

TheMarker המחלקה המסחרית - תוכן שיווקי



שיקום גוף ונפש

# חזרה לחיים

חלק מפצועי המערכה יזדקקו לשיקום רפואי-גופני, אשר יחזיר אותם לתפקוד פיזי, חברתי, מקצועי. רבים מהפצועים כמו גם החברה הישראלית כולה, נזדקק לשיקומה של הנפש, שנפגעה ברמות שונות. משימות השיקום מוטלות לפתחן של הדיסציפלינות המתאימות והמקצועיות

## איכילוב: שיקום בשביל"ם

ד"ר אורלי ברק



ד"ר אורלי ברק | צילום: יחידת הצילום, דוברות איכילוב

המערך שלנו מותאם ומיועד לשיקום הפצועים המורכבים ביותר, שוקקים לשיקום במקביל לטיפול כירורגי, אורתופדי, נירוכירורגי ועוד. אנחנו לא משקמים רק את הגוף, אלא שמים דגש משמעותי על השיקום הנפשי, ככל אמצעי השיקום הקיימים, לרבות אמצעים טכנולוגיים ודיגיטליים חדשניים.

חלק מוקדם בתהליך, כולל שיקום מקצועי ות-עסוקתי, הקניית השכלה וכישורים שיאפשרו למשוקם לחזור לחיים פעילים, יצרניים ומשמעותיים.

ד"ר אורלי ברק, מנהלת בית החולים השיקומי ובשביל"ם (בית החולים לשיקום פצועי מלחמה) המרכז הרפואי איכילוב ת"א

לתמיכה: בשביל"ם - בית החולים לשיקום פצועי מלחמה, 03-6974238 [cynthias@tvmc.gov.il](mailto:cynthias@tvmc.gov.il)

התמיכה מוכרת על פי סעיף 46 לפקודת מס הכנסה

אני עומדת בין בנייני איכילוב הגבוהים. על בניין אחד תולים שלט חדש "בשביל"ם - בית החולים לשיקום פצועי מלחמה. על הגג ממול נוחת מסוק יסעור עם חיילים פצועים קשה. אני סומכת על האנשים שלנו, שהחיילים יגיעו אלינו לשיקום.

באיכילוב פעלה עד לאחרונה מחלקת שיקום כללי בת 52 מיטות אשפוז ו-50 עמדות אשפוז יום שיקומי. לאור הצפי לצורך משמעותי במע"נה שיקומי בעקבות המלחמה, הוחלט להרחיב את יכולות בית החולים השיקומי, הושקעו מאמצים ומשאבים רבים, מחלקות השיקום הגריאטריות הועברו לאתרים חלופיים בבית החולים, וכעת מוקדש בניין השיקום כולו, על כל 120 מיטותיו, לקליטת פצועי המלחמה. לאלה מתווספות 100 עמדות אשפוז יום, מר-

פאות מומחים ו-Tele-Rehabilitation. התפיסה השיקומית שלנו קובעת שהפצוע נכנס למעגל השיקומי עם יציאתו מחדר הניתוח. מתאמת שיקום מלווה אותו לאורך האשפוז החריף, ויחד עם רופאי השיקום וצוות מקצועות הבריאות, נתפרת עבורו החליפה השיקומית המותאמת לו אישית: טיפול שי-קומי במחלקה האורתופדית, אשפוז שיקומי, שיקום יום, מכונים ועוד.

בשל היותנו חלק מבית חולים כללי שלישוני,

# משפחה בשבוע

משפחת לוי ורטהיים נמצאת בביה"ח השיקומי באיכילוב



## אנחנו על הספה

אסי חיים

צילום: אסי חיים

> משפחת לוי ורטהיים, שדרות <

## "אני אחזור אפילו לחודש על המדים, גם בלי אקדח, זה יהיה הניצחון שלי"

■ **תוכניות? שלומי:** "אני כבר קרוב לפנסיה והארכתי בשנה את השירות. במשפחה לא רוצים שאחזור אבל אם אני מפה חוזר הביתה – המחבלים ניצחו אותי. אני אוהב את המדים ואני אחזור אפילו לחודש על המדים, גם בלי אקדח, זה יהיה הניצחון שלי ואז אפרוש. אולי אלך לעבוד עם הבן שלי באינטל באבטחת איכות או שאעשה רישיון על אוטובוס".

