

26.71x33.76	1/4	עמוד 54	העיר צומת השרון - רעננה	09/2016	55246320-7
בית חולים מאיר - 81205					



"אין עוד מישהו שיכול להזדהות עם תחושות



חוסר הוודאות, הפחד והשגרה המתישה בפגייה"

מאת יפה גליק | צילומים עזרא לוי

בפגיית בית החולים מאיר פועל הפרויקט היחיד בארץ שבו הורים שחוו בעבר אשפוז פג מלווים בהתנדבות הורים שעוברים בימים אלה את החוויה המטלטלת. עכשיו מנסים יוזמי הפרויקט לגייס אליו עוד גברים ודוברי ערבית

האחת היא להחזיר אהבה לפגייה המדהימה במאיר שטיפלה לנו כילדים, לצוות שהנושא הזה מאוד חשוב לו, אבל יש כזה גם ריפוי עצמי. יש משהו בהתנדבות במסגרת הפגייה שקצת סוגר לנו את המעגל ומאפשר לכל אחד מאיתנו המתנדבים לטפל גם קצת בעצמו. "זה לא התחיל בבית החולים, אלא אצלי בבית. שלחתי קול קורא לאימהות במשפחות שהיו בעבר בפגייה להגיע אלי הביתה. הגיעה קבוצה של עשרים אימהות שישבו אצלי בסלון ועברו אותה חוויה. בעקבות המפגש איתן הבנתי עוד יותר כמה זה חזק וכמה זה חשוב".

המתנדבים מסכלים גם בעצמם

איך עובד הפרויקט?

וינגרטן: "בניתי את זה על סמך ההבנה שהדברים צריכים להיות גמישים. מכיוון שהורים בפגייה כל הזמן מתחלפים, הבנו שזה לא קריטי שבכל פעם יגיע אותו מתנדב לאותו הורה. את צריכה בעיקר להיות אוזן קשבת ולספר את הסיפור שלך. הבנתי את הצורך עוד לפי ני שידעתי שיש עוד פרויקטים כאלה בעולם כי באתי מהמקום הקטן

להתקיים. זוהי כנראה גם אחת הסיבות לכך שכל הניסיונות להעתיק אותו גם לבתי חולים אחרים בארץ, נכשלו. וינגרטן: "אם אין שיתוף פעולה מלא של צוות הפגייה כמו במאיר זה לא יכול להצליח. אבל צריך גם לפחות מתנדב אחד משוגע לדבר, כמו יערה ישרון, שהיא בשנה האחרונה המנוע המוביל של הפרויקט, היא סטודנטית לסיעוד ואם לחמישה ילדים, שלקחה על עצמה את ניהול הפרויקט במאיר". וינגרטן, בוגרת תיכון גלילי, בת 42, היא סמנכ"לית אסטרטגיה בחברת הפצה ובעלת תואר שני במינהל עסקים. רעיון הקמת המיזם ההתנדבותי נהגה כמוחה כשבנה היה בן עשר. זאת עוד לפני שידעה שמנגנון דומה פועל בעוד ארבעים מדינות בעולם, למעט בישראל. וינגרטן: "הטריגר להקים קבוצת אחים בוגרים היה כשיסתה של חב"ר ילדה מוקדם. החברה התקשרה אלי ואמרתי 'תקשיבי, היא אבודה'. כשסגרתי את הטלפון זה היה הרגע שבו גמלה בלבי ההחלטה להרים את הפרויקט. הבנתי שזה גדול ממני ומיולדת אחת אבודה. וינגרטן מבקשת להרגיש שמעבר לאוזן הקשבת, "בתהליך המור" רכב שעוברים ההורים בפגייה, לפרויקט הזה יש עוד שתי מטרות:

תנדבי הפרויקט הראשון והיחיד מסוגו בארץ, "אחים בוגרים", בפגיית בית החולים מאיר בכפר סבא, פתחו השבוע במבצע לגיוס מחזור מתנדבים חדש למסגרת שיוזמה והקימה תושבת כפר סבא טל וינגרטן, לפני חמש שנים. וינגרטן היא אם לתלמיד תיכון בן 15 שנולד במשקל 1.2 קילוגרם בשבוע ה-28 להריון והוריו שהו לצדו בפגייה שלושה חודשים תמימים לאחר שנולד בקבוצה 14 מתנדבות ומתנדב אחד, רובם מכפר סבא. רק אחת מהן, תושבת טייבה, דוברת ערבית והכוונה היא להוסיף לפרויקט אבות ודוברי ערבית נוספים. שעות ההתנדבות בפגייה גמישות ולפרויקט יכולים להצטרף מתנדבים ומתנדבות שחוו בעצמם אשפוז פג. תנאי נוסף הוא שלרך הנולד כבר מלאו שנתיים ושהוריו חוו אשפוז בפגייה של בית החולים מאיר ולא בפגייה אחרת. וינגרטן אומרת שלא ניתן לקיים מסגרת כזאת במקום אחר, שכן צוות הפגייה של בית החולים מאיר מנחה את המתנדבים ומתווך בינם לבין ההורים הטריים בפיגייה ובלי שיתוף פעולה כמו זה הקיים במאיר, פרויקט כזה לא יכול

