 123 הלכה ג) ובפרק יג – 'כתמים' (עמ' 151 הלכה ז). וראה עוד להלן, במקורות השונים להצעות ההלכתיות שיוכאו.

13. כגון צהוב בהיר, תכלת, ירוק בהיר. ראה ספר פוע"ה שם (עמ' 152 הלכה י).

14. ראה ספר פוע"ה שם (עמ' 154 הלכה כג), שכן דעת הגר"ש אויערבאך, הגר"ע יוסף, הגר"י אריאל, הגר"א נבנצל, הגר"א וייס ועוד.

15. זה שנים רבות, אנו מנסים להסדיר ייצור מסחרי של תחתוניות צבעוניות בצבעים בהירים, כדי שגם לדעת הפוסקים המחמירים שתחתונית מקבלת טומאה (ראה ספר פוע"ה שם שזו דעתם של הגר"א אליהו, הגר"ד ליאור ועוד), אפשר יהיה להיעזר בעצה זו. אמנם קיימות בשוק תחתוניות שחורות, אך שימוש בהן אינו משתלב עם העיקרון שאנו מציעים במאמר זה – להיות מודעים למצב מבלי להיאסר.

ללא שום מקום לחשש, אך יש סיכון גדול שהיא תראה דם בבדיקה, ובכך תיאסר. יש לציין, שאף הפוסקים שהורו לבדוק בדיקה פנימית כשיש כתמים, הודו שאין כאן חובה הלכתית גמורה¹⁶.

בהקשר לכך, ראוי לצטט את דבריו של שו"ת חשב האפורד (חלק ג סימן צט):

ואני נעמדתי מרעיד, ותימה תימה אקרא על הוראה זו, כי פירושו של דבר, שאישה טהורה על פי הדין, משתדלים לעשות אותה רואה דם ולטמא אותה. ואני זכיתי לשמש את גדולי המורים זקני הרבנים מורי ההוראה שבירושלים, וראיתי כמה פעמים שהיה פשוט להם בתכלית הפשטות, בבוא אליהם אישה שמצאה כתם, שאם המצב הוא שיש לטהרה מדין כתם, היו מטהרים אותה מייד בלי שום היסוס או פקפוק. ואיך יעלה על הדעת, שאם תבוא אישה לפנינו שעל פי הדין היא טהורה, לגרום לטמאה לבעלה?

4. במקרה שבו האישה רואה כתם, אף על פי שמדובר בכתם שאינו אוסר, יש להורות לזוג למעשה לא לקיים יחסי אישות בסמוך לראייה¹⁷. הפרישה היא דווקא מקיום יחסי אישות, אך אין חשש בחיבוק ונישוק, שהרי בני הזוג מותרים.
5. לאחר שעובר זמן מראיית הכתם האחרונה, והקינוחים אחרי הטלת שתן נקיים לחלוטין¹⁸, אפשר לחזור גם לקיום יחסי אישות¹⁹.
6. אישה שרואה כתם ללא הרגשה על בגד צבעוני או על דבר שאינו מקבל טומאה, מעיקר הדין אינה צריכה לשאול עליו, שכן הכתם אינו אוסר אותה. למרות זאת, באופן מעשי, אם מדובר בכתם גדול, ראוי שתשאל עליו²⁰.

16. ראה ספר פוע"ה שם (עמ' 159–160).

17. ראה ספר פוע"ה שם (עמ' 159 הלכה לז).

כאשר הראיתי את דף הסיכום של העצות שמופיעות כאן לגר"ש וואזנר, הוא אמר שעל אף הקולות המופלגות שהוא רואה, הוא בכל אופן שמח לראות ששמים גבולות.

18. על האופן שבו אפשר להסתכל על קינוח אחרי הטלת שתן מבלי להיאסר, ראה להלן.

19. משך זמן זה משתנה בין הנשים, וכל אחת תנהג לפי היכרותה עם גופה, אולם במשאל שערכנו בקרב נשים רבות, הן אמרו שאם במהלך יום או יומיים שלאחר ראיית הכתם הן אינן רואות כתמים נוספים, והקינוחים לאחר הטלת השתן נקיים, מסתבר להן באופן ברור שאין חשש שהן תראינה כתמים נוספים. מובן, שאישה שיודעת את סיבת הכתמים, כגון אחרי הנקה וכדומה, יכולה לסמוך על מציאות זו, ולנהוג היתר בהתאם לכך.

