



עמותה לחולי דמנציה אלקטרימי
ומחלות דומות בישראל (עיר)



ייעוץ הלכתי-אתי
לחולה ולבני המשפחה



ארגון רבני צהר
היהדות של נולנו

פסח וליל הסדר לאדם עם דמנציה ומשפחתו



חוברת זו היא פרי חשיבה משותפת של עמותת עמדא וארגון רבני צהר, המשתפים פעולה במהלך כל השנה; חשיבה משותפת על אדם עם דמנציה וצרכיו המיוחדים ועל המשפחה הסובבת אותו והתמודדותה - במהלך כל השנה ובימי מועד בפרט. חג הפסח, ליל הסדר וימי ההכנות שלפניהם מְזמנים אירועים רבים שיש בהם חריגה מהשגרה ומפגשים משפחתיים רבי משתתפים. אירועים כאלו יכולים להביא - גם לאדם רגיל - ברכה מצד אחד ומתח וחרדה מצד שני. אדם עם דמנציה עלול לחוות את המתח והחרדה בצורה קיצונית הפוגעת בו קשות. הבנת האתגרים הכרוכים בימים אלה והתכוננות לקראתם עשויות להביא תועלת לאדם עם דמנציה ולמשפחתו.

**אנו תקווה שהעצות המובאות כאן יסייעו לכולם
לחגוג את ימי הפסח בשמחה ובשלווה.**

אתם מוזמנים לפנות אלינו להתייעצות

עמותת עמדא

*8889

ארגון רבני צהר

*9253



**להורדת הגדה של פסח מותאמת לאנשים עם דמנציה
ולחומרים נוספים, לחצו כאן <<**

לקראת חג הפסח

א. הכנות לפסח

1. ניקיון לחג: אדם עם דמנציה איננו מודע תמיד לזמן ולמקום, ולכן שינויים בגורמים אלו עלולים להביא איתם חרדה ובלבול. כדי לצמצם תחושות אלו, מוטב להתחיל את הניקיונות לחג סמוך ככל האפשר לחג ולעשות רק את הדברים הכרחיים, שעיקרם ביעור החמץ מהבית. יש להקפיד לעשות זאת בלא לחץ ובאווירה רגועה.

2. סידור ארונות: סידור הבית איננו קשור לדיני פסח ואיננו הכרחי. בדרך כלל, השגרה טובה לאדם עם דמנציה. לכן מוטב שלא לקשור לחג עבודות שגורות עימן שינויים במרחב הביתי, תוך כדי הניקיונות והסדר. אם עושים זאת, כדאי לסדר את הבית והארונות כשהאדם עם הדמנציה איננו בסביבה. אם הוא נמצא בסביבה והתהליך מלחיץ אותו - אפשר לנסות לשתף אותו בעשייה; אם לא - יש לעצור ולהמשיך בהזדמנות אחרת.

3. אוירת לחץ בכניסה לחג: ההכנות לחג הפסח רבות ולעיתים הן גורמות ללחץ במשפחה. חשוב להימנע מכך כאשר אדם עם דמנציה נמצא בבית. החיפזון והאווירה הלחוצה עלולים לגרום לחרדה שאדם הסובל מדמנציה איננו מסוגל להתמודד עימה ומוטב תמיד להתנהל לידו באופן מדורג ואיטי. הדבר נכון גם לגבי המטפלים באדם עם הדמנציה: יש להיזהר שלחץ הניקיונות לפסח לא יביא אותם לקריסה ולחוסר יכולת לספק את צורכי המטופל.

ב. ביעור חמץ

1. אף שהמנהג הוא להקפיד ולבער כל פירור של חמץ מהבית, ההלכה איננה מחייבת זאת. **לפי ההלכה לא נדרש לבער אלא חתיכות חמץ בגודל של קופסת גפרורים ('כזית').** ברוב הבתים, לאחר ניקוי רגיל של הבית אין מצויים פירורים בגודל כזה (פירורים בגודל כזה יימצאו בדרך כלל בילקוטי הילדים, ברכב וכמובן במטבח). מכיוון שאין חיוב גמור לבער פירורים בגודל של פחות מ'כזית', ההדרכה היא לבער פירורים אלה בהתאם למידת היכולת ולמידת המצוקה שעלולה להיגרם לאדם עם דמנציה כתוצאה מהמאמצים שיוקדשו לביעור.