נ

55246321-8	09/2016	העיר צומת השרון - רעננה	עמוד 55	2/4	26.23x33.65
בית חולים מאיר - 81205					



זה יכול להיות יותר קל כשגבר מהווה אוזן קשבת לאב בפגייה ומנהל אי תו שיחה כזאת. אופן התקשורת בין גברים יכול להיות שונה מזה של הנשים" **דליה זילברשטיין**



(מימין) המתנדבת טל הובר, סגנית אחות אחראית נסלי אסנוב, המתנדבת נעמה ישורון, העובדת הסוציאלית איריס קורן והילדת טליה טרון

לא תמיד מתקדמים, יש המון שאלות שצפות והמון אתגרים בדרך שאת לא מוכנה לקראתם ואת חרדה לגבי העתיד. את נמצאת בבית החולים מבוקר עד ערב או עד חצות, שעות על גבי שעות. את כל הז' מן שואבת חלב, את כל הזמן מטפלת ואת כל הזמן רוצה לוודא שהוא בסדר. זאת לא חופשת לידה בבית. את יוצאת מהבית וחוזרת אליו כל יום אחרי שעות. את גם מקלחת אותו ואת רוצה לספק לו גם חלב אם וגם חום אנושי. את עושה לו מה שנקרא בפגייה 'קנגורו' - מניחים אותו על החזה, על העור החשוף. התוצאות של זה מדהימות, זה כאילו מחזיר אותו לרחם. זה עושה טוב אבל הכל יחד מאד מתיש, גם רגשית וגם פיזית. הרי לא כולן גרות בכפר סבא ולא פעם יש עוד ילד או יותר שנשארים בבית וגם הם זקוקים להורים. צריך להבין שצאל ההורים בפי גייה הראגה כפולה - קודם כל הראגה קצרת הטווח וגם שאלות כמו איך מסתדרים עם מטפלת או בלי אחרי שיוצאים מהפגייה והאם כן או לא להכניס אותו לפעוטון. כל אחת מאיתנו מספרת על הניסיון האישי שלה

המתנדבים שיכול להזדהות עם תחושות חוסר הוודאות, הפחד והשג" רה המתישה בפגייה", היא אומרת.

בשבוע שעבר חגגו במשפחת ישורון את יום ההולדת השלישי לתאומים, רוני ורוד, שנולדו בשבוע ה-27 של ההיריון. רוני היה מאושפז בפגייה ארבעה חודשים ורוד שלושה כשבבית היו כבר שלושה ילדים גדולים. "הטריגר שלי להצטרף לתוכנית אחים כוגרים היתה המתנדבת שתמכה בנו בפגייה וההתחברות שלנו לצוות", אומרת ישורון, "אנחי נו מנסים לצרף בגיוס הזה עוד אבות ועוד דוברי ערבית וכמובן שגם אימהות. כולנו הורים וכולנו עובדים. לא כולם יכולים להמשיך לאורך זמן ויש תחלופה טבעית. אנחנו מגיעים לפגייה בתדירות של פעמיים בשבוע, יום אחד בבוקר ויום אחד אחר הצהריים בשעות הנוחות לנו ומספר השעות משתנה מפעם לפעם בהתאם לצורך".

מדוע נדרשת ההתנדבות הזאת?

"הורות היא דבר מורכב ולמרות שאצלי זאת לא היתה לידה ראשו" נה, כשאת נמצאת שם את כל הזמן נורא רואגת. את חרדה מאוד לכי ריאות הילד ואת מרגישה שם כמו בסרט נע, כל יום בפני עצמו. הפגים

שלי. אנשים שלא חוו בעצמם לא מבינים מה עוברים ההורים בפגייה. השאיבה זה בקטנה ובעלי עבר את זה קשה בדיוק כמוני, כולל לאפות עוגיות ולהביא בלילה לצוות. זה מאפשר התנדבות גמישה ולכן קבעי נו שההתנדבות תהיה פעמיים בשבוע לכמה שעות. כשאת מגיעה את מנסה לראות מי נמצא שם ומי זקוק לעזרה. זו יכולה להיות האמא או האבא ופעם יצא לי גם לתמוך בסבתא".

אחרי חמש שנות פעילות וכשהבן הגיע לגובה של כמעט 1.80 מטר החליטה ויינגרטן לפרוש כדי "להורים דם חדש לפרוייקט", כלשונה והיא ממשיכה לעקוב מקרוב אחרי הימשכו.

נעמה ישורון התנדבה לפרויקט לפני שנה. השהייה הממושכת בפי גייה עם תאומים הביאה אותה לעשות הסבה מטיפול בעזרת בעלי חיים לסייעה. מלבד ריכוז עבודת המתנדבים ושיכונם ביום ובשעה הנוחים להם, בסידור עבודה של שלושה חודשים מראש, היא מניעה מביתה בשומרון את תהליך הגיוס החדש של המתנדבים. זאת כדי להגדיל את מספרם ולאפשר תחלופה. "המודל מושתת על ההב" נה שההורים בפגייה זקוקים למעטפת תומכת ואין עוד מישוהו כמו



היולדת סליה טרון (מימין)
והמתנדבת נעמה ישורון

המשך מהעמוד הקודם

ולא מתיימרת מעבר לזה.
ואיך נוצר הקשר של המתנדרבים עם ההורה בפגייה?
"האחיות מכוונות אותנו לפי הצורך ולפעמים יש גם קשר מתמשך".
ולמה דווקא הורים לפגים בוגרים?

