

הנחיות קליניות לטיפול בילד הבריא

חלק א: טרום לידה עד גיל 6

נכתב על ידי:

ד"ר דינה רחל צימרמן

פרופ' יעקב אורקין

ד"ר חוה גדסי

ד"ר אלינה זלוטניקוב

ד"ר מנואל כץ

ד"ר עודד מטס

ד"ר ליזה רובין

בשם:

האיגוד הישראלי לרפואת ילדים

איגוד רופאי המשפחה בישראל

א פ ר י ל 2 0 2 0

המכון לאיכות
ברפואה



ההסתדרות הרפואית בישראל

המכון לאיכות ברפואה

ועדת הכתיבה

ד"ר דינה רחל צימרמן MD MPH (יו"ר) - רופאה אחראית אם - ילד מחוז ירושלים

פרופ' יעקב אורקין MD MPH - חברה ישראלית לרפואת ילדים אמבולטורית (חיפ"א)

ד"ר חוה גדסי MD - עמותת גושן

ד"ר אלינה זלוטניקוב MD - איגוד רופאי המשפחה בישראל

ד"ר מנואל כץ MD MPH - מנהל מחלקת אם וילד, משרד הבריאות, מחוז דרום, נשיא עמותת גושן

ד"ר עודד מטס MD - איגוד רופאי המשפחה בישראל

ד"ר ליזה רובין MD MPH - רופאת אם - ילד ארצי משרד הבריאות

בשם:

האיגוד הישראלי לרפואת ילדים

איגוד רופאי המשפחה בישראל

אפריל 2020 - נספח ז' - חיסון נגד מנגוקוקוס B - עודכן

טיפול בילד הבריא

שמירה על הבריאות מהווה חלק חשוב ברפואה הראשונית. הדבר חשוב עוד יותר בילדים, משום שלבריאות בתחילת החיים, עשויות להיות השלכות לכל החיים. אי-לכך, קיימת חשיבות לטיפול בילד הבריא (WELL CHILD CARE). הדרך שבה הטיפול ניתן שונה מסביב לעולם^{1,2} וכן, יש הבדלים מסוימים בדגשים בין מדינות המתבטאים בבחירת השם כגון ניטור בריאות בילדים (CHILD HEALTH SURVEILLANCE), קידום בריאות בילדים (HEALTH PROMOTION)³, טיפול רפואי בצעירים (YOUTH HEALTH CARE) וכן, רפואה מונעת בילדים (PEDIATRIC PREVENTATIVE MEDICINE).

בישראל, חלק מהטיפול כבר ניתן באופן מוסדר, אך זה נעשה על-ידי מטפלים שונים (רופאים ואחיות, וגורמים שונים, כמו קופות חולים, תחנות טיפות חלב ומערכת החינוך). מטרת הנחיות אלו היא ליצור מסמך אחד המקבץ המלצות אחידות, מבוססות ראיות ככל הניתן. תקוותינו היא שפרסום הנחיות אלו יקל על המטפלים המעוניינים לדעת כיצד להעניק טיפול מניעתי מיטבי לילדים, וגם עבור הורים החפצים בקבלת טיפול מיטבי לילדיהם.

הכנת הנחיות התבססה על בדיקת ההנחיות בארה"ב⁴, קנדה⁵, ואוסטרליה⁶, תוך התאמתן למציאות בישראל, וכן, על עיון מעמיק בכלל החוזרים, הנהלים והתדריכים של משרד הבריאות, נכון לזמן כתיבת המסמך. להנחיות אלה, יהיה צורך בעדכון תקופתי לפי התקדמות המדע.

ההנחיות בגילאים אלו משקפות עבודות צוות בין רופאים ואחיות בריאות הציבור - הן במסגרת טיפות חלב והן במסגרת קופות החולים. הטיפול מתואר כביקור בהתאם לגיל כאשר בחלקם ביקורי אחיות ובחלקם ביקורי רופאים (ראה טבלה). יש מקום לבחון בהמשך את החלוקה המיטבית בין רופאים לאחיות (ייתכנו מספר מודלים מוצלחים) וכן, שילוב מקצועות נוספים. אולם, בשלב זה מטרת מסמך זה הינה לקבוע את תוכן הביקורים, ללא תלות בנותן השירות.

לא תמיד יש זמן לשוחח על כל הנושאים בפגישה הנערכת פנים מול פנים ולכן, יש לשים דגש על נושאים המעסיקים את ההורים. יש מקום להשלמה על-ידי מקורות מידע קיימים כגון חומר קריאה ואמצעי מדיה נוספים.

1 Kuo AA et al. Rethinking well-child care in the United States: an international comparison. *Pediatrics* 2006 ;118:1692-702

2 Wieske RC et al. Preventive youth health care in 11 European countries: an exploratory analysis. *International Journal of Public Health* 2012;57:637-641

3 M Blair, D Hall From health surveillance to health promotion: the changing focus in preventive children's services. *Arch Dis Child* 2006; 91: 730-735.

4 <https://brightfutures.aap.org/Pages/default.aspx>

5 <http://www.rourkebabyrecord.ca/>

6 <https://www.education.vic.gov.au/Documents/childhood/professionals/health/mchkasframework.pdf>

תיאור כללי של ביקור רופא לטיפול בילד הבריא

1. רצוי להזמין שאלות מההורים ולשאול אם יש להם דאגות מסוימות, או נושאים עליהם הם מעוניינים לדון/לשוחח
2. עיון ברשומה הרפואית של הילד
 - א. פרטים על הביקורים הקודמים / אבחנות
 - ב. גדילה - אורך, משקל, היקף ראש
 - ג. התפתחות: עיון בהערכות ההתפתחות שהאחות ביצעה. במידה והיו מטלות אותן התינוק "לא עבר" ניתן לעדכן ולבצע לפי הגיל
 - ד. התנהגות - שאלות הנוגעות להתנהגות תואמת גיל, באיזו מידה ההורים מתמודדים עם ההתנהגויות המאתגרות, ומתן הדרכה בהתאם לצורך. הביקור מהווה הזדמנות לתצפית (אם כי קצרה) של קשר הורה-ילד
 - ה. חיסונים, כולל בירור הסיבות לאי-מתן או עיכוב במתן החיסונים, תוך הסבר ועידוד להשלמה
3. תזונה - קבלת פרטים על הרכב התזונה של התינוק/פעוט והרגלי הארוחות במשפחה
4. בירור היענות לביצוע המלצות תואמות גיל (דוגמה: ויטמין D, ברזל)
5. בדיקה גופנית כוללת עם דגש על נושאים תואמי גיל
6. הסבר להורים על המימצאים כולל הרגעה (REASSURANCE), מעקב או הפנייה בהתאם לצורך. יש חשיבות למתן הסבר על המרחב של טווח הנורמה בגדילה והתפתחות של ילדים
7. הדרכה לעתיד (ANTICIPATORY GUIDANCE) מותאמת לשאלות ההורים והגיל
8. לקראת סוף הביקור, יש לשוב ליזום ולהזמין שאלות מההורים, לתת תשובות מתאימות
9. יש לוודא, שנקבע תור למעקב והבנה של ההורים לגבי הפנייות להערכת אחרים במידה ויש

נושאים בטיפול בילד הבריא

הדגש בטיפול בילד הבריא הוא סביב מספר נושאים. את הספרות המצדיקה שימת דגש על נושאים אלו ניתן למצוא בנספח א'.

התמודדות המשפחה

- דאגות ההורים
- בניית סביבה תומכת ומניעת אלימות
- איתור דיכאון הורים והפנייה לטיפול
- פיתוח כישורי הורות
- התמודדות עם מחלות שכיחות

התפתחות הילד

- התפתחות פיזית (גדילה)
- התפתחות נוירו-קוגניטיבית (מוטורית ושפתית)
- התפתחות חברתית
- התפתחות רגשית
- בניית סביבה תומכת ומעודדת התפתחות מיטבית
- התפתחות החושים

אורח חיים בריא

- תזונה
- בריאות השן
- מניעת מחלות מדבקות
- מניעת חשיפה לעישון⁷

בטיחות

- מניעת תאונות בית
- בטיחות בדרכים
- התמודדות עם מצבי חירום

7 Farber JH et al. Protecting Children From Tobacco, Nicotine, and Tobacco Smoke. Pediatrics 2015;136: e1439-e1467

נבחרו חמישה עשר גילאים של הערכה. הטיפול בילד הבריא אמור להתחיל עוד בטרם ההתעברות.⁸ בהמלצות ישנם שני ביקורים של האם ההרה אצל הרופא טרם הלידה. לאור ההתעניינות הבינלאומית בתנאי סביבה אופטימליים להתפתחות המוח במהלך ההיריון ובשנתיים הראשונות של החיים, הביקורים במסמך זה מחולקים ל "1000 הימים הראשונים"⁹ ו "ילדות מוקדמת".¹¹

סיכום ההמלצות מובא בטבלה בסוף ההנחיות. ההנחיות שיוצגו כעת, מתייחסות לכלל האוכלוסייה ולמצבים הדורשים סקר אוניברסלי (UNIVERSAL SCREENING).

קיימות אוכלוסיות בסיכון מיוחד כגון, פגים¹² וילדים בעלי מצבי בריאות מורכבים או משפחות עם אתגרים פסיכוסוציאליים הדורשים מעקב צמוד יותר (TARGETED FOLLOW UP AND PROGRESSIVE SERVICES) שלא מופיעים בגרסה זו של ההנחיות.

הערות כלליות: מקובל, שחלק מהביקורים יתקיימו אצל רופא בטיפת חלב וחלק אצל רופא הקופה - העיקר, שהם מתקיימים. עד גיל 6, חלק ניכר מן המעקב הוא במסגרת טיפת חלב ונעשה על-ידי אחיות בריאות הציבור. לתיקשורת בין מטפלים ישנה חשיבות, זאת, על-מנת שיהיה רצף טיפולי. עד להשלמת בנייתה של מערכת ממוחשבת להעברת מידע בין הגורמים, על כל מטפל לתת סיכום של הביקור להורים על-מנת שיעבירו למטפל הבא. ההדרכה המומלצת יכולה להתבצע בדרכים שונות או בשילוב ביניהן (לדוגמה: הדרכה בעל-פה, דרך אתרי אינטרנט או בעזרת חומר כתוב, הפנייה למקורות מידע אינטרנטיים אמינים, מתן חומר כתוב מודפס ועוד). יש לבחון באופן מושכל את הצורך של כל משפחה במידע ולבחור באופן פרטני את כמות המידע ודרך ההעברה המתאימות לכל נושא ולכל משפחה.

בנספח ב' מובאים הקישורים למקורות מידע מתאימים מתוך האתר "איך גדלת" של עמותת גושן. קישורים לחוזרים, תדריכים ונהלים של משרד הבריאות מובאים בהערות שוליים בגוף המסמך.

האחריות לביצוע המעקב הינה משותפת להורים ולרופא המטפל כאחד. פרטים שלא הושלמו בביקור קודם יש להשלים בביקור הבא אם עדיין רלוונטיים.