2. אם אדם עם דמנציה איננו יכול לבדוק חמץ בעצמו, אחד מבני המשפחה יבדוק בעבורו - גם אם הוא איננו מתגורר בביתו.

3. אחרי בדיקת החמץ בלילה שלפני הפסח, ושוב לאחר ביעור החמץ בבוקר ערב פסח, יש לבטל את החמץ (הנוסח מופיע בתחילת הגדה של פסח). כאשר האדם עם הדמנציה אינו מסוגל לבטל את החמץ, יבטלו אחד מבני המשפחה.

ג. מכירת חמץ

אדם עם דמנציה שהיה רגיל למכור את החמץ, ניתן למכור בעבורו את החמץ גם אם אי אפשר לקבל ממנו הסכמה מודעת. אם לא היה רגיל למכור, עדיף לבער; אך אם יש בכך טרחה גדולה - ניתן למכור.

ד. תענית בכורות

אדם עם דמנציה שאינו מסוגל לזכור שתענית בכורות חלה בערב החג - פטור ממנה.

ה. השתתפות אדם עם דמנציה בסעודות החג

הכלל היסודי בשאלות הכרוכות באדם עם דמנציה הוא שיש להכריע בנושאים השונים רק לאור טובתו. כל שינוי בשגרת חייו של אדם עם דמנציה עלול לגרום לו בלבול, אי-שקט, שוטטות וירידה מנטלית נוספת. לכן יש לבדוק היטב אם הוא מסוגל להיות מחוץ לביתו, למשך איזה זמן ובעיקר - אם 'ירוויח' מזה דבר-מה או שהשינוי רק יעיק עליו. מאידך גיסא, ההשתתפות עם המשפחה בשמחה, שמיעת השירים המוכרים וכיוצא בזה עשויות להועיל לו ולחזק את רוחו. לכן יש לשקול את טובתו בזהירות.

ו. מטפלים זרים

בהכנות לפסח ובליל הסדר יש שינויים רבים מהשגרה שהעובד הזר איננו מודע אליהם. כדי להקל עליו ועל המטופל, חשוב להדריך אותו מראש בעיקרי הדברים. כדאי להכין אותו למציאות המורכבת במטבח בזמן הניקיונות וההכשרות, כאשר חלק מהמטבח עודנו חמץ וחלקו כשר לפסח; לשינויים במוצרי המזון במהלך החג; לאיסור הכנסת חמץ לבית; לאופי ליל הסדר (היכן חוגגים? מי מגיע?); וכן להדריך אותו להימנע ממזיגת יין.