■ **מה את עושה? איילת:** "מאז שעברנו לשרי רות אני בבית. מטפלת בבית, כביסות, אוכל".

■ **מצב כלכלי? שלומי:** "אנחנו בסדר". איילת: "אני ואגם פה במלונית ועדיין לא יכולים לחזור הביתה". שלומי: "אתה מראיין אותנו יום לפני שאגם מתגייסת. היינו צריכים להשיג דברים כדי שיהיה לה למחר כי כל הדברים בבית". איילת: "לא חסר לנו כלום אבל הבעיה שאתה לא בבית שלך ולא יכול להתארגן. כבר יותר מחודש וחצי אנחנו בחדר קטן, אי אפשר לבשל ולעשות כלום".

■ **חזרה לשדרות? איילת:** "הטילים כבר לא אכפת לי. אבל אם לא יהיה ביטחון שמחבלים לא יוכלו להיכנס אני לא בטוחה שאחזור. מצד שני אם לא נחזור אז הם ניצחו אותנו. עדיין קשה לי לחשוב על זה".

■ **הבילוי שלכם? איילת:** "אהבנו לצאת למסע עדה ביום שישי מדי פעם. עכשיו התחלנו להיכיר קצת את תל-אביב. איך שפתחו את החנויות הלכנו אני ואגם קצת לקניות". שלומי: "הם פירקו את הכרטיס אשראי".

המבנה שעפים. ואז הם שלחו טיל שגרם לקיר לקרוס עליי ומעך לי את הצלעות שנשברו. אבל בדיעבד זה הגן עליי מכל הפיצוצים. הייתי כלוא מתחת לאבנים ולא יכול לזוז. הטילפון רוטט בכיס ואני לא יכול להזיז את היד ומבין שאני עומד למות".

■ **מה הושביש? שלומי:** "רק על המוות. חשבתי על הבית, על המשפחה ועל הסוף. כבר קיבלתי את זה ואתה מרגיש את הנשימת מות הולכות ונחלשות. אני לא יודע כמה זמן עבר, שעות, עד ששמעתי לוחמים של הימ"מ נעמדים ליד החדר ומטהרים את המבנה. כששמעתי עברית ניסיתי לקרוא להם בכוחות האחרונים והם הבינו שאני שוטר ישראלי ועברו קשה להזיז את הקיר ולחפור בהריסות רק כדי לחלץ אותי משם. הייתי 10 שעות על הרצפה פצוע ועמדתי למות. למולי הצלחתי לשרוד. נהרגו 8 שוטרים בקרב הזה".

■ **שיקום? שלומי:** "הייתי בטיפול נמרץ כמה ימים. עכשיו אני פה בביה"ח השיקומי לפצועי מלחמה באיכילוב וברוך השם אני כבר יותר טוב". איילת: "זה נס. הייתי בטוחה שהוא מת. כבר אמרו לנו שאין ניצולים".

שולחנות לרדת והיה כאוס מוחלט".

■ **שלומי:** "כבר בהתחלה נתקלתי במחבל והרגתי אותו, ואז ניסיתי לתפוס מחסה ופגתי בו בגלל וזה הרגע שהבנתי שזה אמיתי. הם התחילו להיכנס לתחנה ולירות. נכנסתי לאחד החדרים בפנים ואז נתקלתי בעוד מחבל שפגע בי ביד ועפה לי האצבע ועף לי גם האקדח. נפלתי על הרצפה ושכבתי בלי לזוז, עשיתי את עצמי מת כי עוד שנייה הם מגיעים להרוג אותי. הם הגיעו לרדת וזרקו רימון פנימה ומהרימון נשברה לי ארובת העין והיה מלא דם. זה היה מול שהתמלאתי דם כי נראיתי מת. חלק מהרדת נפלה לי על הראש כשאני עם הפנים למטה. הם הגיעו לעשות וידוא הריגה וירי בי ופגעו בזרוע ומכל הרם שהיה הם חשבו שאני מת ונעמדו לירי והתיחילו לנהל קרב כשהם בחרו איתי. ככה במשך שעות אני שוכב שם ומנסה לנשום כמה שפחות. בשלב מסוים התחיל קרב של המחבלים מול הימ"מ שניסה לפרוץ לתחנה".