8 Sarah Jane Schwarzenberg, Michael K. Georgieff, AAP Committee on Nutrition. Advocacy for Improving Nutrition in the First 1000 Days to Support Childhood Development and Adult Health. PEDIATRICS 2018;141:e20173716

9 <https://blogs.unicef.org/blog/first-1000-days-singular-opportunity/>

10 <https://aifs.gov.au/cfca/2017/09/27/report-first-thousand-days-evidence-paper>

11 בעודת השם בעוד שנה יצאו ההנחיות של שאר ילדות והתבגרות

12 https://www.health.gov.il/hozer/mr20_2016.pdf

1000 הימים הראשונים

טרומ היריון

טיפול טרום היריון המתבצע על-ידי רופא נשים או רופא משפחה המטפל בנשים, מיועד להביא את האישה להיריון תוך מצב בריאות מיטבית ותוך מודעות לדרכים העומדות לרשותה ובן זוגה להיטיב את בריאותה ובריאות ילדה לעתיד. הנושאים הכלולים בביקור זה, כוללים השלמת מצב חיסוני נגד מחלות אחדות, בירור מצב תזונתי ונקיטת אמצעים לשפרם, הפנייה לבדיקות סקר גנטיות מותאמות לבני הזוג, הפנייה ליעוץ גנטי במקרה הצורך, הערכת סיכונים סביבתיים אפשריים ומיגורם (נספח ג'). לא מדובר בהכרח בביקור אחד, וניתן לפרוס נושאים אלו על פני מספר ביקורים, תוך הפנייה למקורות מידע אינטרנטיים ומודפסים נוספים^{13, 14}, קידום תנאים אופטימליים ברמה ההורית-משפחתית וכן, ברמה המטבולית והתנהגותית העשויים לסייע במניעת תחלואה, הפרעות התפתחותיות ועומס משמעותי על שירותי בריאות.

13 Johnson K, Posner SF, Biermann J, et al.; CDC/ATSDR Preconception Care Work Group. Select Panel on Preconception Care. Recommendations to improve preconception health and health care -United States. MMWR Recomm Rep. 2006;55(RR-6):1-23.

14 Farahi N, Zolotor A. Recommendations for Preconception Counseling and Care. Am Fam Physician. 2013;88:499-506.

טרומ לידה

מומלץ, לבצע מפגש עם רופא ילדים (או רופא משפחה המטפל בילדים) בנוסף למעקב במסגרת רפואת נשים בשליש האחרון להריון.¹⁵ מטרת ביקור זה היא לסייע להורים לאמוד קשיים צפויים לקראת לידת התינוק, להעריך תמיכה חברתית ולהשיב על חששות ההורים ולהכירם עם מערך/ נותני השירותים העומד לרשותם לאחר לידת התינוק. אי-לכך, דגש יינתן לנושאים כמו מצבה הסוציו-אקונומי של המשפחה עם יידוע/הפנייה לסיוע במקרה הצורך, וכן למצבם הבריאותי של ההורים. ישנה חשיבות להתחסנות האם נגד שעלת והתחסנות שני ההורים נגד שפעת בחודשי החורף.¹⁶ זוהי גם הזדמנות לדבר על תכנית החיסונים לילדים, כולל התייחסות לחיסון וטיפול בייילוד במהלך השנה בבית-החולים (כולל חשיבות של מתן ויטמין K וסקר יילודים). תוך מתן מענה לשאלות או חששות של ההורים בנידון.

נושא נוסף אליו תינתן התייחסות הוא ההכנה להנקה¹⁷ ובירור הבסיס לאי-הנקה מתוכננת אם קיים. זאת, על-מנת לראות אם מדובר בבחירה מודעת, או במידע מוטעה שניתן להשפיע עליו.

נושאים חשובים נוספים לדין בביקור זה:

- (1) בטיחות הבית והרכב
- (2) הסבר אודות הטיפול ביילוד במהלך האשפוז ולאחר הלידה, כולל מתן מידע על חיסונים, בדיקות סקר, וכן, קיום הנהלים של עשרה צעדים להנקה מוצלחת¹⁴
- (3) מרכיבים של הורות חיובית בסיסית

15 Yogman M, Lavin A, Cohen G. The Prenatal Visit. Pediatrics 2018;142:e20181218

16 https://www.health.gov.il/Subjects/pregnancy/during/Pages/vaccine_pregnant.aspx

17 https://www.ima.org.il/userfiles/image/clinical_90_Hanaka.pdf

ביומיים הראשונים לאחר לידה

במהלך האשפוז, ניתנת בבית החולים הדרכה על-ידי אנשי צוות שונים, הנוגעת לטיפול הראשוני בתינוק, וכן, בהיבטים הנוגעים לחזרה הביתה והתחלת הטיפול בקהילה.

דגשים באנמנזה

לקיחת אנמנזה אישית ומשפחתית, על-מנת לבחון אם התינוק נמצא בקבוצת סיכון הדורשת מעקב מיוחד.

דגשים בבדיקה גופנית

מדדים (משקל לידה, משקל שחרור ואורך והיקף ראש המהווים בסיס למדידות המשך)

■ עיניים: החזר אור אדום

■ לב

■ ריאות

■ בטן

■ מפשעות כולל דפקים פמוראליים

■ איברי מין

■ עור כולל פריחות וצבע

■ מרפס

■ בדיקת טונוס וקיומה של תנועתיות סימטרית

■ מפרקי האגן

היסונים

■ צהבת B

פעילויות מניעה אחרות

■ זריקת ויטמין K

■ טיפות אנטיביוטיות לעיניים

בדיקות סקר

■ סקר מטבולי

■ סקר שמיעה

הדרכה

התמודדות המשפחה

■ הדרכה בנושא בכי התינוק וההתמודדות איתו

■ בקשת עזרה במידת הצורך

■ סימנים הדורשים פניה לטיפול או הערכת רופא

אורח חיים בריא

- תמיכה בהנקה
- שמירת חום גוף התינוק
- מתן תוסף ויטמין D¹⁸

בטיחות

- בטיחות הבית והרכב
- שינה בטוחה

ביקור גיל 5 ימים

מטרת הביקור היא לדאוג למעבר תקין מהמערך האשפוזי (במרבית המקרים) למערך הקהילתי, תוך הסתגלות של המשפחה לתינוק החדש. ישנה חשיבות להערכת האכלה והתערבות במידת הצורך, וכן, מעקב אחר התפתחות צהבת. בביקור זה חשוב לעיין במכתב השחרור.

דגשים באנמנזה

- היכרות עם המשפחה כולל בריאות ההורים ובעיות בריאות והתפתחות של אחים, מהלך וגורל היריונות קודמים. מחלות גנטיות במשפחה
- מהלך ההיריון והלידה
- תזונת התינוק בדגש על ביסוס ושימור ההנקה
- וידוא עשיית בדיקת סקר מטבולי ותוצאותיו
- וידוא עשיית בדיקת סקר שמייעה ותוצאותיו
- וידוא קבלת ויטמין D
- וידוא קבלת ויטמין K בזריקה¹⁹. במידה שניתן דרך הפה, יש לדאוג להשלמת המנות (נספח ד')

דגשים בבדיקה גופנית

- מראה כללי וצבע עור
- שקילה

הדרכה

התמודדות המשפחה

- הדרכה בנושא בכי התינוק וההתמודדות איתו
- בקשת עזרה מהמשפחה / חברים בהתמודדות, במידת הצורך
- זיהוי סימני מחלה בתינוקות

18 https://www.health.gov.il/hozer/BZ_01072008.pdf

19 https://www.health.gov.il/PublicationsFiles/VitaminK_2112016.pdf

התפתחות

- שכיבה על הבטן בעירנות
- דיבור עם התינוק

אורח חיים בריא

- חשיבות המשך ההנקה ותמיכה בהנקה
- הסבר/הדרכה בנושא תכנית החיסונים
- שמירת חום גוף התינוק, מתן תוסף ויטמין D
- שטיפת ידיים לפני כל טיפול ומגע בתינוק
- מניעת חשיפה לעישון

בטיחות

- בטיחות הבית והרכב
- שינה בטוחה

ביקור עד גיל שבועיים

(במידה והביקור של גיל 5 ימים לא התרחש בטיפת חלב)

מטרת הביקור בגיל זה הינה בעיקר, מעבר למערך טיפת חלב ופתיחת תיק בטיפת חלב, הכולל אנמנזה משפחתית, לידתית ותזונתית. במידה, והילד כבר נבדק בגיל 5 ימים והכל התקדם כשורה, ייתכן, שלא יהיה צורך לעבור על כל הנושאים הרשומים מטה.

דגשים באנמנזה

- מהלך ההיריון והלידה
- הזנת התינוק
- איתור קשיים בהנקה ומתן הדרכה/יעוץ
- במידה וניזון מתמ"ל, בטיחות ההכנה ודרכי המתן
- התמודדות המשפחה ותמיכה בהורים
- מצב רגשי ונפשי של ההורים
- בדיקת ויטמין D

הדרכה

התמודדות המשפחה

- הדרכה בנושא בכי התינוק והתמודדות איתו
- תיאום ציפיות לגבי שינה בתינוקות ודרכי התמודדות
- בקשת עזרה מהמשפחה / חברים בהתמודדות, במידת הצורך

התפתחות

- שכיבה על הבטן בעירנות
- חשיבות הדיבור לתינוק ושילובו בפעילויות המשפחה

אורח חיים בריא

- חשיבות המשך ההנקה והתמיכה בהנקה
- שמירת חום הגוף של התינוק ומתן תוסף ויטמין D
- הסבר/הדרכה בנושא תכנית החיסונים
- שטיפת ידיים לפני כל מגע עם התינוק
- מניעת חשיפה לעישון

בטיחות

- בטיחות הבית והרכב
- שינה בטוחה
- הפניית ההורים לקורס בסיסי בעזרה ראשונה

ביקור גיל חודש

דגשים באנמנזה

- התמודדות המשפחה ותמיכה בהורים כולל איתור גורמי סיכון במשפחה וחשש לאלומות
- מהלך התזונה בדגש על שימור ההנקה¹⁵

דגשים בבדיקה גופנית

גדילה (משקל, אורך והיקף הראש)

חיסונים

צהבת B

בדיקות סקר

Edinburgh Depression Screening Test²⁰

הדרכה

התמודדות המשפחה

- הדרכה בנושא בכי התינוק והתמודדות איתו
- תיאום ציפיות לגבי שינה בתינוקות

20 https://www.health.gov.il/hozer/bz03_2014.pdf

התפתחות

- סביבה מתאימה לגריית התינוק לעידוד התפתחותו
- שכיבה על הבטן בעירנות
- חשיבות הדיבור לתינוק ושילובו בפעילויות המשפחה (נספח ה')

אורח חיים בריא

- חשיבות המשך ההנקה והתמיכה בהנקה
- מתן תוסף ויטמין D
- הסבר/הדרכה בנושא תכנית החיסונים
- שטיפת ידיים של כל מי שמטפל בתינוק
- מניעת חשיפה לעישון
- חשיפה מושכלת לשמש

בטיחות

- בטיחות הבית והרכב
- שינה בטוחה

ביקור גיל חודשיים

בגיל זה, מתקיים בדרך כלל הביקור הראשון אצל הרופא בטיפת חלב. יש צורך, בבדיקת מכתב השחרור ותיק התינוק על-מנת ללמוד על מהלך ההיריון והלידה כולל בדיקת תוצאות הסקר המטבולי במידה, ועוד לא ראה אותו רופא בבדיקה קודמת.