ליל הסדר

א. עצות

- 1.** כדי להקל על אדם עם דמנציה, מומלץ לצמצם ככל הניתן את השהות מחוץ לביתו ולסביבתו המוכרת.
- 2.** חשוב להביא לליל הסדר חפצים מוכרים, שהאדם עם הדמנציה קשור בהם, כגון ההגדה שהוא רגיל אליה, כרית מסוימת וכדומה. כמו כן יש לשים לב לנוחות הישיבה ולישיבתו במקום שקט בשולחן הסדר.
- 3.** חשוב שהאדם יהיה לבוש בגדים נוחים שקל להחליפם במידת הצורך. לכן עדיף להימנע מלבישת בגדי חג חדשים ופחות נוחים.
- 4.** כדאי להגיע למקום האירוח בשעה מוקדמת כשהאווירה עודנה שקטה ורגועה, כדי שהאדם עם הדמנציה יוכל לבחון את המקום ללא המולה.
- 5.** חשוב להצמיד אדם קרוב לאדם עם הדמנציה - כדי שיוכל 'לתווך' לו את הסדר ולשים לב לצרכיו במהלך הערב.
- 6.** מומלץ להכין גרסה מודפסת של החלקים העיקריים בהגדה (החלקים שחובה לומר; ראו בהמשך) כשהם מופיעים באותיות גדולות ומרווחות למתקשים בקריאה.
- 7.** אדם עם דמנציה 'חי את הרגע' ולכן יש להתאים את הערב ליכולותיו ולכוחותיו. כדאי - ככל שניתן - להציע לו להיות שותף בליל בסדר ולקרוא את מה שהוא יכול. כשרואים שסבלנותו הולכת ופוקעת, יש להזדרז, לשיר מעט שירים ולסיים.
- 8.** חשוב לאפשר לאדם לפרוש לחדרו, למנוחה לפי הצורך. אפשר גם לארגן מקום מנוחה בסלון שיהיה מרוחק מעט מהמולת שולחן החג.
- 9.** כאשר הדבר מתאים, ניתן לתכנן מראש את הסדר בשני שלבים: לערוך סדר קצר תוך התמקדות בשותפותו של האדם עם הדמנציה; ואחר כך להתמקד בילדים ובשאר המסובים.
- 10.** במידה שהאדם עם הדמנציה איננו מסוגל להשתתף כלל בליל הסדר, מומלץ לעשות איתו "מיני ליל הסדר" עוד לפני כניסת החג. ב"ליל סדר" זה תהיה אווירה משותפת ונעימה - עם עדיפות לנוכחות של בני משפחה קרובים - שילוב מאכלים מסורתיים, כמו מצות, כרפס, חרוסת וכדומה ושירת שירי החג.

11. אם אדם עם דמנציה רוצה לערוך את הסדר כפי שהיה רגיל בשנים קודמות ואנו יודעים שלא יצליח לעמוד בכך - כדאי לסייע לו ולערוך את הסדר יחד איתו במתכונת מודולרית. אפשר למצוא דרך שבה אדם אחר עורך את הסדר במלואו ונותן לאדם עם הדמנציה לנהל את מה שניתן, כך שיחוש כאילו הוא עורך הסדר. התגמשות והתאמה לאדם עם הדמנציה הכרחיות במקרים כגון זה.

12. שירים מוכרים ומנגינות שגורות יכולים לשמח את ליבו של אדם עם דמנציה ולעורר בו זיכרונות עבר נעימים. מומלץ לשיר איתו ולשיר לו, בכל יום ובמיוחד בליל הסדר.

13. חשוב להכין את הילדים ושאר הנכחים להתנהגויות חריגות אפשריות ולהציע דרכי תגובה.

14. ליל הסדר הוא מפגש משפחתי מורחב ועל כן אדם עם דמנציה עלול להביע געגוע ולשאול על מקומו של בן משפחה שנפטר. יש לדבר דברים טובים על בן המשפחה המבוקש ולהימנע מתיקון ה"טעות". אפשר לציין שהוא בדרך, מתעכב או חוגג במקום אחר ולהסיט את השיחה לעניין אחר.

15. לסיכום, ליל סדר שבו משתתף אדם עם דמנציה עשוי להיות מאתגר ויש להתכונן אליו כדי שיחלוף באופן חיובי. בשלב מתקדם של דמנציה, ההשתתפות בליל הסדר איננה חובה! לחץ לא ישפר את האווירה ואילו אווירה נינוחה עשויה לגרום לאדם עם הדמנציה ולמשפחתו לחוות חוויות טובות. הפער בין תפקודו של בן המשפחה עם דמנציה בעבר לבין מציאות העכשווית קשה אומנם מבחינה רגשית, אך חשוב שלא לשקוע לדכדוך אלא ליהנות מהכאן והעכשיו, גם אם אין זו המציאות האידיאלית!

ב. הלכות

1. אף שמצווה שלא לאכול סעודה גדולה סמוך לליל הסדר, במקרה של אדם עם דמנציה - הדבר מותר. ניתן לתת לו לאכול גם בזמן הסדר אף אם טרם הגיע הזמן לכך.

2. אדם עם דמנציה איננו מחויב במצוות ליל הסדר כאשר אין הוא מסוגל לקיים את הסדר לבדו. לכן צריך להתאים את ליל הסדר בעבורו ולא להכביד עליו. חוויית ליל הסדר חשובה מאוד וניתן ליצור אותה בצורה רגועה וללא לחץ.