■ **ימי"מ? שלומי:** "היה קרב קשה והכוחות שלנו התחילו לזרוק רימונים פנימה ואני בשלב הזה שוכב וחוסף כל מיני רסיסים של

■ **בצילום:** שלומי (56), אגם (18), איילת (52) ■ **מחויף לתמונה:** דולב (31), אופק (26) ■ **הדירה?** פנטהאוס מול עזה. 7 חדרים בשיכירות משלמים 8,300 שקל.

■ **שדרות? שלומי:** "אנחנו רק שנתיים וחצי בשדרות. 30 שנה גרנו בקריית-גת. החלטנו לעבור גם כי יש בשדרות פטור ממס הכנסה והחלטתי שלקראת הפנסיה זה עדיף. זה הרבה כסף". אגם: "לא רציתי לעזוב את החברים, אבל בסוף הסתדרתי". איילת: "עברנו בדיוק בשומר החומות. הזמנתי את המשפחה ופתאום צבע אדום. שלומי רץ לממ"ד, החליק ופרק את היד וזו הייתה קבלת הפנים שלנו לעיר. לפחות בשדרות היה לנו ממ"ד".

■ **ממ"ד? שלומי:** "בקריית-גת היה לנו מקלט שכונתי ואף פעם לא הצלחנו להגיע אליו. איילת היתה ממש חרדתית ורוקקת בשדרות הממ"ד בדירה הרגיע אותה". איילת: "אנחנו ממש מול עזה והייתי עומדת מול החלון וכיבר יודעת לאן הטילים עפים. היינו נכנסים לממ"ד עוד לפני האזעקה".

■ **7.10? שלומי:** "אני שוטר ביחידה מרחבית ותיגברתי את תחנת שדרות. הגענו ב-6:25 לתחנה ואז התחילו האזעקות עד 7:00. עוד לא הספקנו לצאת ולהתארגן וחטפנו טיל לתחנה וירי מסיבי. הם באו עשרות, מוכנים ומתורגי לים הקיפו את התחנה וירי. ברגעים האלה קייבלנו פקודה לעלות לגג ולתפוס עמדות".

■ **דיברתם? איילת:** "הוא התקשר ואמר שיורים עליהם וביקש מהבן שיוציק עזרה מהצבא". שלומי: "היא קיבלה את זה קשה. צעקות ובכי". איילת: "היה מתח נוראי. הבן והחברה היו בבית ושמענו את היריות מתחת לבניין ובשלב מסוים שלומי לא ענה. דחפנו

רוצים להשתתף במדור?

כתבו 7: Assi-h@yedioth.co.il

# ניצחון הרוח

אמן השחמט יוסף רוז'נסקי בן ה-67 הגיע לביקור משפחתי בקיבוץ חולית ונקלע לאש התופת של השבת השחורה. הוא הצליח להציל את משפחתו אחרי שהחזיק במשך שעות את דלת הממ"ד, אך איבד את רגלו מירי המחבלים. בזמן שהוא מחלים מהניתוח בבית החולים איכילוב, רוז'נסקי מעביר שיעורי שחמט מזורזים למאושפזים האחרים, והשבוע הוא נפגש למשחק מותח מול אלוף ישראל, עידו גורשטיין, ביוזמת איגוד השחמט בישראל - ויצא מנצח בלי קשר לתוצאה

שמעון אלבז | צילום: דור פזואלו



חמט צביקה ברקאי שעקב אחרי כל מהלך סיכם: "היה משחק קשה מאוד. עידו כמובן שיחק מצוין, וגם יוסף הפגין רמת משחק גבוהה מאוד. המשחק היה שקול, מצב יחסית שווה שמוביל לתיקו, אבל זה נחשב שיוסף הפסיד בגלל שהזמן שלו עבר". ברקאי, אל"ם במיל' בגולני, הוסיף כי "פעם הייתי נלחם, היום המטרה שלנו היא לחזק ולתמוך ולעזור בכל מה שניתן. המטרה של המשחק היא כמובן גם ניצחון הרוח, ההמשכיות והחזרה לדברים שאנחנו אוהבים. למרות האירוע הקשה עם ישראל מתרומם, מכה באויביו וממשיך קדימה. השחמט מאפשר לכולם לשחק, גם עם נכות כזו או אחרת. רוז'נסקי הוכיח שהוא שחמטאי מחונן גם בלי רגל".