דגשים באנמנזה

- מהלך התזונה בדגש על שימור ההנקה
- התמודדות המשפחה
- מצב נפשי ורגשי של ההורים

הדגשים בבדיקה גופנית

- מראה כללי, גדילה
- עיניים: החזר אור אדום, החזר אור מהקרנית (שלילת פזילה)
- יצירת קשר עין ומעקב
- לב
- ריאות
- בטן
- מפשעות, כולל דפקים פמוראליים
- איברי מין ועור
- מרפס

- החזקת הראש, החזרי היילוד
- בדיקת טונוס, ותנועתיות סימטרית
- מפרקי אגן

הדרכה

התמודדות המשפחה

- הדרכה בנושא בכי התינוק וההתמודדות איתו
- תיאום ציפיות לגבי שינה בתינוקות

התפתחות

- סביבה מתאימה לגריית התינוק לעידוד התפתחותו
- שכיבה על הבטן בעירנות
- חשיבות הדיבור לתינוק ושילובו בפעילויות המשפחה

אורח חיים בריא

- חשיבות המשך ההנקה ותמיכה בהנקה לקראת חזרה לעבודה
- מניעת חשיפה לעישון
- חשיפה מושכלת לשמש
- מניעת השכבה עם בקבוק חלב או כל שתיה ממותקת
- מניעת חשיפה למסכים²¹
- מתן תוסף ויטמין D

בטיחות

- בטיחות הבית והרכב
- שינה בטוחה כולל אצל מטפלת
- בטיחות במסגרת יום
- הכנת המשפחה לשעת חירום²²

חיסונים

- DTaP-IPV-HIB
- PCV 13
- Rotavirus

21 https://www.ima.org.il/userfiles/image/Ne44_MediaExpoBabies.pdf

22 <http://www.oref.org.il/>

ביקור גיל 4 חודשים

דגשים באנמנה

- מהלך התזונה בדגש על שימור ההנקה
- ההתמודדות עם חזרה לעבודה של האם ומעבר למסגרת יום ויטמין D
- התמודדות המשפחה עם גידול התינוק (לדוגמה, קנאת אחים, קושי כלכלי)
- מצב בריאות הילד ומשפחתו

23 הערכת מדרגות ההתפתחות

הדרכה

התמודדות המשפחה

- קשיים בחזרה לעבודה של האם במידה ויש

התפתחות

- לאפשר זמן משחק עצמאי
- להניח את התינוק על משטח פתוח ובטוח עם צעצועים סביבו במטרה לעודד תנועה

אורח חיים בריא

- חשיבות המשך ההנקה והתמודדות עם שמירת הנקה בלעדית למרות החזרה לעבודה
- התחלת לקיחת תוסף ברזל²⁴
- תזמון המעבר למוצקים
- מניעת חשיפה לעישון
- מתן תוסף ויטמין D
- חשיפה מושכלת לשמש
- מניעת השכבה במיטה עם בקבוק חלב או כל שתיה ממותקת
- מניעת חשיפה למסכים²⁵

בטיחות

- בטיחות הבית והרכב
- שינה בטוחה
- הכנת המשפחה לשעת חירום

23 http://www.health.gov.il/hozer/bz12_2016.pdf

24 https://www.health.gov.il/hozer/BZ17_2012.pdf

25 https://www.ima.org.il/userfiles/image/Ne44_MediaExpoBabies.pdf

חיסונים

DTaP-IPV-HIB ■

PCV 13 ■

Rotavirus ■

ביקור גיל 6 חודשים

דגשים באנמנזה

- איך התפתח התינוק מאז ביקורו הקודם? הזדמנות להורה להתפלא מהתינוק החכם שלו ו/או גם להעלות חששות
- התמודדות האם, התינוק והמשפחה עם חזרת האם לעבודה
- היערכות לתנועתיות הגוברת של התינוק
- איך ישן התינוק?
- מעבר למוצקים
- האם ישנם שינויים בבריאות התינוק ומשפחתו

הערכת מדרגות ההתפתחות

הדרכה

התמודדות המשפחה

- התמודדות עם קשיים במעבר למוצקים, במידה ויש
- התמודדות עם קשיים שההורים העלו במידה ויש

התפתחות

- חשיבות קריאת ספרים וסיפור סיפורים לתינוק
- שילוב התינוק בפעילויות המשפחתיות
- משחק עם התינוק - להגיב ל"דיבורים" של התינוק
- לשיר עם התינוק - שירי ילדים ושירי הפעלה
- להניח את התינוק על משטח פתוח ובטוח עם צעצועים סביבו

אורח חיים בריא

- זמן פנאי בחוץ עם התינוק
- מתן תוסף ויטמין D
- העלאת מינון תוסף ברזל²⁶
- מניעת חשיפה לעישון
- חשיפה מושכלת לשמש

26 https://www.health.gov.il/hozer/BZ17_2012.pdf

- מניעת השכבה במיטה עם בקבוק חלב או כל שתיה ממותקת
- הערכת רמת הסיכון לעששת, והפניית אלו המצויים בסיכון גובה לטיפול בג'ל פלואוריד עם צמיחת השן הראשונה
- צחצוח שיניים החל מהופעת השן הראשונה; בתינוקות בסיכון גבוה - צחצוח במשחה המכילה פלואור
- מניעת חשיפה למסכים²⁷

בטיחות

- בטיחות הבית והרכב
- שינה בטוחה
- הכנת המשפחה לשעת חירום

חיסונים

- DTaP-IPV-HIB
- Rotavirus
- bOPV

27 https://www.ima.org.il/userfiles/image/Ne44_MediaExpoBabies.pdf

ביקור גיל 9 חודש

דגשים באנמנזה

- המסגרת בה נמצא התינוק במהלך היום – הסתגלותו והתאמתו לצרכיו
- התאמת הבית להתפתחותו של התינוק ולאבטחת בטיחותו
- בריאות התינוק ומשפחתו

דגשים בכדיקה גופנית

- מראה כללי, גדילה
- עיניים: החזר אור אדום, החזר אור מהקרנית
- יצירת קשר עין בזמן משחק, תגובה לקריאת שמו
- לב
- ריאות
- איברי מין
- רגליים
- פישוק האגן
- החזרי הגנה – החזר צנחן מטה, קדימה, והחזרי תמיכה בישיבה
- בדיקה האם התנועתיות סימטרית
- טונוס, החזרים גידיים
- עור

בדיקת מדרגות התפתחות

הדרכה

התמודדות המשפחה

- חרדת נטישה וההתמודדות עמה

התפתחות

- חשיבות פיתוח המשחק לתינוק ומשחק משותף הורה/אחים עם התינוק
- בדיקת התמודדות המשפחה עם שנת הלילה של התינוק ומתן הדרכה במידת הצורך, בשינוי

אורח חיים בריא

- השתתפות התינוק בארוחות משפחתיות, מתן עצמאות באכילה בהתאם ליכולת הפיזית וגיוון המזון
- המשך מתן תוסף ויטמין D
- המשך מתן תוסף ברזל
- מניעת חשיפה לעישון
- מניעת השכבה עם בקבוק חלב או כל שתיה ממותקת
- בריאות השן, הדרכה לניקיון הפה והשיניים בהתאם לגיל
- מניעת חשיפה למסכים

בטיחות

- בטיחות האכלה, הבית והרכב

ביקור גיל 12 חודשים

דגשים באנמנזה

- בריאות התינוק ומשפחתו
- שינויים במסגרת היום במידה ויש
- תוצאות ספירת דם

בדיקת מדרגות התפתחות

הדרכה

התמודדות המשפחה

- חרדת נטישה וההתמודדות עמה
- בדיקת התמודדות המשפחה עם שנת הלילה של התינוק ומתן הדרכה, במידת הצורך, בשינוי

התפתחות

- חשיבות פיתוח המשחק לתינוק ומשחק משותף הורה/אחים עם התינוק
- קריאה
- זמן בחוץ - במרחב בטוח ובגני שעשועים

אורח חיים בריא

- השתתפות התינוק בארוחות משפחתיות, וגיוון המזון
- המשך מתן תוסף ברזל עד גיל 18 חודשים
- מניעת חשיפה לעישון
- מניעת השכבה במיטה עם בקבוק חלב או כל שתיה ממותקת
- בריאות השן, הדרכה לניקיון הפה והשיניים בהתאם לגיל
- מניעת חשיפה למסכים

בטיחות

- בטיחות הבית והרכב

חיסונים

- DTaP-IPV-HIB
- PCV 13
- MMRV

הפנייות

- רופא שיניים לילדים

ביקור 18 חודשים

דגשים באנמנזה

- המסגרת בה נמצא הפעוט
- אכילה מגוונת ועצמאית
- שינה - היגינה והיקף שעות
- התפתחות, הליכה ותנועה במרחב
- התאמות הסביבה הביתית לבטיחות הפעוט

דגשים בבדיקה גופנית

- מראה כללי, גדילה
- עיניים: החזר אור אדום, החזר אור מהקרנית
- יצירת קשר עין בזמן משחק, תגובה לקריאה בשם
- סימנים של בעיות נשימה עקב שקדים מוגדלים

- לב
- ריאות
- מבנה רגליים כולל שוקיים וכפות רגליים
- תבנית הליכה
- יש ליזום שיחה ומשחק עם הפעוט, תוך מתן תשומת לב לשפה בה הוא משתמש ולאינטראקציה החברתית שלו

הערכת מדרגות התפתחות

בדיקות סינון

שאלון לאיתור בעיות תיקשורת (ASD)²⁸

הדרכה

התמודדות המשפחה

- נטיית הפעוט להגיד "לא" וההתמודדות איתה, הצבת גבולות

התפתחות

- חשיבות קריאת ספרים וסיפור סיפורים לפעוט, כמו גם, שילובו בפעילויות המשפחה
- חשיבות פיתוח המשחק של הפעוט ועם הפעוט, ושימוש בחפצים נגישים מתוך הבית
- חשיבות יציאה למשחק בחוץ

אורח חיים בריא

- השתתפות הפעוט בארוחות משפחתיות, וגיוון המזון
- מניעת חשיפה לעישון
- מניעת השכבה במיטה עם בקבוק חלב או כל שתיה ממותקת
- בריאות השן, הדרכה לניקיון הפה והשיניים בהתאם לגיל
- מניעת חשיפה למסכים

בטיחות

- בטיחות הבית והרכב

חיסונים

- Hepatitis A

הפנייות

- רופא שיניים לילדים

²⁸ Zwaigenbaum L et al. Early Screening of Autism Spectrum Disorder: Recommendations for Practice and Research. Pediatrics 2015;136 Supplement1