3. מצה, מרור וארבע כוסות

אדם עם דמנציה המתקשה באכילה ובבליעה וההתנהלות היומיומית סביב אכילתו מורכבת וכרוכה בטרחה גדולה ובצער - פטור ממצוות האכילה של ליל הסדר. אם יש באפשרותו לאכול ללא טרחה, יאכל לכל הפחות כזית מצה - בגודל שליש מצה (17)

גרם) או אפילו רביעית מצה (11 גרם) - וכן עלה בינוני של חסה למצוות מרור (ואם אינו יכול - יאכל פחות מעלה וישמע את הברכה מאדם אחר). בכל כוס מארבע הכוסות, צריך לשנות רוב של רביעית - 44 סמ"ק. שתיית היין צריכה להיות על סדר ההגדה. לכן, למשל, אדם עם דמנציה שאיננו מסוגל להישאר לאמירת ההלל ישתה רק שלוש כוסות.

4. סיפור יציאת מצרים

מבחינה הלכתית ניתן לספר את סיפור יציאת מצרים בדקות ספורות. כמובן יש ערך לעריכת ליל הסדר באריכות ו"כל המרבה לספר ביציאת מצרים הרי זה משובח", אך חשוב שלא להאריך את ליל הסדר מעבר ליכולתו של האדם עם הדמנציה. את הקטעים החשובים מבחינה הלכתית מומלץ לומר בקצב איטי יותר, כך שהאדם עם הדמנציה יוכל לעקוב ולהשתתף באמירתם. נוסף לכך, קטעי שירה שבהגדה, גם אם אינם חשובים מבחינה הלכתית, יכולים להיות נקודת חיבור משמעותית של אדם עם דמנציה לליל הסדר והם עשויים לעורר בו זיכרונות נעימים.

המינימום הנדרש הוא: (1) קידוש; (2) שאלת "מה נשתנה"; (3) "עבדים היינו" עד "הרי זה משובח" - או לפחות המשפט הראשון; (4) "מתחילה עובדי עבודה זרה" עד "ויעקב ובניו ירדו מצרים" - או לפחות המשפט הראשון; (5) "רבן גמליאל היה אומר כל שלא אמר" עד "בכל דור ודור"; (6) תחילת ההלל; (7) ברכת גאולה ("אשר גאלנו") וכוס שנייה. אם יש מספיק סבלנות, ניתן להוסיף: "צא ולמד" עד "עצום רוב" וחלק מהדרשות שבהמשך הקטע.

5. ברכת המזון והלל

החלק האחרון של הסדר הוא ברכת המזון והלל, יחד עם כוס שלישית ורביעית. בשלב זה, ייתכן שהאדם עם דמנציה יהיה עייף. אם בני המשפחה רוצים להאריך בסעודה ובחלקים שאחריה, אפשר שאחד מבני המשפחה יאמר יחד איתו נוסח מקוצר. ההלל שלאחר הסעודה מורכב משני חלקים וגם משתי חתימות; וכשיש צורך לקצר - ניתן לומר רק חלק אחד, שהוא ההלל שאומרים גם בימים אחרים. זהו הסדר: (1) ברכת המזון וכוס שלישית; (2) הלל - מ"לא לנו ה" עד "אלי אתה ואודך... כי לעולם חסדו" (ובמקום הצורך ניתן לקצר); (3) ברכת ההלל - "הילוך ה" עד "מלך מהולל בתשבחות", ללא "נשמת"; (4) כוס רביעית וברכה מעין שלוש.

6. השירים בסוף ההגדה, ואלו שבתוך ההגדה.

לשירים שלאחר ההלל אין מעמד הלכתי. גם מנגינות מוכרות, כגון "והיא שעמדה" או "דיינו", הן קטעים בעלי חשיבות הלכתית משנית. אך שירים מיטיבים עם הנפש והמנגינות הקבועות של שירי ליל הסדר יכולות לשמח אדם עם דמנציה ולרומם את נפשו. אפשר לחרוג מהסדר הקבוע של ההגדה ולשיר את השירים גם אם עדיין לא הגיע זמנם.