האלוף הצעיר גורשטיין סיפר ש"היה משחק טוב. רוז'נסקי נראה בסדר, הוא אפילו קם כשהגענו שזה ממש שימח אותי, כמו גם העובדה שהוא מלמד את החברה שם לשחק שחמט. לאחרונה השתחררתי משירות צבאי וכיום אנחנו מקימים מיזם שיאפשר לאנשי שים לשחק ולהתחרות וככה להעביר את הזמן ולהפיג את המתח ברברים טובים. כל אחד מנסה לתרום את חלקו לטובת הכלל וזו התרומה שלי, כמו להגיע לפגוש את רוז'נסקי, לקיים איתו משחק ראויה ולחזק אותו. זה מאוד חשוב שכל אחר ייתן מה שהוא יכול".

רוז'נסקי הובהל לבית החולים ועבר ניתוח לקטיעת רגלו. מאז הוא מתאושש, ובינתיים מלמד את המאושפזים האחרים את סודות השחמט. השבוע, ביוזמת איגוד השחמט בישראל שהתגייס לשמח את אמן השחמט הוותיק, רוז'נסקי נפגש באיכילוב למשחק קצר (בליץ) מול אלוף ישראל, רב אמן עידו גורשטיין, שבארץ צופים לו עתיד גדול בצמרת השחמט העולמית. רוז'נסקי לא הסתיר את התרגשותו ואמר: "אם באים שחמטאים לשחק איתי זה עושה לי מצב רוח טוב ומעלה לי את המורל".

ואיך הסתיים המשחק? יו"ר איגוד הש

**"המחבלים הגיעו ודרשו שנפתח, ואני ואשתי החזקנו את הדלת בכוח. היה בום גדול, הם זרקו רימון וחוררו את הדלת, ואחר כך התחילו לירות דרך החורים. ספגתי כדור ונפלתי מיד"**

במהלך טיול בוקר בקיבוץ ראיתי פתאום עשן ושמעתי פיצוץ צימ. בהתחלה חשבתי שזה תרגיל של הצבא שלנו, משחזר יוסף רוז'נסקי את בוקר 7 באוקטובר, שבו הוא ואשתו, תושבי קריית שמונה, היו בביקור אצל הבת והנכדים בקיבוץ חולית בחבל אשכול. "חזרתי לבית, ואחרי כמה דקות כבר הבנו שהמחבלים נמצאים ביישוב ובתים התחילו לעלות באש".

רוז'נסקי (67), אמן שחמט, מאושפז מאז השבת השחורה בבית החולים בשביל"ם באיכילוב. באותו יום, אחרי שהחזיק במשך שעות את דלת הממ"ד יחד עם אשתו כדי למנוע מהמחבלים להיכנס, "הבת שלי רצה לעזור לשכנה בזמן שיש אזעקות והמחבלים מסתובבים בקיבוץ, ולמעשה הצילה את חייה. לאחר מכן הסתגרנו בממ"ד וביקשנו מהילדים להיות בשקט", הוא מספר על החוויה המבעייתית.

"המחבלים הגיעו ודרשו שנפתח, ואני ואשתי החזקנו את הדלת בכוח. היה בום גדול, הם זרקו רימון וחוררו את הרלת, ואחר כך התחילו לירות דרך החורים. ספגתי כדור ונפלתי מיה, אבל הצלחנו להחזיק מעמד עד שהגיעו כוחות צה"ל אחרי שלוש שעות. אני, אשתי והנכדה בת השש נפצענו", הוא משחזר



אמן השחמט יוסף רוז'נסקי איבד את רגלו בעוטף עזה מירי מחבלים • במהלך השיקום ב"איכילוב" הוא נפגש למשחק מול אלוף ישראל: "זה ניצחון החיים" | שמעון אלבז | עמ' 5

מלך

**א**

ה הנסיבות היו אחרות, אפשר היה לחשוב שמי דובר בתחרות: בתוך חור דש הקימו שניים מתוך שלושת מרכזי השיקום הגדולים בישראל מחלי-קות שיקומיות חדרות.