ילדות מוקדמת

ביקור גיל שנתיים וחצי

דגשים באנמנזה

- המסגרת בה נמצא הפעוט וכן, על מעבר לגן במסגרת הרשות המקומית בגיל 3 שנים
- השתלבות חברתית בגן וקבלת חוות דעת מצוות הגן
- התפתחות השפה, אוצר המילים ובהירות הדיבור
- גמילה מחיתולים

דגשים בבדיקה גופנית

- מראה כללי, גדילה
- יש ליזום שיחה ומשחק עם הפעוט תוך מתן תשומת לב לשפה בה הוא משתמש ולאינטראקציה החברתית שלו
- עיניים - החזר אור אדום ומהקרנית
- לב
- ריאות
- בטן
- עור
- הליכה

הערכת מדרגות התפתחות

חיסונים

- Hepatitis A
- שפעת עונתית

הפניות

- רופא שיניים לילדים

הדרכה

התמודדות המשפחה

- נטיית הפעוט להגיד "לא" וההתמודדות איתה
- הצבת גבולות

התפתחות

- חשיבות קריאת ספרים וסיפור סיפורים לפעוט, כמו גם, שילובו בפעילויות המשפחה
- חשיבות פיתוח המשחק של הפעוט כולל עם ילדים אחרים בני גילו

- חשיבות משחק פתוח בחוץ

אורח חיים בריא

- אורח חיים בריא לכלל המשפחה
- מניעת חשיפה לעישון
- צחצוח שיניים וביקור אצל רופא השיניים לטיפול מונע
- הגבלת חשיפה למסכים לפחות משעתיים ביום²⁹

בטיחות

- בטיחות הבית והרכב
- חבישת קסדה ברכיבה על אופניים

ביקור גיל שלוש וחצי

דגשים באנמנזה

- בדיקת חוויית המעבר לגן
- התפתחות השפה, אוצר המילים ומובנות הדיבור
- בדיקת קיומם של קשיים בגמילה

דגשים בבדיקה הגופנית

- מראה כללי, גדילה
- יש ליזום שיחה ומשחק עם הפעוט תוך מתן תשומת לב לשפה בה הוא משתמש ולאינטראקציה החברתית שלו
- לב
- ריאות
- בטן
- עור
- איברי מין - באישור ההורים
- הליכה

בדיקת מדרגות התפתחות

בדיקות סינון

- בדיקת שמיעה במכון שמיעה
- בדיקת ראייה אובייקטיבית כגון, אצל רופא עיניים

29 <http://www.pediatrics.org/images/screens1115.pdf>

הדרכה

התמודדות המשפחה

- יש לבדוק באם יש קשיים בגמילה

התפתחות

- חשיבות קריאת ספרים וסיפור סיפורים לפעוט, כמו גם, שילובו בפעילויות המשפחה
- חשיבות פיתוח המשחק של הפעוט כולל עם ילדים אחרים בני גילו

אורח חיים בריא

- ארוחות משפחתיות מסודרות
- אורח חיים בריא לכלל המשפחה
- מניעת חשיפה לעישון
- צחצוח שיניים וביקור אצל רופא השיניים לטיפול מונע
- הגבלת חשיפה למסכים לפחות משעתיים ביום

בטיחות

- בטיחות הבית והרכב
- חבישת קסדה ברכיבה על אופניים

חיסונים

- שפעת עונתית

הפנייות

- רופא שיניים לילדים

ביקור גיל 5 שנים

הדגשים באנמנזה

- השתלבות חברתית בגן וקבלת חוות דעת מצוות הגן

הדגשים בבדיקה גופנית

- ניתן לבדוק את הילד בלבוש קל, בדיקה מלאה לפי שאלות ההורים
- מראה כללי, גדילה
- יש ליזום שיחה עם הילד, תוך מתן תשומת לב לשפה בה הוא משתמש ולאינטראקציה החברתית שלו
- עיניים: החזר אור מהקרנית ובירור תוצאות בדיקת סקר ראייה
- לב
- ריאות
- בטן

■ עור

■ הליכה

הדרכה

התמודדות המשפחה

■ חששות לגבי מעבר לכיתה א' במידה ויש

■ פעילויות פנאי בתוך המשפחה, חוגים

התפתחות

■ חשיבות קריאת ספרים

■ חשיבות משחק עם חברים

אורח חיים בריא

■ ארוחות משפחתיות מסודרות

■ מניעת חשיפה לעישון

■ צחצוח שיניים וביקור אצל רופא השיניים לטיפול מונע

■ הגבלת חשיפה למסכים לפחות משעתיים ביום

בטיחות

■ בטיחות הבית והרכב

■ חבישת קסדה ברכיבה על אופניים

נספח א': טבלה א': לוח מרכז

הדרכה	הפניות	חיסונים ³	בדיקות סקר	התפתחות ²	הקף ראשי ¹	אורך / גובה ¹	שקילה ¹	רופא	גיל
נספח ג' לקיחת חומצה פולית, יוד ⁷ וברזל		השלמות להורים לפי הצורך	בדיקות סקר גנטיות ^{4 5}					נ	טרום היריון
הכנה ללידה הכנה להנקה ¹⁴		DaPT לאם ⁹ שפעת הורים בעונה						נ	טרום לידה ⁸
התחלת לקיחת ויטמין ס ¹⁵ קבלת ויטמין א זמ ¹⁶		Hepatitis B שפעת עונתית ¹⁴ למשפחה להגנה	Otoacoustic Emission(OAE) ¹⁰ Red Reflex ¹¹ DDH ¹² סקר יילודים ¹³	ב	ב	ב	ב	ב	1-2 ימים
הנקה ¹⁸ מניעת SIDS ¹⁹ שמירת התינוק מקירור בטיחות הבית והרכב		שפעת עונתית למשפחה להגנה	צהבת ¹⁷ תוצאות סקר שמיעה	נ	נ	נ	נ	נ	5 ימים
הנקה ²⁰ מניעת SIDS מערך טיפת חלב בטיחות הבית והרכב		שפעת עונתית למשפחה להגנה		ט	ט	ט	ט	ט	עד שבועיים
הנקה מניעת SIDS המשך לקיחת ויטמין ס בטיחות הבית והרכב		Hepatitis B שפעת עונתית למשפחה להגנה	Edinburgh Depression Screening Test ²¹ בדיקת תוצאות סקר יילודים	ט	ט	ט	ט	ט	חודש
הנקה לקראת חזרה לעבודה מניעת SIDS בטיחות הבית והרכב הכנת משפחה לשעת חירום		DTaP-IPV-HIB PCV 13 Rotavirus שפעת עונתית למשפחה להגנה	Red/Corneal Reflex DDH	ט	ט	ט	ט	ט	חודשיים
הנקה מניעת SIDS המשך לקיחת ויטמין ס בטיחות הבית והרכב התחלת מתן ברזל ²³		DTaP-IPV-HIB PCV 13 Rotavirus שפעת עונתית ²² למשפחה להגנה		ט	ט	ט	ט	ט	4 חודשים
העלאת מינון ברזל ²⁰ בריאות השן		DTaP-IPV-HIB Hepatitis B Rotavirus bOPV שפעת עונתית		ט	ט	ט	ט	ט	6 חודשים
		שפעת עונתית	Red/Corneal Reflex DDH	ט	ט	ט	ט	ט	9 חודשים
	רופא שיניים	DaPT-IPV-HIB PCV 13 MMRV שפעת עונתית		ט	ט	ט	ט	ט	12 חודשים
		bOPV Hepatitis A שפעת עונתית	Red/ Corneal Reflex	ט	ט	ט	ט	ט	18 חודשים
בטיחות הכנה למעבר למערכת הגנים	רופא שיניים	Hepatitis A שפעת עונתית	Red/ Corneal Reflex	ט	ט	ט	ט	ט	2-2.5 שנים

הדרכה	הפניות	חיסונים ³	בדיקות סקר	התפתחות ²	הקף ראש ¹	אורך / גובה ¹	שקילה ¹	רופא	גיל
	רופא עיניים ²⁵ רופא שיניים	שפעת עונתית	²⁴ Audiometry	ט	ט	ט	ט		3,5-4 שנים
בטיחות הכנה למעבר למערכת בית ספר	רופא עיניים רופא שיניים	שפעת עונתית	⁵ Blood Pressure	ט	ט	ט	ט	ט	5-6 שנים

מקרא:

ט נעשה בטיפת חלב | **ב** נעשה בבית חולים | **ג** נדרש

נספח ב': מיפוי חומרים להדרכת הורים של עמותת גושן

קישור	תיאור	כותרת	נושא
https://gadalta.org.il/colic-heb/	מהו קוליק ואיך אפשר להקל על התינוק?	קוליק ("גזים"): כשהתינוק לא רגוע	חודשים ראשונים
https://gadalta.org.il/your-newborns-first-days-heb/	למה לצפות ומהן הבעיות הנפוצות בשבוע הראשון? מראה, האכלה, שינה, התפתחות, התקשרות, בעיות נפוצות: משקל, הפרשות עיניים, פריחה, צהבת	הימים הראשונים בחיי התינוק	חודש ראשון
https://gadalta.org.il/child-growth-charts-heb/	כיצד מתייחסים לעקומות הגדילה?	עקומות גדילה של ילדים	גדילה והתפתחות
https://gadalta.org.il/0-1-month-newborn-development-heb/	מה התינוק שלכם צפוי לעשות, איך לעזור ומתי לגשת לרופא הילדים?	התפתחות תינוקות: החודש הראשון	התפתחות
https://gadalta.org.il/1-2-months-newborn-development-heb/	מה התינוק שלכם צפוי לעשות, איך לעזור ומתי לגשת לרופא הילדים?	התפתחות תינוקות: 1-2 חודשים	התפתחות
https://gadalta.org.il/2-3-months-newborn-development-heb/	מה התינוק שלכם צפוי לעשות, איך לעזור ומתי לגשת לרופא הילדים?	התפתחות תינוקות: 2-3 חודשים	התפתחות
https://gadalta.org.il/3-4-months-baby-development-heb/	למה לצפות, כיצד אפשר לעזור ומתי לפנות לקבלת עזרה?	התפתחות תינוקות בגיל 3-4 חודשים	התפתחות
https://gadalta.org.il/4-5-months-baby-development-heb/	למה לצפות, כיצד אפשר לעזור ומתי לפנות לקבלת עזרה?	התפתחות תינוקות בגיל 4-5 חודשים	התפתחות
https://gadalta.org.il/5-6-months-baby-development-heb/	למה לצפות, כיצד אפשר לעזור ומתי לפנות לקבלת עזרה?	התפתחות תינוקות בגיל 5-6 חודשים	התפתחות
https://gadalta.org.il/6-7-months-baby-development-heb/	למה לצפות, כיצד אפשר לעזור ומתי לפנות לקבלת עזרה?	התפתחות תינוקות בגיל 6-7 חודשים	התפתחות
https://gadalta.org.il/7-8-months-baby-development-heb/	למה לצפות, כיצד אפשר לעזור ומתי לפנות לקבלת עזרה?	התפתחות תינוקות בגיל 7-8 חודשים	התפתחות
https://gadalta.org.il/8-9-months-baby-development-heb/	למה לצפות, כיצד אפשר לעזור ומתי לפנות לקבלת עזרה?	התפתחות תינוקות בגיל 8-9 חודשים	התפתחות
https://gadalta.org.il/9-10-months-baby-development-heb/	למה לצפות, כיצד אפשר לעזור ומתי לפנות לקבלת עזרה?	התפתחות תינוקות בגיל 9-10 חודשים	התפתחות
https://gadalta.org.il/10-11-months-baby-development-heb/	למה לצפות, כיצד אפשר לעזור ומתי לפנות לקבלת עזרה?	התפתחות תינוקות בגיל 10-11 חודשים	התפתחות
https://gadalta.org.il/11-12-months-baby-development-heb/	למה לצפות, כיצד אפשר לעזור ומתי לפנות לקבלת עזרה?	התפתחות תינוקות בגיל 11-12 חודשים	התפתחות
https://gadalta.org.il/jaundice-in-newborns-heb/	מהם התסמינים, כיצד בודקים ומתי לפנות לרופא הילדים?	צהבת בתינוקות רכים	ימים ראשונים
https://gadalta.org.il/hygiene-and-daily-care-for-babies-heb/	כיצד רוחצים את התינוק, גוזזים לו ציפורניים ומטפלים בחבל הטבור?	היגיינה וניקיון יומי לתינוקות	ימים ראשונים
https://gadalta.org.il/umbilical-care-heb/	למה לצפות, כיצד מנקים את האזור ומתי לפנות לרופא הילדים?	טיפול בחבל הטבור	ימים ראשונים
https://gadalta.org.il/breastmilk-heb/	מהם היתרונות של חלב אם והנקה, מהי שגרת הנקה טובה ועד מתי להניק?	חלב אם	הנקה