ימי הפסח

א. חמץ

- 1. אכילת חמץ:** אין להאכיל אדם עם דמנציה בחמץ, גם אם אינו מודע לכך. במקרה של צורך חיוני - הדבר מותר כמבואר בסעיפים הבאים.
- 2. כשרות המזון:** אדם עם דמנציה שניזון ממזון רפואי ייעודי (כגון אנשור) וזהו מזונו העיקרי - יש לראות מזון זה כנדרש לצורך פיקוח נפש ומותר לתתו לו גם אם אינו כשר לפסח. מובן שאם קיים תחליף כשר לפסח, יש להשתמש בו.
- 3. הזנה בזנדה או בפג:** ניתן להזין אדם עם דמנציה גם אם המזון אינו כשר לפסח, שכן אין זו ממש אכילה.
- 4. תרופות** אינן ראויות לאכילה ועל כן אין להימנע ממתן תרופה לאדם עם דמנציה.

ב. חול המועד

- 1. אדם עם דמנציה שאיננו אוהב את המאכלים המיוחדים לפסח (כגון מצות) -** יש לגוון את המאכלים האפשריים ולתת לו מאכלים אחרים (להגדיל את כמות פירות, להאכילו קרקרים טעימים כשרים לפסח). אם האדם עם הדמנציה מבקש מאכל לא כשר לפסח, ננסה להציע לו חלופה מתאימה אחרת. אין טעם לערוך דיון סביב הבקשה לאכול חמץ בפסח אלא פשוט להציע חלופה.
- 2. הנחת תפילין וגילוח:** אדם עם דמנציה עשוי לבקש בימי חול המועד להניח תפילין או להתגלח - כפי שהוא רגיל בשאר הימים. בשני המקרים, אין חובה למנוע זאת ממנו וניתן להניח לו לנהוג כפי שהוא רגיל בשגרה.
- 3. חול המועד הוא זמן מאתגר ומבלבל שיש בו יציאה מן השגרה.** מאידך גיסא, יש בו גם הזדמנות - המשפחה פנויה יותר ויש זמן פנוי לשהות לצד האדם עם הדמנציה ולהתחבר אליו. כדאי לנסות וליהנות מהזמן המשותף ולהופכו לזמן איכות. פעמים רבות, העלאת זיכרונות ילדות היא פעילות מהנה בעבור אדם עם דמנציה. אפשר ליזום שיחה עם בני המשפחה שבה האדם משתף זיכרונות של פסח מהילדות: מה לבשו, אילו מנהגים מיוחדים נהגו, כיצד היה נראה ליל הסדר וכדומה.

4. הורה עם דמנציה הוא אתגר לילדים הקטנים (כמובן כתלות בשלב הדמנציה). אופיו של חול המועד מאפשר מפגש רחב יותר של הילדים עם הסב עם הדמנציה - וזו עשויה להיות הזדמנות לחוויה גדולה יותר עם הסב. במידה שהילדים שואלים על התנהגותו של הסב, אפשר להגיד שהוא חולה ולפעמים המחלה גורמת לו להתנהג לא כפי שאנו מצפים ממנו, אבל אנחנו אוהבים את הסב כפי שהוא.



אתם לא לבד! יש לכם שאלות? מוזמנים לפנות אלינו.



יהי רצון שנזכה לקיים חגים ומועדים
מתוך שמחה.
חג כשר וטהור!

עמותת עמדה
עמותה למחלות דמנציה ואלצהיימר
העוסקת במתן תמיכה לבני משפחה
מטפלים והכשרה לאנשי מקצוע

*8889

emda.org.il



עמותת לילי ומנציה אלצהיימר
(תחילת זמנות בישראל וע"ר)

צהר עד מאה ועשרים
ליווי הלכתי ואתי בשאלות בסוף
החיים לחולה, לבני משפחה
ולצוותים רפואיים וטיפוליים

*9253

ad120.tzohar.org.il



ייעוץ הלכתי-אתי
לחולה ולבני המשפחה