המרכז השיקומי לוינשטיין ברעננה פתח מחלקה חדשה במתחם בית החולים בילינסון בפתח-תקווה, ואיכילוב בתל-אביב השתר-רג בן לילה במחלקת שיקום נוספת. אבל אם בבילינסון נוספו רק 16 מיטות אשפוז ל-300 שכבר קיימות בלוינשטיין, באיכילוב הלכו על מהלך רחב בהרבה - 52-ל המיטות הקיימות הסיפוי פער 68, ולרגל האירוע הח-ליתו אפילו להגדיר את מרכז השיקום כבית חולים בפני עצמו, עם שם משלו, "בשבילם"

- בית חולים שיקומי לפצועי מחלמה. ההתרחבות הכרחית. בחרש שחלף מאז השבת השחורה - מרכז השיקום הגדול השי-לישי, בבית החולים שיבא, הוא שקלט את רוב נפגעי חרבות ברזל, וגם הוא, אגב, אימץ שם עצמאי - "חוזרים לחיים". ההנחה היא שה-מערכה המתמשכת בדרום ואולי גם בצפון תעלה בפצועים רבים עם פגיעות מורכבות, שתפורו בין המרכזים. גם בני החולים הרסה הר הזופים, סורוקה ופרייה מפעילים מרכזי שיקום קטנים, אך לפי דוח משרד הבריאות האחרון, אפילו בשגרה המחסור במיטות אשי פוח שיקומיות בישראל עצום: 0.09 מיטות בלבד ל-1,000 איש.

המערך השיקומי לצעירים באיכילוב נח-שב לאורך השנים לבינוני בגודלו. המחלמה שינתה את התמונה: במקביל להכשרת קומת אשפוז חדשה, בית החולים ערך בשבועיים האחרונים מסע רכש מזורז בהוצאה של מאות אלפי דולרים למכשור הנחשב ספגת השכנו-לוגיה במיטות שיקומי, חלקו כחול-לבן. כמה מהמכשירים שבהם התנסונו עם השבוע יצאו מוגינלוגיים ויי-וימיים קודם לכן.

ככלל, טכנולוגיה הפכה בשנים האחרונות למילת המפתח בטיפול בחולים עם פגיעות נוירולוגיות ואורתופדיות. בכל מרכזי השי-קות ארץ מפעילים כיום רובוטים ממוחשבים עתירי היישנים, נעזרים בטכנולוגיות מציאות מדומה הכי ערכניות, ולא נדיר אפילו למצוא בהם דו-חתי רפואה הבקאים בתוכנות משחקי הגיימינג האחרונים בשוק. לא במקרה ערכה כיום רביעי השבוע ורוע החדרשנות של שיבא, ARC יום ההגמט מיוחד ("דמו ריי"), שבו העינו ממנה חברות סטארט-אפ פיתוחי חדרשים, שאומצו כפילוט על-ידי בית החור-לים. בין השאר - טכנולוגיה המאפשרת להפוך כמעט כל משחק מחשב לפלטפורמת שיקום העוקבת אחרי התקדמות המטופל, ואפליקציות שמאפשרות לו לצלם את עצמו, ומנתחות את תנועותיו, ומסקקות לו ולמטפ-לים משוב בזמן אמת.

כבר עקשו ברוך: גם אם ה"מטאורוס", חוזן העולם הווירטואלי הטוטאלי של מארק צוקרברג, הפך כמנצח לכישולן קולוסלי בשוק - במרכזי השיקום ברחבי העולם הוא יהיה להיש היסטרי, שיוכל לגרום לשיפור דרמטי באיכות חיים של מיליוני פגועי גפיים ברחבי העולם.

**"סוכה שהוא פצוע"**

ספך אם דייודי ספרייר, מעצב משחק הווירואי Half-Life: Alyx, של חברת Valve, העלה בדעתו כי המשחק האייקוני שלו, להיש מציאות מדומה (VR) חובק עולם, ישמש גם כלי רפואי מרכזי בתהליך שיקום של פגועי גפיים. "כבר שחקנו מומלץ מאוד", אומר ל-ר"ח אלקסיס מילפונקט, 50, מנהל אשפוז היום בבית החולים "בשבילם".

Alyx הוא משחק מציאות מדומה, שמחייב

הבישת משקפי VR אטומות, המציבות את השחקן בעולם סגור כדי להילחם באויבים, להשיג אתמושת, לזרוק חפצים, הוא חייב להשתמש בבקרי ידיים אלחוטיים, ולהניע אותם שוב ושוב בטווחים ובמהירויות משי-תנים. מבחינת רופאי השיקום, הפעילות הזו יעילה פי כמה מהתנועות המונטוניות המי-שעממות והמכאניות שפגועי גפיים נדרשים לבצע בטיפולים כדי להחזיר בהדרגה תנועה לאיברים שנפגעו.