קישור	תיאור	כותרת	נושא
https://gadalta.org.il/breastfeeding-attachment-techniques-heb/	הנקה טובה מתחילה בהצמדת התינוק לשד בצורה טובה. הנה המדריך המלא	הנקה- איך להצמיד את התינוק לשד	הנקה
https://gadalta.org.il/oversupply-of-breastmilk-and-engorgement-heb/	כיצד נוצרים עודף חלב אם וגודש, כיצד להקל ומתי לפנות לקבלת עזרה	עודף חלב אם וגודש בשד	הנקה
https://gadalta.org.il/how-to-increase-milk-supply-heb/	אם את מרגישה שאין לך מספיק חלב, הנה דרכים להגברת הייצור	כיצד להגביר את ייצור החלב	הנקה
https://gadalta.org.il/expressing-and-storing-breastmilk-heb/	כיצד יש לאחסן את חלב האם השאוב בביטחה לשימוש במועד מאוחר יותר?	שאיבה ואחסון חלב אם	הנקה
https://gadalta.org.il/bottle-feeding-babies-equipment-and-formula-heb/	מהו הציוד לו תזדקקו, איך מכינים וכיצד מאכילים ומנקים בצורה בטוחה?	תינוקות הניזונים מבקבוק: ציוד ותחליפי חלב לתינוקות	האכלה מבקבוק
https://gadalta.org.il/tummy-time-heb/	מדוע חשוב להשכיב תינוקות על הבטן, מתי ואיך עושים את זה?	שכיבה על הבטן	התפתחות
https://gadalta.org.il/making-home-safe-for-kids-heb/	טיפים לשמירה על בית בטוח לילדכם	להפוך את הבית לבטוח לילדים	בטיחות
https://gadalta.org.il/about-sleep-heb/	כך תוכלו לעזור לילדכם לפתח הרגלי שינה בריאים וגישה חיובית כלפי שינה	שינה	שינה
https://gadalta.org.il/about-newborn-sleep-heb/	היכן, כמה ומתי אמור התינוק שלכם לישון?	שינה אצל תינוקות רכים	שינה
https://gadalta.org.il/towards-independent-sleep-heb/	כך תלמדו את תינוכם לפתח דפוסי שינה בריאים בחודשים הראשונים לחייו	מתכוננים לשינה עצמאית	שינה
https://gadalta.org.il/safe-sleeping-11-tips-heb/	מספר אמצעים פשוטים ויעילים להפחתת הסיכון למוות פתאומי בלתי צפוי	11 טיפים לשינה בטוחה	SIDS
https://gadalta.org.il/the-amazing-journey-of-language-development-heb/	התפתחות השפה בילדים היא דבר מופלא! כיצד תוכלו לעזור לילדכם?	המסע המופלא של התפתחות השפה	שפה
https://gadalta.org.il/language-development-3-18-months-heb/	למה לצפות, כיצד אפשר לעזור ומתי לפנות לקבלת עזרה?	התפתחות השפה: גיל 3-18 חודשים	שפה
https://gadalta.org.il/dental-care-for-babies-heb/	מתי, איך, כמה ועל מה חשוב להקפיד?	כיצד לטפל בשיני תינוקות	שיניים
https://gadalta.org.il/healthy-habits-for-a-healthy-life-12-tips-heb/	כך תוכלו לבסס התנהגות, אכילה והרגלים בריאים מרגע הלידה	הרגלים בריאים לחיים בריאים: 12 טיפים	הרגלים בריאים
https://gadalta.org.il/promoting-good-sleep-for-children-heb/	לכמה שינה זקוק התינוק, מהם דפוסי השינה שלו ומה הקשר להתפתחות?	שנת תינוקות בגיל 2-12 חודשים	שינה
https://gadalta.org.il/positive-bedtime-routines-heb/	לא עוד מלחמות! כך תשתמשו בשגרה חיובית, או טקס השכבה ושינה	שגרת השכבה ושינה חיובית	שינה
https://gadalta.org.il/12-15-months-toddler-development-heb/	למה לצפות, כיצד אפשר לעזור ומתי לפנות לקבלת עזרה?	התפתחות פעוטות בגיל 12-15 חודשים	התפתחות
https://gadalta.org.il/15-18-months-toddler-development-heb/	למה לצפות, כיצד אפשר לעזור ומתי לפנות לקבלת עזרה?	התפתחות פעוטות בגיל 15-18 חודשים	התפתחות
https://gadalta.org.il/18-24-months-toddler-development-heb/	למה לצפות, כיצד אפשר לעזור ומתי לפנות לקבלת עזרה?	התפתחות פעוטות בגיל 18-24 חודשים	התפתחות

נושא	כותרת	תיאור	קישור
שפה	התפתחות השפה בגיל שנה עד שנתיים	צפויה לכם התפתחות שפתית מדהימה עם ילדכם! למה תוכלו לצפות?	https://gadalta.org.il/language-development-1-2-years-heb/
התפתחות	התפתחות פעויות בגיל שנתיים-שלוש	למה לצפות, כיצד אפשר לעזור ומתי לפנות לקבלת עזרה?	https://gadalta.org.il/2-3-years-toddler-development-heb/
שפה	התפתחות השפה בגיל שנתיים עד שלוש	בשלב הזה, ילדכם וודאי כבר מקשקש ברוב שעות היום. למה תוכלו לצפות?	https://gadalta.org.il/language-development-2-3-years-heb/
ויטמין D	מה צריך לדעת על ויטמין D	מדוע אנו זקוקים לויטמין D, מה הקשר לשמש ולמזון ומה הטיפול במחסור?	https://gadalta.org.il/vitamin-d-what-you-need-to-know-heb/
התפתחות	התפתחות ילדי גן בגיל שלוש-ארבע	למה לצפות, כיצד אפשר לעזור ומתי לפנות לקבלת עזרה?	https://gadalta.org.il/3-4-years-preschooler-development-heb/
התפתחות	התפתחות השפה בגיל שלוש עד ארבע	למה לצפות מאוצר המילים, ניהול השיחות, הסיפורים והמשחק?	https://gadalta.org.il/language-development-3-4-years-heb/
התפתחות	התפתחות ילדי גן בגיל ארבע-חמש	למה לצפות, כיצד אפשר לעזור ומתי לפנות לקבלת עזרה?	https://gadalta.org.il/4-5-years-preschooler-development-heb/
שפה	התפתחות השפה בגיל ארבע עד חמש	למה לצפות מאוצר המילים, ניהול השיחות, ההגייה וההבנה?	https://gadalta.org.il/language-development-4-5-years-heb/
התפתחות	התפתחות ילדים בגיל 5-6	למה לצפות, כיצד אפשר לעזור ומתי לפנות לקבלת עזרה?	https://gadalta.org.il/5-6-years-child-development-heb/
שפה	התפתחות השפה בגיל 5-6	על אוצר מילים, סיפור סיפורים ושימוש במשפטים. למה לצפות?	https://gadalta.org.il/language-development-5-6-years-heb/
חודשים ראשונים	דיכאון אחרי לידה בנשים	איך מזהים דיכאון אחרי לידה, מהן השפעותיו ואיך מטפלים בו?	https://gadalta.org.il/postnatal-depression-pnd-and-women-heb/
חודשים ראשונים	דיכאון אחרי לידה: כיצד לטפל בבת הזוג	על תמיכה רגשית, מעשית, בעיות שעלולות לצוץ וטיפול בעצמכם	https://gadalta.org.il/postnatal-depression-caring-for-your-partner-heb/

סרטונים רלוונטיים עם קישור (Link)

- [סרבנות שינה](#)
- [לילות ללא שינה](#)
- [חשיבות האב בהתפתחות הילד](#)
- [גמילה מחיתולים](#)
- [דיכאון אחרי לידה](#)
- [קשר עם תינוק לאחר לידה](#)
- [טיפים להנקה מיהנה](#)
- [קריאת סיפורים לילדים](#)

נספח ג': נושאים להתייחסות טרום היריון²⁶ ²⁷

אורח חיים

- המלצה לפעילות גופנית בעצימות בינונית
- יעוץ בנוגע לתרופות ללא מרשם, תוספי תזונה, ותרופות טבעיות מסוגים שונים

חברתית

- סקר אלימות במשפחה
- סקר סוציאלי (לדוגמה - מקום מגורים, תחבורה, מצב כלכלי משפחתי, גורמי תמיכה)

תזונה

- טיפול בעודף משקל או בתת-תזונה, במידה ויש
- מתן חומצה פולית
- 400 מיקרוגרם ליום לכלל הנשים בגיל הפוריות
- 5 מ"ג ליום בנשים עם עבר מיילדותי של עובר עם פגם מסוג neural tube defect
- צריכת יוד
- הערכת סיכון לחסרים תזונתיים

סקר מחלות זיהומית

- בדיקות דם למחלות מין וצהבת B
- לעבור על פנקס החיסונים
- לא מומלץ בדיקות סקר של CMV²⁸
- לשאול לגבי חשיפה לזיקה

חיסונים

- אדמת, אבעבועות, צהבת B - במידת הצורך
- חיסון לשפעת - להיריון עתידי בתקופת החורף
- השלמת חיסונים לפי צורך

בבדיקות סקר גנטיות

- הפנייה לבדיקות המתאימות בהתאם למוצא ההורים²⁹

חשיפה סביבתית

- הפסקת עישון
- חשיפות מקצועיות לחומרים מסוכנים

- כימיקלים ביתיים - הימנעות ממדללי צבע, סולבנטים, וקוטלי חרקים
- חשיפה לקרינה בתחילת ההיריון

הערכה רפואית

- יש להעריך אם קיימת בעיה בריאותית לא מאובחנת או לא מאוזנת (סוכרת, מחלות בלוטת התריס, מחלות שיניים וחניכיים, מחלות לב, אסטמה) וטיפול בהתאם
- חרדה/דיכאון ומצבים נפשיים אימהיים אחרים - יש לדון במצב הנוכחי, ולשקול תועלת/סיכון בהמשך/הפסקת טיפול תרופתי קבוע
- הערכת סיכונים בהריונות קודמים - בחינת אפשרויות מניעה וכן, התייחסות להיבטים רגשיים ולצורך בתמיכה נפשית מתאימה.
 - ניתוח קיסרי
 - לידה מוקדמת
 - יתר לחץ-דם ורעלת הריון
 - סוכרת
 - חוסר התאמה בקבוצות Rh
 - דימום לאחר הלידה (post partum hemorrhage)
 - קרישיות יתר (DVT - פקקת ורידים או PE תסחיף ריאתי)

ביקורת רופא שיניים לשמירה על בריאות השן של ההורים

נספח ד': נושאים הנכללים בהנחיות

להלן ספרות התומכת בחשיבות הנושאים הנכללים בהנחיות. ייתכן, כי לא כל ההמלצות הקיימות בספרות אומצו להנחיות בארץ.