20. בזמנו שאלתי את הגאון הרב יעקב שכנזי מה נחשב לכתם גדול, והוא אמר לי שזקני הרבנים הספרדים בירושלים הורו, שאם אישה רואה כתם שגודלו מעל שלושה גריסים (גריס הוא בערך בגודל של מטבע של שני שקלים), אפילו על בגד צבעוני – ראוי שתשאל מה לעשות. כדי שהדבר יהיה מעשי יותר, תרגמנו את הדבר בדרך המתאימה לדורנו: אישה שרואה כתם שגודלו מעל רבע "כרטיס אשראי" – תשאל שאלת חכם. ברור שכמות כזו שנראתה על בגד צבעוני בלי הרגשה – מותרת, אך ראוי לקבוע מדד מסוים.

7. אישה שרואה כמות גדולה של דם, כדוגמת כמות ששווה בעיניה לכמות של חצי וסת – תיאסר, גם אם היא ראתה אותו ללא הרגשה ורק על בגד צבעוני או על דבר שאינו מקבל טומאה²¹.
8. מובן, שאם אישה ראתה כתם על בגד לבן, חלים עליו כל דיני הכתמים, ואם גודלו מעל גריס הוא אוסר.
9. למרות כל האמור לעיל, נשים שהכתמים גורמים להן למתח גדול, העצות שכתבנו אינן מתאימות להן, ועדיף שתלבשנה בגד צבעוני כהה או עם תחתונת שחורה.

ה. כללי ראיית דם בקינוח אחרי הטלת שתן

עקב המחלוקות הרבות שקיימות בראיית דם לאחר הטלת שתן, פוסקים רבים הורו, שאין לאישה להסתכל על נייר הקינוח. באופן מעשי, הוראה זו קשה מאוד ליישום, שכן נשים רבות מסתכלות באופן אינסטינקטיבי על נייר הקינוח על אף שהן מכירות את העצה שלא להסתכל. כיוון שאחת הסיבות להחמיר בקינוח אחרי הטלת שתן, היא החשש שהאישה הרגישה את יציאת הדם, אך לא שמה לב לכך עקב יציאת השתן שהקתה את ההרגשה, אם הקינוח אינו סמוך להטלת השתן פשוט יותר להקל. לכן אנו ממליצים לאישה לספור עד עשרים או עד שלושים, ורק אז לקנח, כך שגם אם היא תראה מראה אדום, יהיה יותר קל להתייחס אליו ככתם ולא כראייה²².

כמו כן, אף על פי שיש עדיפות לשימוש בנייר טואלט צבעוני, נמליץ לכל אישה לא להשתמש בנייר טואלט בצבע ורוד וכדומה, כי מתוך הניסיון, לפעמים נשארים באזור שאריות, שנראות על גבי עד הבדיקה כדם.

הדבר החשוב ביותר הוא שהאישה ובעלה לא יחליטו לבדם, שהם אסורים עקב ראיית דם על נייר טואלט אחרי הטלת שתן. מן הראוי שהם יתייעצו עם רבנים פוסקים בעניינים אלו.

ו. התנהגות בשבעה נקיים לאישה שסובלת מכתמים

העצות שכתבנו לעיל מתאימות לזמני הטהרה. אולם יש נשים שסובלות מכתמים גם במהלך שבעת הימים הנקיים, באופן שמקשה עליהן מאוד להיטהר. במצבים כאלו אנו ממליצים לאישה להתייעץ עם רב פוסק כדי לקבל הדרכות, פסקים ועצות כיצד עליה לנהוג.

21. בדברי חז"ל והפוסקים אין התייחסות ברורה לשאלה, מהי כמות הדם שנראה ללא הרגשה ושעדיין יכולה להיקרא בשם כתמים, ומהי הכמות שיש לקרוא לה וסת, אבל ישנן כמיות קטנות שברור שניתן להן דין של כתם, וכמיות גדולות שניתן להן דין של וסת. ראה בעניין זה בספר פוע"ה שם (פרק יא עמ' 123 הלכה ד ופרק יג עמ' 152 הלכה ט).

22. ראה ספר פוע"ה שם (עמ' 156 הלכות כה וכו). כל זה לכתחילה, אך גם כשהאישה לא המתינה זמן זה לפני הקינוח, אמר לנו הגר"ע יוסף, שאף אישה נורמאלית אינה מקנחת בסמוך מאוד להטלת השתן, ועל כן בכל אופן יש להקל בקינוחים שלאחר הטלת שתן ולא לומר כאן שמא האישה הרגישה את יציאת הדם ולא שמה לב.