לפי מחקרים, גיימרים צעירים בריאים עוברים תהליך למידה מוטורית דרמטי כשהם שוקעים במשחקי מחשב. המוכשרים שבהם לומדים לבצע עד 90- פעולות מוטוריות בשנות ברקה. גיימר שמתחיל לשחק במשחק חדש, ירכוש בו שליטה מרשימה בתוך זמן קצר, ואחרי כמה ימי משחק יהיה מסוגל לבצע משימות מוטוריות מסובכות, שלאדם מבי-חור נראות בלתי אפשריות. הסיבה, אומרים החוקרים, היא הגירויים וההפתעות שמציעה סביבת המשחק. מהבחינה הזו, רופאי השיקום רואים במשחקים הווירטואליים מתנה מהשי-מיים עבור המטופלים שלהם.

"למציאות מדומה יש הרבה מאוד שימוש בעולם השיקום", אומר ר"ח מיטלפונקט, "חוזן מעבורה על מוטוריקה - הנעת ידיים ורגי-ליים, הרגעה ומדיטציה, מצאנו שהיא מספקת תוצאות מדהימות במטופלים עם תסמונות כאב. ל-VR יש יכולת מטרפת כיצירת ני-תוך בין הגוף והמוח - בין המודעות החווייה הכואבת שהם נמצאים בה לבין העולם הוויר-טואלי. האינו שזה קורה אפילו אצל מטופלי-כאב עם תסמונות מאור-מאוד קשות, וזה גותן לנו אפשרות לעבור איתם בהדרגה על החיבור מחדש לחיי היומיום. כאב היא בעיה שמלווה כמעט את כל המטופלים בשיקום, וההתמודדות איתו קשורה גם במנגנוני-נפשיים. אחת הדרכים להעצים את החוקות של האדם היא לייצר מצבים שבהם הוא יכול להתנתק מהכאב, להראות לו שהוא מסוגל לעשות פעילויות מורכבות, ואו להפחית לאט-לאט את הסייע הטכנולוגי ולהגביר את היכולות העצמאיות שלו".

בחדר הטיפולים של "בשבילם" מתאמים משחקי מחשב ספציפיים למגנ-לות של כל מטופל. אביגיל מלכה, מרפאה בעיסוק, מגלה בקיאות במשחקי מחשב שלא תנייש גיימרים מקצועיים. היא מסייעת לחייל מפצועי "חרבות ברזל" לחבוש את משקפי המציאות המדומה ומסבירה: "הוא טובל משני פצעי ירי בשריר הורוע האחורי, התלת-ראשי, מתקשה להגיע לטווח מלא בישראל הוד ולאורך זמן. רואים הרבל ברור כשהוא מפעיל את הורוע במהלך המשחק ב-VR. הסיבולת שלו עולה, והוא צריך פחות מנוחה. המשחקים המתאימים למי-צב שלו הם Racket: NX העתידי ומשחק האגרוף Creeds. בראשון יש צורך לתת

מכות חזקות וזה דורש יישור של המרפק, בשני נדרש כל הזמן כיפוף ויישור של הורוע. הוא נכנס ל'ראבק' במשחק - רק רוצה לנצח, ושוכח שהוא בכלל פצוע". כשיבא, אגב, נערכים בימים אלה להפעלת תוכנית טיפול ביתית במשקפי VR של חברת XRHealth, שלא תחייב את המטופלים אפילו לצאת למרחב הווירטואלי.

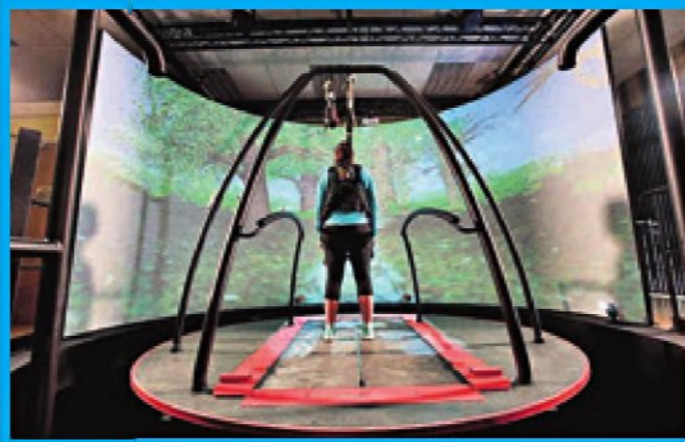
לצורך פיתוחים עצמאיים, הוצרת בית, נעזר מערך השיקום באיכילוב במרכז לתפקודי המח-של בית החולים. במרכז לפעולות מנצבת ה"חולים" VR (המנצבת לטכנולוגיות "בית") בראשות ר"ח גל רן, שהוא גם - ולא