התמודדות המשפחה

דאגות ההורים - הנושא החשוב ביותר בכל ביקור, הינו מה שחשוב להורים³⁰ לכן, בתחילת כל ביקור ובסופו יש לשאול את ההורים האם ישנם נושאים שעליהם היו רוצים לשוחח או שאלות שהיו רוצים לשאול.

מניעת אלימות³¹

לאלימות כלפי ילדים והזנחת ילדים יש מחיר פסיכולוגי ובריאותי.³² אי-לכך, חשוב, לתמוך במשפחות, על-מנת למנוע השלכות שליליות אלה, ולהפנות מקרים חשודים לשירותים המטפלים (עו"ס לחוק הנוער ושירותי רווחה). גם אלימות כלפי בן זוג גובה מחיר בריאותי של הילדים, ולכן, חשוב לאתרה ובמידה והיא קיימת לעודד את הנפגע לקבלת עזרה וטיפול³³.

איתור דיכאון הורים והפנייה לטיפול³⁴

הורות - כולל תפקידים משלימים של שני ההורים³⁵

התמודדות עם מחלות שכיחות^{36 37}

התפתחות הילד

התפתחות פיזית (גדילה)

מעקב גדילה הינו חלק אוניברסלי ברפואת ילדים.³⁸ מעקב גדילה בילדות מוקדמת מבוסס על עקומות של ה-WHO¹. מטרת תהליך המעקב היא גילוי סימנים ראשונים של מחלות בילדים ואיתור תת-תזונה³⁹ והשמנת יתר.^{40 41}

התפתחות פסיכו-ניורולוגית^{42 43}

מעקב אחר התפתחות הילד בניטור התפתחות, כפי שנעשה בטיפת חלב; התייחסות לדאגות ההורים ומעקב התפתחותי במכון להתפתחות הילד לילדים בסיכון, עשויים לאתר בעיות מוקדם דיו ובשלב שההתערבות עדיין יכולה לשנות את המהלך.⁴⁴

עידוד התפתחות מיטבית

קיימת עדות מדעית לכך, שקריאת ספרים לילדים⁴⁵ ומשחק עימם⁴⁶ משפרים את התפתחות הילד, ולכן, חשובה הדרכת הורים על חשיבות מהלכים אלה.

ראייה²⁵

ראייה חשובה מאד לתפקוד היום-יומי וללמידה. מעקב על התפתחות הראייה וגורמי סיכון ל-AMBLYOPIA הינה חשובה למניעת עיוורון.

שמיעה

שמיעה תקינה חשובה להתפתחות השפה, ללמידה ולהתמודדות היום-יומית. בדיקות סקר שמיעה ליילוד¹⁰ תורמות לאיתור מוקדם של בעיות שמיעה, אך בעיות יכולות להתפתח גם

בגילאים מבוגרים יותר. לפיכך, המשך מעקב והתייחסות לדאגות ההורים הינם חשובים מאד. בערך ב-50% מהילדים עם ירידה בשמיעה אין מימצאים בתשואול ולכן, מומלצת בדיקה אובייקטיבית בגיל 4 שנים ובילדים הנמצאים בקבוצות סיכון אפילו קודם.²⁴

אורח חיים בריא

תזונה⁴⁷

עולה ההבנה בגין חשיבות התזונה עבור התפתחותו המיטבית של התינוק.⁴⁸ עידוד הנקה ותמיכה בשימורה תורמות רבות לבריאות הילד ואמו. הקניית הרגלי אכילה בריאים עשויה למנוע השמנה וחסרים תזונתיים כגון חוסר ברזל, ויטמין D¹⁵ ויוד⁴⁹ העלולים לפגוע בבריאות הילד ובהתפתחותו.

בריאות השן⁵⁰

לשיניים וחניכיים בריאים יש תפקיד חשוב בבריאות הילד. מניעת עששת, המחלה המדבקת השכיחה ביותר בילדות, מתחילה עוד לפני הלידה בטיפול בשיניים של ההורים ושל הדמויות המטפלות בילד. הדרכה למניעת שתיית משקאות מתוקים החל מינקות וצמצום שיניים מהשנה הראשונה, עשויה לתרום רבות להפחתת שכיחות מחלת העששת בישראל.

מניעת מחלות מדבקות

דאגה להתחסנות הורים וילדים (ראה נספח ז') לפי תדריך החיסונים, יכולה למנוע את רוב התחלואה במחלות המדבקות שיש נגדן חיסון. רופאים המתקשים עם הורים המהססים לחסן את ילדיהם יכולים להיעזר באתר מידעת.⁵¹ חשוב גם להדריך הורים לא להביא ילדים חולים לגן.

בטיחות

מניעת תאונות בית

חבלות ללא כוונה תחילה (UNINTENTIONAL INJURY) גורמות לחלק ניכר של תמותה בילדים. הדרכה לבטיחות יכולה להפחית מגיפה זו.⁵²

בטיחות בדרכים

תאונות דרכים גורמות לשיעורי תמותה גבוהים בארץ.⁵³ הקפדה על כללי נהיגה בטוחה וחגירת הילדים⁵⁴ באופן נכון ברכב עשויות למנוע מקרי מוות מיותרים אלה.

התמודדות עם מצבי חירום⁵⁵

מאחר שלא כל מצב הוא בר - מניעה, יש לעודד משפחות לקחת קורסים לעזרה ראשונה בילדים.⁵⁶ בגלל המיקום הגיאוגרפי והגיאופוליטי של מדינת ישראל, חשוב שהורים יהיו מודעים להנחיות פיקוד העורף בדבר "צבע אדום" ורעידות אדמה ויתרגלו עם המשפחה כיצד לפעול במצבי חירום מעין אלה.

נספח ה': השלמת מתן ויטמין K לתינוקות

חוזר מנכ"ל 99/44 מורה על מתן ויטמין K בזריקה תוך-שרירית כשיגרה לכל יילוד, סמוך, ככל הניתן, לזמן הלידה. מתן ויטמין K לתוך השריר לאחר הלידה הוכח כאמצעי יעיל למניעת דימום בייילוד כתוצאה ממחסור של ויטמין K. תופעה זו יכולה לקרות עד גיל 21 שבועות. דימום מאוחר שכיח יותר בתינוקות הניזונים מחלב אם.

א. משרד הבריאות ממליץ כי כל תינוק יקבל מנת ויטמין K לאחר הלידה, הדרך המועדפת למניעת דימומים הינה בזריקה לתוך השריר

ב. בביקור הראשון בטיפת חלב יש לוודא כי התינוק אכן קיבל ויטמין K

ג. עבור תינוקות שקיבלו ויטמין K דרך הפה על ההורים לפנות ולקבל מנות נוספות בקופת החולים לגבי מתן דרך הפה ועדת מומחים שפעלה מטעם המועצה הלאומית לפדיאטריה המליצה על מתן מנות ויטמין K - כלהלן:

א. מנה ראשונה תינתן תוך 6 שעות מהלידה במינון 1 מיליגרם, מיד כאשר התינוק יכול לקבל מזון או תרופות דרך הפה

ב. מנה שנייה תינתן בגיל 5-9 ימים במינון דומה

ג. תינוקות היונקים חלב אם יקבלו מנה פומית שלישית של הוויטמין בגיל 6-9 שבועות ובאותו מינון 1 מ"ג

ד. בכל מצב בו התינוק אינו יכול לקבל את אחת המנות דרך הפה, או במקרה ופלט או הקיא את התרופה תוך שעה ממתן הוויטמין, יש לחזור ולתת לו את הוויטמין פעם נוספת. אם לא ניתן לחזור על המתן דרך הפה, יש לתת את הוויטמין בזריקה תוך-שרירית

ה. יש להפנות לקופת חולים לטיפול כל תינוק שלא קיבל ויטמין K לאחר הלידה. יש להשלים מתן ויטמין K לכל תינוק שטרם קיבלו עד גיל 21 שבועות

נספח ו': הנחיות למשחק עם ילדים

רקע

ילדים אוהבים לשחק והם פעילים מטבעם. פעילות ותנועה תורמות להתפתחות תקינה של תינוקות, פעוטות וילדים צעירים והיא מתרחשת בעיקר, באמצעות משחק. ככל שילדים מתפתחים וגדלים, מרחב התנועה והתמרון שלהם גדל. תפקיד ההורים והמטפלים להפוך את המרחב לסביבה שמעודדת פעילות, תנועה חופשית, חשיבה יצירתית, הזדמנות לחקור ולגלות, פתרון בעיות ומשחק חברתי מיהנה ו"כייפי". יש לאפשר לילדים כמה שיותר זמן למשחק ותנועה חופשיים במהלך חיי היום-יום, ללא התערבות. ניתן לעשות זאת בבית, במסגרת חינוכית ובחוץ. עם זאת, מומלץ לשלב גם משחק מובנה. חשוב לספק, הזדמנויות רבות לתרגול המיומנויות החדשות שהם רוכשים כל יום, לחזק ולעודד אותם בהתאם. תפקיד המבוגרים כמודלים לחיקוי גם הוא חיוני. הגברת מעורבות הורים ומטפלים אחרים בפעילות ומשחק תורמת לתחושה של הנאה משתפת ומשותפת ומעלה את הסיכוי של הכנסת פעילות לשגרה.