בכל מקרה, כדאי שהרב הפוסק ידע להמליץ על חלק מהעצות הבאות:

1. במצבים שבהם האישה מתקשה להיטהר, אפשר לוותר על הנחת מוך דחוק לאחר ביצוע בדיקת הפסק הטהרה²³.
2. ללבוש תמיד תחתונית לבנה. כך, מצד אחד, יותר קל לדעת את האמת ולשאול במידת הצורך, ומצד שני – אפשר לסמוך על הפוסקים שראינו לעיל, שסוברים שתחתונית אינה מקבלת טומאה. בשבעת הנקיים הדבר אף עדיף על שימוש בלבנים צבעוניים בהירים, כיוון שבימים אלה האישה צריכה ללבוש בגד לבן צמוד ונקי, והתחתונית יכולה לענות על תנאים אלו²⁴.
3. לא לבצע בדיקות של שבעה נקיים בימים שבהם מופיעים כתמים, אלא רק בימים שבהם התחתונית והקינוחים בנייר אחרי הטלת השתן נקיים לחלוטין²⁵.
4. אף על פי שמבחינה הלכתית, בדיעבד די בבדיקות בימים הראשון והשביעי לנקיים כדי לטבול²⁶, לא כדאי להמליץ לאישה לבדוק רק בימים אלו, אלא להוסיף עוד בדיקה באמצע הימים הנקיים. הטעם לכך הוא, שהאישה עלולה לשכוח לבצע בדיקה ביום השביעי, או שעלולים להגיע ליום השביעי ללא יכולת לבצע בדיקה עקב כתמים, שבאופן כמעט ודאי יגרמו לכך שהבדיקה לא תהיה טובה, והאישה תצטרך לבצע הפסק טהרה ולספור שבעה נקיים מחדש. במצב שבו האישה לא ביצעה שום בדיקה מאז היום הראשון לנקיים, אם היא לא מבצעת בדיקה ביום השביעי לנקיים, היא צריכה להתחיל מעיקר הדין את ספירת הנקיים מחדש. לעומת זאת, אם האישה ביצעה בדיקה באמצע, היא יכולה לדחות את הטבילה ביום, לבצע בדיקה ביום השמיני, ואז לטבול²⁷.
5. בשעת דחק גדולה חשוב לזכור שיש שלושה גדולי עולם שסברו, שהעיקר "שלא יהיו מעל חמישה ימים שאינם בדוקים", הלא הם הדגול מרבכה (יורה דעה סימן קצו), בעל ה"שואל ומשיב" (דברי שאול יוסף דעת חלק א עמ' צז) וערוך השולחן (יורה דעה סימן קצו סעיף כה). היתר זה שמור לשעת דחק גדולה בלבד, שכן לדעת רוב הפוסקים, שתי הבדיקות

23. ראה ספר פועה שם פרק יב – הפסק טהרה ובדיקות שבעה נקיים (עמ' 136 הלכה כט).

24. אמנם יש טוענים שכל העניין של בגד לבן הוא כדי שאם יהיה כתם, האישה תיארס, כשגודל הכתם הוא למעלה מגריס, ואם כן לסוברים שתחתונית אינה מקבלת טומאה – אין שום עניין בתחתונית לבנה. אך יש מקום לומר, שמטרת הבגד הלבן היא שהאישה תהיה מודעת למצבה בשבעת הנקיים, וזה מתקיים גם בתחתונית. אמנם הגר"ע יוסף אמר לנו, שלדעתו, אישה שמתקשה להיטהר, עדיף שתלבש בשבעת הנקיים בגד צבעוני ולא תחתונית לבנה.

25. הגאון הרב יעקב אריאל הסביר את ההיגיון בכך, ששבעת הנקיים הכוונה היא שבכל פעם שהאישה בודקת, זה יוצא נקי.

26. ראה שולחן ערוך יורה דעה (סימן קצו סעיף ד).

27. ראה שו"ת נודע ביהודה (תניינא יורה דעה סימן קכח).