מכשיר VR בשימוש שיקומי מציאות מדומה יכול לסייע גם בהתנתקות מחוויית הכאב | צילומים: ג'וני וזשלנד

# שיקום סוכה

**לשער שלהיט המציאות המדומה שפיתח ימשש כלי רפואי מרכזי בשיקום פגועי גפיים באיכילוב, המלחמה העלתה את הצורך בעוד ועוד כלים טיבוליים לשיקום הפצועים, ולשם כך מגויסת המילה האחרונה בטכנולוגיה: ממשחקים שממריצים תנועות חיוניות, דרך מציאות מדומה לסייע בהתמודדות עם כאבים, ועד פלטפורמות רובוטיות שמפעילות את איברי המטופל, לומדות את יכולותיו ומסייעות לשיפור התנועה**



מנצבת CAREN, עם מסך 360 מעלות משחק צעידה ו-18 מצלמות אינפרה-אדום. לשיפור תנועה, שיווי משקל וקואורדינציה



מנצבת Balance Tutor מדמה תפירות בזמן הליכה או ריצה, לצורך תרגול שיווי משקל

צילום: סי-ח'צ'ר

במקרה - חבר סגל בבית הספר לקולנוע ולטלוויזיה באוניברסיטת תל-אביב. המעבדה עוסקת אמנם בפעילות מחקרית אקדמית, אבל כוללת גם צוות פיתוח. קשר הרוק נשמר גם עם מי שמוכיל את המחקר הפסיכולוגי בחברת הגיימינג Valve, מייק אמביאר, לצורך פיתוחים המבוססים על הסביבה המשחקית של החברה. מחקריו של אמביאר מתברר, חר-פפים בחלקם לתחומים שנחקרים באיכילוב: למידה מוטורית, שימוש בחיישנים שונים ושילובם בעולם הווירטואלי ועוד.

עולם הטכנולוגיה לא זר לר"ח מיטלפונ-קט, שהוא רופא ילדים, נוירולוג ילדים ורופא שיקום. הוא גם בעל תואר במדעי המחשב, ולפני שפצה בקריירה הרפואית עבד כמת-כנת. גם היום תחומי המחקר שלו הם מידע רפואי, ביג דאטה ובינה מלאכותית ברפואה. "קה", למשל, הוא אומה "משחק שהתחל-תי לפתח עם ר"ח רן, שהיה מיועד במקור לילדים עם שיתוק מוחין ולמבוגרים אחרי שכן, במטרה לעודד לחוק תנועות בתוך סביבה משחקית באמצעות פידבק, בשבועות הראשונים שחלפו מ-7 באוקטובר ראינו שה-פצועים שמגיעים אלינו מהררוע עם פציעות ירי בידיים סובלים ממגבלות דומות; עכשיו אנתנו עוברים במהירות להתאים את הפי-תוח גם לפציעות כאלה. כך, במקום לעשות תנועה חוזרת המון פעמים - זה נעשה בתוך משחק, כשבתוכו הטמענו אפשרות כוונן-בהתאם ליכולות הספציפיות של המטופל. בעתיד נוכל להוסיף למערכת יכולות בינה מלאכותית, כך שהכוונן יתבצע אוטומטית ומטופלים ישתמשו בוה גם בבית".