יתרונות פעילות לגיל הצעיר

- משפיעה על כל תחומי ההתפתחות
- מפתחת יכולת למידה, יכולת ריכוז, יצירתיות והתנסויות חדשות
- מפתחת מיומנויות מוטוריות
- תורמת לבניית עצמות ושרירים חזקים
- משפרת ומחזקת מיומנויות שיווי משקל וקואורדינציה
- מקדמת מיומנויות חברתיות ותיקשורתיות
- מעודדת אינטראקציות עם אחרים
- משרה תחושה של אושר, מסוגלות והנאה
- מעודדת עצמאות
- מעודדות התמודדות עם מכשולים ואתגרים
- מסייעת לחוות נפילות למען ההצלחות
- שומרת על גוף בריא
- מטמיעה הרגלים בריאים

עידוד פעילות ותנועה

1. תינוקות ופעוטות עד שלב ההליכה:

- עודדו משחק פעיל מספר פעמים ביום
- בחרו במשחקים על הרצפה, המעודדים את התינוקות/פעוטות למשוך ולדחוף, להושיט ידיים ולנוע במרחב. התחילו עם "זמן בטן" ו"זמן גב" בשעות בהן התינוק ער, ועם עליית הגיל, זחילה, ישיבה, התרוממות, וקימה במרחב. אפשרו אינטראקציות היוצרות תיקשורת והגיבו לתינוקות.
- לא מומלץ, להשתמש בהליכונים לתינוקות הגורמים לתלות, עלולים לעכב הליכה עצמאית והתפתחות מוטורית ומהווים אביזר לא בטיחותי

2. מגיל שנה ועד גיל חמש:

- עודדו פעילות ותנועה במשך לפחות 180 דקות בכל יום הנצברות לאורך כל שעות היום, כולל זמן שהתינוק/ילד נמצא במסגרת חינוכית
- שלבו פעילות בשגרה היום-יומית של המשפחה
- כל פעילות חשובה ותורמת להתפתחות תקינה
- ספקו ציוד מתאים המעודד פעילות - גם בפנים וגם בחוץ, למשל כדורים, צעצועים שמתגלגלים ושאפשר למשוך ולדחוף, להושיט אליהם יד וכ'
- שמשו מודל חיקוי לילדים
- בצעו פעילות במרחבים המתאימים לגיל הילד עם דגש על הנאה, חקר וגילוי, התנסות ובטיחות
- הימנעו ממצב של חוסר תנועה, למשל, ריסון בעגלה או השארת תינוק בסל-קל/כיסא/לול במשך יותר משעה ברציפות, למעט, בזמן שינה או נסיעה ברכב

הגבלת צפייה ושימוש במסכים

- הרבו במשחק עם הילדים. הוא תורם להתפתחות המוח יותר מהיחשפות למדיה אלקטרונית
- הימנעו מחשיפה של ילדים צעירים עד גיל שנתיים למדיה אלקטרונית
- במידה ואתם בוחרים לאפשר לילדיכם חשיפה למדיה אלקטרונית, בחרו בתכני צפייה מותאמים לגיל, צפו יחד עמם ותווכו את התכנים
- הימנעו מהתקנת מערכת טלוויזיה או מחשב בחדר השינה של הילדים
- הגבילו את השימוש באפליקציות מבוססות מכשירים אלקטרוניים, לרבות טלפונים ניידים ומחשבי לוח (טאבלטים), לעד שעה ביום תוך תיווך במשחק

הימנעו מחשיפת ילדים למדיית רקע הפועלת שעות ארוכות ביום

המלצות לפעילויות ולמשחקים	גיל ושלב התפתחותי
<ul style="list-style-type: none"> ■ דברו עם תינוככם והרעיפו עליו חיובים ■ שירו שירים ונדנדו/נענעו אותו ■ עשו עיסוי תינוקות ■ השכיבו ל"זמן בטן" ■ חשפו למרקמים שונים ■ בשכבו על הבטן הניחו לפניו צעצועים ומראה ובכך, תעודדו אותו לפתח את שליטת הראש, הכתפיים והגוף ■ השכיבו את התינוק על צד ימין ועל צד שמאל לסירוגין, עם צעצועים לפניו ■ תלו מעליו משחקים (כגון אוניברסיטה) שיגיעו לגופו בשכיבה על הגב כשהוא עירני. בבוא הזמן, יגיע עם ידיו ורגליו אליהם ■ תנו לתינוק הזדמנות לבעוט בלי ריסון או חגירה ■ צאו לפארק 	<p>לידה - 4 חודשים</p>
<ul style="list-style-type: none"> ■ הגיבו ל"דיבורים" של התינוק ■ שירו עם התינוק - שירי ילדים ושירי הפעלה ומגע עדין ■ אפשרו זמן משחק עצמאי על משטח ■ הניחו את התינוק על משטח פתוח ובטוח עם צעצועים סביבו במטרה לעודד זחילה ולהגיע לצעצועים ■ הושיבו את התינוק על ברכי מבוגר/ בכיסא תינוק/ על הרצפה בתמיכת כרית ■ צאו לפארק 	<p>שליטת ראש 4-6 חודשים</p>
<ul style="list-style-type: none"> ■ שחקו משחקי "קוקו", משחקי ידיים ואצבעות ■ עודדו אותו להושיט ידיים למשחקים ■ סדרו מרחב בטוח על הרצפה ■ עודדו זחילה והגעה למשחקים במרחקים שונים ■ צאו לפארק 	<p>זחילה 6-9 חודשים</p>
<ul style="list-style-type: none"> ■ הקצו מרחב בטוח לזחילה בבית ומחוצה לו כדי לאפשר חקירה של הסביבה בביטחה ■ אפשרו תנועה במרחב בטוח תוך כדי התנסות במרחקים, גבהים ועומקים שונים כגון זחילה מתחת לשולחן וכו' ■ אפשרו הכנסת והוצאת חפצים ממכלים, דחיפה ומשיכה של חפצים או משחקים בגדלים שונים כגון עגלה או כיסא ■ תמכו בו על-ידי הושטת ידיים כדי לעודד הליכה ■ עודדו ניידות מוגנות ע"י פיזור חפצים, כריות וקופסאות קרטון בשטחי המשחק ■ אפשרו לו לטפס על גוף המבוגר היושב על הרצפה ■ תרגלו קימה לעמידה בכוחות עצמו או בעזרת רהיטים ■ הניחו חפצים בגובה (על ספה, על קופסאות גדולות וכו') כדי לעודד קימה 	<p>זחילה ושיבה 9-12 חודשים</p>

המלצות לפעילויות ולמשחקים	גיל ושלב התפתחותי
<ul style="list-style-type: none"> ■ הקצו מרחב בטוח ופתוח להליכה בבית ובחוץ ■ צאו עם ילדיכם לטיול רגלי בטבע ■ אפשרו לו להתנסות במשחקים עם גלגלים המתאימים לגילו כגון, בימבות ועוד ■ בקרו בגני שעשועים וגוונו את השימוש במתקנים השונים 	מתחיל ללכת 12-18 חודשים
<ul style="list-style-type: none"> ■ בקרו בגני שעשועים או בפארק וגוונו את השימוש במתקנים ■ משחק מחבואים, משחקי דחיפה ומשיכה, משחקי כדור, בובות, מכוניות משחק, אוכל מדומה וכו' ■ רקדו לקצב מוזיקה ■ אפשרו רכיבה של הילד/ה על תלת-אופן קטן או בימבה ■ ספקו מרחב לרוץ ולטפס 	פעוט עצמאי 18-24 חודשים
<ul style="list-style-type: none"> ■ עוודדו ריצה וטיפוס ■ תנו לשחק עם סרטים צבעוניים או צעיפים, חישוקים ובלונים היכולים להוסיף להנאה ■ שחקו תפיסה, זריקה וחבטה תוך שימוש בכדורים חפצים בגדלים שונים ומחומרים שונים, בועות סבון ועוד ■ תנו לילד לעזור להורה/מבוגר בעבודות הגינה ביניהן חפירת בורות לצמחים, שתילה, השקיה במשפך או בפחיות מים או שתילת גינה קטנה. במגבלות מקום ניתן ליצור גינת עציצים ■ גוונו חוויות בגני המשחקים - טיפוס, נדנדות ומגלשות ■ בנו מסלול מכשולים באמצעות פריטים מהבית - קופסאות קרטון, פחים, כיסאות ושולחנות - זאת, כדי לאפשר לו לחקור מתחת, מעל, דרך וסביב ■ עוודדו משחקי קפיצה - ניתן ליצור נהר דמיוני באמצעות חבל, או הר דמיוני באמצעות כרית כשהילדים יקפצו מעליה ■ עוודדו משחק עם חברים - תופסת, כדור, מחבואים ומשחק חופשי ■ עוודדו משחק עם חיות מחמד וחיקוי תנועה של חיות 	שנתיים - חמש שנים

עצות למשחק בטיחות

- **סביבה:** הפכו את ביתכם לסביבה בטיחותית עבור התינוק כך, שיוכל לנוע ולחקור בביטחה. שימו אביזרים מסוכנים הרחק מחוץ להישג ידם וחברו סגרי ביטחון לארונות המטבח והשירותים
- **חפצים:** בחרו דברי משחק שאין להם חלקים קטנים, רופפים, חלודים או חדים
- **מים:** תמיד הישארו עם ילדיכם כשהם משחקים עם מים/ במים
- **התנסות:** עוודדו את ילדיכם להתנסות בדברים חדשים אך אל תכריחו אותם

עצות נוספות נמצאות באתר ארגון "בטרם" לבטיחות ילדים

נספח ז': חיסון נגד מנגוקוקוס B

בחודש מרץ 2019, משרד הבריאות אישר מתן חיסון נגד מנגוקוקוס B - ראה בקישור הבא עמודים מס' 13-14:

https://www.health.gov.il/UnitsOffice/HD/PH/epidemiology/td/docs/320_MM.pdf

לפי תדריך החיסונים, המנות הדרושות הן:

קבוצת גיל	סדרה ראשונית	מרווח בין המנות בסדרה הראשונית	מנת דחף
2-5 חודשים ללא גורם סיכון נוסף*	2 מנות	חודשיים	מנה אחת בגיל 15-12 חודשים 6 חודשים לפחות לאחר המנה הקודמת**
2-5 חודשים עם גורם סיכון נוסף*	3 מנות	1 חודש	מנה אחת בגיל 15-12 חודשים 6 חודשים לפחות לאחר המנה הקודמת**
6-11 חודשים (שלא חוסנו בעבר)	2 מנות	חודשיים	מגיל 12 חודשים וחודשיים לפחות לאחר המנה הקודמת**
12-23 חודשים (שלא חוסנו בעבר)	2 מנות	חודשיים	מנה אחת 23-12 חודשים אחרי המנה הקודמת
2-10 שנים	2 מנות	חודשיים	אין המלצה למנת דחף
11 שנים והלאה	2 מנות	1 חודש	אין המלצה למנת דחף

הערה - הנחיות על מתן דחף לאורך שנים עדיין לא פורסמו

* אין לתת את המנה הראשונה לפני גיל 8 שבועות

** מומלץ לתת מנה זו לפני שמלאו 24 חודשים

משך ההגנה מתרכיב Bexsero אינו ידוע. ההערכה הינה שמתן שתי מנות מעניק הגנה לתינוקות למשך כ- 18 חודשים, ומתן מנת דחף לאחר 12 חודשים מעניק הגנה לכ-36 חודשים. אי לכך, צפוי שמתן התרכיב יגן על תינוקות ופעוטות בתקופת הסיכון הגבוהה ביותר לחלות.