"כמי שעברה את החוויה ולא פשוטה הזאת את מבניה שכשאת בפנייה, למרות שהשירות פנומנלי והצוות מדהים, עדיין יש חוויות אישיות שחווים רק ההורים ושלא תמיד יש להם מענה. את מבניה שטוב שיש מישור שלא שייך לצוות וגם לא למשפחה, שהיא לפעמים שיפו' טיט, אלא רק מהווה לך אוויר קשבת. מישור לדבר אתו נקי. את יודעת שכמוך גם הם שם כי הם רוצים להיות עם הילד ורוצים לוודא שהוא בסדר ועוקבים כל הזמן במשמרות אחרי התקרבותו ביום ובלילה".

מה למשל אומרים להורים הטריים במפגשים?
"האימהות מרגישות שעליהן לשאת בכל העומס שכרוך בטיפול בפגייה ואנחנו אומרות להן שעליהן לבקש עזרה, לאכול טוב ולישון. דברים מהסוג הזה. אנחנו תמיד אומרות 'תחשבי אולי משהו מהמש-פחה יכול לעזור? אולי חברה? חשוב שתטפלי גם בעצמך'. הן צרי-כות להיות באיזון. העצה האישית שלי להן היא לצאת בערב, להבין שהילדים בידיים טובות. הן יושבות המון שעות בפגייה וזה לגמרי לא כמו לטפל בתינוק שישן שעות. גם המאמץ הרגשי וגם הפיזי עצום.

טל הובר מכפר סבא התחילה להתנדב בפג'יה לפני ארבעה חודשים וכשהיא מגיעה להתנדב פעם בחודש היא עדיין מתלווה למתנדבות ותיקה. הובר: "לילתי בשבוע ה-28 בת במשקל קילו לפני שנתיים וחצי ונשארו 75 יום בפג'יה, כלומר חודשיים וחצי, שזה המון זמן. אני זוכרת מאוד לטובה את המפגשים עם האחיות הבוגרות ואני זוכרת מצוין כמה היה חשוב לפגוש הורים שהיו שם וכמה זה תרם לי והקל עלי. אחד הדברים הכי קשים בהתמודדות עם פג הוא שאף אחד לא מבין אם הוא לא חווה את זה בעצמו והתגובות מהסביבה יכולות להיות מאוד מתסכלות".

"משפטים כמו 'אחרי שבוע 37 הם כבר לא פגים', 'עוד חצי קילו אתם משתחררים', 'את אמא היסטורית' הסביבה לא מבינה שפג נשאר פג הרבה זמן אחרי יוצא מהפגיה ושההתמודדות היא אחרת מההתמודדות עם טינוק שנולד במועד גם אחרי שחוזרים הביתה ושל"משקל אין קשה לפגים יש מערכת חיסונית חלשה יותר ולכן נדרשים להרבה יותר זהירות. זה משהו שלסביבה יותר קשה להבין. זה לא שאת השתגעת אלא הסיטואציה היא מטורפת ואת ההבנה הזאת אפשר לקבל רק מהורים שהיו שם. פגשתי בפגיה כמה נשים מהפרויקט של אחיות בוגרות וכל אחת מהן נתנה בתורה את הפרספקטיבה שלה וזהו מאד עוזר. הן השיבו לשאלות שלצוות יש פחות ניסיון בהתמודדות איתן כמו למשל בנושאים שקשורים לחזרה הביתה, חודש או שנה אחרי, האם אפשר לשלוח לגן או מתי מתחילים להאכיל, מתי משלימים את הפער, מתי לקנות מוניטור ושאלות דומות ויש גם הרבה נחמה בעידוד כשאת נוכחת לדעת שהילדים משלימים את הפער ויוצאים בסדר ושאת לא היחידה שזה קרה לה. יש כמובן גם הרבה נחמה מהצוות אבל זה לא אותו דבר".

מנסים לגייס גם אבות

לאחת משתי המדריכות בפגייה את המתנדבים, דליה זילברשטיין, רוקטורט במדעי המוח בתחום התנהגות האכילה של פגים והיא ממרכזת את תחום הטיפול התומך בפגייה. את תנאי הסף להצטרפות לפרויקט היא מגמקת בשיתוף הפעולה ההכרחי בין צוות הפגייה לבין המתנדבים. זילברשטיין: "זה נובע מהתפיסה הבסיסית הייחודית לפגייה



כשאת נמצאת שם את כל הזמן דואגת, חרדה מאוד לבריאות הילד, יש המון שאלות שצפות ואת נמצאת בבית החולים מבוקר עד ערב או עד חצות, שעות על גבי שעות"

נעמה ישורון