- שמעכות אפילו בדיעבד, צריכות להיות דווקא ביום הראשון וביום השביעי²⁸. בכל מקרה, הסתמכות על קולא כזאת מחייבת בכל פעם שאלת חכם.
6. לא כדאי לבצע בדיקה פנימית של שבעת הנקיים מייד כשקמים בבוקר, כדי שאם הצטבר במהלך הלילה דימום, הוא ייראה על התחתונית ככתם, וכפי שנכתב לעיל, אפשר להקל בו, ולא בבדיקה פנימית שאוסרת.
7. פעמים רבות ניתן להיעזר בבודקת טהרה – אחות מוסמכת יראת שמיים, שהוכשרה למצוא פצעים, אשר תוכל לזהות, שסיבת הדימום אינה רחמית. לצורך כך יש גם אפשרות להגיע לבודקת בסמוך לשקיעה, והיא תעשה הפסק טהרה וכן בדיקה לאחר צאת הכוכבים, שתיחשב כבדיקה הראשונה של היום הראשון לנקיים²⁹.
8. ככלל, אין לשטוף את הנרתיק לפני ביצוע בדיקה במהלך שבעת הימים הנקיים. שטיפה מתאימה רק לפני בדיקת הפסק טהרה, שבה מעוניינים לדעת מה המצב מכאן ואילך, ולא בבדיקה מייצגת של שבעה נקיים³⁰.

ז. סיכום

בכל זמן, אך בייחוד בתקופת הקורונה, חשוב מאוד לדאוג, שבני הזוג יהיו מותרים זה לזו ככל האפשר, כמובן תוך שמירה על גדרי ההלכה.

יש אפשרות להאריך את ימי הטהרה באמצעות שימוש בגלולות למניעת היריון או בכדורים לדחיית הווסת, וחשוב לדעת, שלעתים יש אפשרות להיעזר בכך.

אצל נשים שסובלות מדימומים בין וסתיים ומכתמים, האתגר גדול עוד יותר. מעבר לצורך בבירור סיבת הדימומים, אם הם אוסרים או לא, ובמתן פיתרון רפואי נכון לבעיה, הבאנו לעיל דרכים הלכתיות מקובלות כדי לא לאסור את האישה בימי טהרתה וכדי לאפשר לה להיטהר בהקדם לאחר קבלת וסת.

נשים רבות תמהות, כיצד ניתן לעשות "הערמה" הלכתית באופנים שתיארנו בגוף המאמר. בשאלה זו שוחחתי בזמנו עם הרב ישראל הס זצ"ל, והוא הפנה אותי למאמרו של שופט בית המשפט העליון לשעבר משה זילברג – 'כך דרכו של תלמוד'. לדבריו, במשפט אנושי יש 'לקונות' - חוסרים בחוק, שהמחוקק לא נתן את דעתו עליהן. לעומת זאת, בהלכה האלוקית אין הדבר כן, כיוון שכאשר הקב"ה נתן את תורתו, הוא הכניס מראש את ה'קולות', לא כ'לקונות', כי אם כדרך של תורת חיים. ממילא, "הערמה הלכתית" כדוגמת מכירת חמץ, אינה רמאות, אלא דרך הלכתית נכונה ואמיתית שהקב"ה אפשר אותה, כדי

28. ראה ספר פוע"ה שם (עמ' 139 הערה 63) רשימה של הפוסקים שכתבו כך.

29. ראה ספר פוע"ה שם פרק יד – 'דם מכה (דם פצע)' (עמ' 172 הלכה יז). אך ראה שם (הערה 48), שיש שהחמירו לא להחשיב את הבדיקה לאחר צאת הכוכבים כבדיקת יום ראשון לנקיים, ולכן אין לנהוג כן אלא בשעת הדחק.

30. ראה ספר פוע"ה שם (פרק יב עמ' 147 הלכה עח), וראה שם, שיש שכתבו שאין בעיה לבצע שטיפה פנימית במהלך שבעת הימים הנקיים.

שסוחרים שמחזיקים כמות סיטונאית של חמץ, לא יתמוטטו כלכלית כל שנה בפסח. כך הדבר גם בעניין שלפנינו.
יהי רצון שהקב"ה יזכנו לחיים טובים ולבריאות איתנה, ולא נזדקק לקשיים ולהיתרים שונים³¹.

31. בזהירות אכתוב כאן, שאולי הקב"ה שלח את הקורונה, כדי שנחשוב ונמצא פתרונות הלכתיים ורפואיים לאתגרים שהיא מציבה בפנינו.