מקורות

- 1 משרד הבריאות (2014) חוזר ראש שירותי הבריאות תדריך להערכת גדילה ומצב תזונתי מהלידה עד גיל 6 שנים
http://www.health.gov.il/hozer/BZ16_2014.pdf
- 2 משרד הבריאות (2016) חוזר ראש שירותי הבריאות תדריך לביצוע הערכות התפתחות ולפנוטות עד גיל שש שנים
http://www.health.gov.il/hozer/bz12_2016.pdf
- 3 משרד הבריאות (2018) חוזר ראש שירותי הבריאות תדריך חיסונים
http://www.health.gov.il/UnitsOffice/HD/PH/epidemiology/td/docs/tadrich_Chisunim.pdf
- 4 משרד הבריאות (2018) חוזר ראש שירותי בריאות הציבור. בדיקות סקר באוכלוסייה לשם גילוי זוגות בסיכון ללידת ילדים עם מחלות תורשתיות חמורות
https://www.health.gov.il/hozer/BZ10_2016.pdf
- 5 משרד הבריאות (2018) חוזר ראש שירותי בריאות הציבור. ייעוץ גנטי לשם אבחון מחלות או מומים בעובר לקראת היריון או במהלכו
https://www.health.gov.il/hozer/BZ02_2018.pdf
- 6 משרד הבריאות (2018) חוזר ראש שירותי בריאות הציבור. טיפול בחומצה פולית להפחתת הסיכון למומים מולדים בתעלה העצבית
https://www.health.gov.il/hozer/bz01_2018.pdf
- 7 <https://www.health.gov.il/PublicationsFiles/IodineMarch2017.pdf> משרד הבריאות (2017) תזונת יוד וסקר יוד במקורות מי שתייה
- 8 Yogman M, Lavin A, Cohen G. The Prenatal Visit. Pediatrics. 2018;142(1):e20181218
- 9 אתר משרד הבריאות חיסונים לנשים לפני הריון, בזמן ההיריון ולאחר לידה
https://www.health.gov.il/Subjects/pregnancy/during/Pages/vaccine_pregnant.aspx
- 10 משרד הבריאות (2018) חוזר חטיבת הרפואה: סיקור שמיעה לייילודים
https://www.health.gov.il/hozer/mr05_2018.pdf
- 11 <http://www.neonatology.co.il> האיגוד הישראלי לנאונטולוגיה (2010) הנחיה קלינית: החזר אדם
- 12 משרד הבריאות (2007) חוזר מינהל רפואה. איתור-אי-ציבוצת מפרק הירך בייילודים ובתינוקות
https://www.health.gov.il/hozer/mr17_2007.pdf
- 13 משרד הבריאות (2018) חוזר מינהל רפואה. בדיקות סקירה בייילודים לזיהוי מוקדם של מחלות אנדוקריניות, מטבוליות ואימונולוגיות
https://www.health.gov.il/hozer/mr02_2018.pdf
- 14 American Academy of Pediatrics. Committee on Infectious Disease. Recommendations for Prevention and Control of Influenza, 2017-2018," (Pediatrics 2017;140(4):e20172550. <http://pediatrics.aappublications.org/content/early/2017/09/06/peds.2017-2550>
- 15 לחינוקות D3 משרד הבריאות (2008) שירותי בריאות הציבור. שינוי בהמלצות למתן ויטמין
http://www.health.gov.il/hozer/BZ_01072008.pdf
- 16 ויטמין K אתר משרד הבריאות. ויטמין
https://www.health.gov.il/PublicationsFiles/VitaminK_2112016.pdf
- 17 <http://www.neonatology.co.il> האיגוד הישראלי לנאונטולוגיה (2013) הנחיה קלינית: מעקב וטיפול בצבתה היילוד
- 18 האיגוד לרפואת ילדים, האיגוד לרפואת משפחה. החברה לרפואת הנקה בישראל. תפקיד הרופא בעידוד ותמיכה בהנקה וטיפול באם המניקה ובתינוקה
https://www.ima.org.il/userfiles/image/clinical_90_Hanaka.pdf
- 19 <http://www.health.gov.il/Subjects/infants/care/Pages/SIDS.aspx> אתר משרד הבריאות. המלצות לסביבה בטוחה בשינה לתינוקות
- 20 משרד הבריאות (2017) חוזר ראש שירותי בריאות הציבור. חוזר לקידום, הגנה ותמיכה בהנקה בטיפות חלב
https://www.health.gov.il/hozer/bz06_2017.pdf
- 21 משרד הבריאות (2014) חוזר ראש שירותי בריאות הציבור נוהל לאיתור נשים בסיכון לדיכאון בהריון ולאחר לידה
https://www.health.gov.il/hozer/bz03_2014.pdf
- 22 <https://www.health.gov.il/Subjects/vaccines/flu/Pages/professional.aspx> אתר משרד הבריאות. חיסון נגד שפעת - מידע לאנשי מקצוע
- 23 משרד הבריאות (2014) חוזר ראש שירותי הבריאות. תדריך למניעת אנמיה וחוסר ברזל בתינוקות ובפעוטות
https://www.health.gov.il/hozer/BZ17_2012.pdf
- 24 Harlor ADB et al. Hearing assessment in infants and children: recommendations beyond neonatal screening. Pediatrics 2009;124:1252-63
- 25 Loh AR, Chaing MF. Pediatric vision screening. Pediatrics in Review 20018;39:
- 26 <https://www.wikirefua.org.il/> נייר עמדה איגוד ישראלי למיילדות וגניקולוגיה
- 27 American College of Obstetrics and Gynecology. Committee Opinion Paper 762: Preconception. Obstetrics and Gynecology 2019;133:e78-89.

- 28 בנשים הרות (CMV) משרד הבריאות (2011) חוזר המינהל הכללי. בדיקות לאיתור זיהום בנגיף ציטומגלו
https://www.health.gov.il/hozer/mk25_2011.pdf
- 29 משרד הבריאות (2018) חוזר ראש שירותי הבריאות. ייעוץ גנטי לשם אבחון מחלות או מומים בעובר לקראת היריון או במהלכו
https://www.health.gov.il/hozer/BZ02_2018.pdf
- 30 Schuster MA1, Duan N, Regalado M, Klein DJ. Anticipatory guidance: what information do parents receive? What information do they want? Arch
 Pediatr Adolesc Med. 2000;154:1191-8.
- 31 Flaherty EG, Stirling J, The Committee on Child Abuse and Neglect. The pediatrician's role in child maltreatment prevention. Pediatrics 126;2010
 (Reaffirmed 2014)
- 32 Shonkoff JP, Garner AS; Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health; Committee on Early Childhood, Adoption, and Dependent
 Care; Section on Developmental and Behavioral Pediatrics. The lifelong effects of early childhood adversity and toxic stress. Pediatrics. 2012;129
- 33 Thackeray JD, Hibbard R, Dowd MD, The Committee on Child Abuse and Neglect, and the Committee on Injury, Violence, and Poison Prevention.
 Intimate partner violence: the role of the pediatrician. Pediatrics 2010; 125 (Reaffirmed 2014)
- 34 Marian F. Earls, Michael W. Yogman, Gerri Mattson, Jason Rafferty. Committee on Psychosocial Aspect of Child and Family Health. Incorporating
 recognition and management of perinatal depression into pediatric practice. Pediatrics 2019;143: :e20183259
- 35 Yogman M, Garfield CF, Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health. Fathers' roles in the care and development of their
 children: the role of pediatricians. Pediatrics 2016; 138 (1) e20161128
- 36 איגוד רופאי ילדים, חיפ"א, חיפ"ק. הנחיות קליניות להורדת חום בילדים (2014)
https://www.ima.org.il/userfiles/image/clinical_38_lowerfever.pdf
- 37 קוונצוב נ וכו. תכשירים לשיעול ונולת המיעדים לילדים - סיכום ביניים 2009, Israeli Journal of Pediatrics
- 38 de Onis M, Wijnhoven TM, Onyango AW. Worldwide practices in child growth monitoring. J Pediatr. 2004;144:461-5.
- 39 Mehta NM et al. Defining Pediatric Malnutrition: a paradigm shift toward etiology-related definitions. J Parenter Enteral Nutr. 2013;37:460-481.
- 40 Kleven JE, Borge R. Addressing childhood obesity at every well-child visit - a systems approach to incorporating screening, prevention, and
 treatment into the primary care office visit. Pediatrics 2018; 141
- 41 Barlow SE. Expert committee recommendations regarding the prevention, assessment, and treatment of child and adolescent overweight and
 obesity: summary report. Pediatrics. 2007;120:S164-S192.
- 42 Council on Children With Disabilities, Section on Developmental Behavioral Pediatrics, Bright Futures Steering Committee, Medical Home
 Initiatives for Children With Special Needs Project Advisory Committee. Identifying infants and young children with developmental disorders in the
 medical home: an algorithm for developmental surveillance and screening. Pediatrics 2006;118
- 43 McQuiston S, Kloczko N. Speech and language development: monitoring process and problems. Pediatrics in Review 2011; 32
- 44 Rose L, Herzig LD, Hussey-Gardner B. Early intervention and the role of pediatricians. Pediatrics in Review 2014;
- 45 Mendelsohn AL, Klass P. Early language exposure and middle school language and IQ: implications for primary prevention. Pediatrics 2018;142
- 46 Yogman M et al. The power of play: a pediatric role in enhancing development in young children. Pediatrics;2018:142
- 47 Gidding SS et al. Dietary Recommendations for Children and Adolescents: A Guide for Practitioners. Pediatrics 2006;117.
- 48 Sarah Jane Schwarzenberg, Michael K. Georgieff, AAP Committee on Nutrition. Advocacy for Improving Nutrition in the First 1000 Days to Support
 Childhood Development and Adult Health. Pediatrics 2018;141; e20173716
- 49 https://www.health.gov.il/Subjects/FoodAndNutrition/Nutrition/Adequate_nutrition/Pages/iodine.aspx
- 50 Section on Pediatric Dentistry and Oral Health. Preventive Oral Health Intervention for Pediatricians. Pediatrics 2008;122
- 51 אתר מידעת <http://midaat.org.il/>
- 52 Sanders JE, Mogilner L. Child safety and injury prevention. Pediatrics in Review 2015; 36
- 53 אתר אור ירוק <https://www.oryarok.org.il/>
- 54 אתר ארגון בטרם <http://www.beterem.org>
- 55 AAP Committee on Pediatric Emergency Medicine Committee on Medical Liability Task Force on Terrorism. The pediatrician and disaster
 Preparedness. Pediatrics 2006; 117
- 56 Callahan JM, Fuchs SM, AAP Committee on Pediatric Emergency Medicine. Advocating for life support training of children, parents, caregivers,
 school personnel, and the public. Pediatrics. 2018;141(6): 20180704



המכון לאיכות
ברפואה



ההסתדרות הרפואית בישראל
המכון לאיכות ברפואה