השימוש במציאות מדומה ובמשחקים לצרכים שיקומיים אמנם מוכיח את עצמו בשטח, אבל בגלל שמרבית מקצועיות הוא לא נפוץ בבתי החולים המתקדמים במערב. בכיל, ישראל - בשל הניסיון הרב שנצבר בה לאורך שנים של מלחמות ופיגועים - נחשבת ממובילות בעולם בתחום. לא רק משקפי VR - "מרכז הטכנולוגי בשיקום" של שיבא, למשל, מטפלים בהפרעות תנועה, יציבה ושיווי משקל גם באמצעות מערכת מציאות וירטואלית בשם CAREN, שדומות לה נמצאות בשימוש צבאות ארה"ב. קניה והולנד. כאן את המשקפיים מחליף מסך 360 מעלות ענק, והמטופל נדרש לצעוד על משטח ברמת קושי שונות, לעבור מכשולים ועוד. התנועות שלו מוקלטות על ידי 18 מצלמות אינפרה-אדום ושטרודות למחשב. על המסך מוקרנת סצנת וירואי וירטואלי כשה שמיגובה לתנועות הללו וכך מאמנת אותו באינטרסטיביות תנועה ושיווי משקל, וריזות, קואורדינציה ועוד.

**ללכת בבועת אוויר**

גם בלי להתייחס לטכנולוגיות המציאות המדומה, בשנים האחרונות חל זינוק מרשים ברמת התחכום של מכשירי השיקום למיניהם. משפחת המכשירים המובילה בתחום ההליכה מזכירה אמנם את ההליכוניס המוכרים מתח-רי הכושה אבל היא עתירה בחיישני תנועה ומשקל, בתר-כנות מחשב, וכמוכן בבית מות בטיחות לייצוב המטופל.

המטרה אצל רובם היא לשי-מטר תכניות תנועה - "זיכרון ספינאלי" בלשון הרופאים - גם כאשר המטופל טובל מחור-לשה כאיבר הפגוע. הרובוטי-קה מאפשרת מגוון רחב של אפשרויות - מפעולה כמעט מלאה במקום החולה עד מצבים שמאפשרים תנועה עצמאית עם הקלות. אם השריר הלש

- הרובוט מפעיל אותו; אם טוח התנועה מוגבל - הרובוט "ימשיך את התנועה". המילה האחרונה בתחום, ה-Balance Tutor ("מדריך איזון"), שפותח על ידי פרופ' איציק מלצר מאוניברסיטת בן-גור-ריון ומוצר ב"מדיטאץ" הישראלית, מדמה הפרעות בזמן הליכה או ריצה - היקלת באדם אחת, מכשול במדרכה וכדומה. המ-טרה: שיפור שיווי המשקל. בעזרת תוכנות מורכבות ניתן לתרגל בו תגובות במהירויות הליכה וריצה שונות.

המייצד ריגוש אמיתי אצל מי שאינם מסוג-לים ללכת: המטופל נכנס לתוך בועת אוויר מתנפחת שתומכת בו ומקבל תחושת הליכה ואפילו ריצה בזכות הפחתה של משקל הגוף שנושאות הרגליים בעשרות אחוזים. המע-ר-כת מתאמה לפצועים לאחר שברים, שנאסר

**במרכז השיקומי של בית החולים שיבא נערכים בימים אלה להפעלת תוכנית טיבול ביתית במשקפי מציאות מדומה, שלא תחייב את המטופלים אפילו לצאת מהבית - ההדרכה תבצע מרחוק**

עליהם לדרוך על הרגל עם משקל גוף מלא. והליכוני LEXO הענק מתרגל הליכה טבעית באמצעות חיישנים, ומניע את הגוף לפעול באמצעות משוב לתנועותיו.

במכון "צעדים" בשיבא עושים שימוש גם ב"Lokomat", רובוט שפותח בשווייץ המיועד למטופלים עם כוח שריריים כלשהו ברגליים. הוא מוצמד לרגליים וממש מניע אותם באמצעות מנועים חשמליים, בדרך שמאפשרת למטופל "ללכת" בצורה שנ-ראית נורמלית.

אם מכשירי העזר לתרגול הליכה מוכי-רים הליכוניס משרדגים, הרובוט לתרגול הנעת היד Amero הוא מעין מט הויגי נע, שאליו מצמידים את יד המטופל. מערכת ממוחשבת יודעת למרוד מראש את טווחי התנועה המקסימליים של היה, ובאמצעות משחקי מחשב בסיסיים המוקרנים על מסך ממול, שבהם המטופל נדרש להניע את היד כדי לבצע פעולות - מסייעת לו לתרגל טווח תנועה מלא. במרכזים שיקומיים רבים עושים שימוש בלוחה מטרה HandTutor וב"ArmTutor - מערכות מובוסטת כשה ליד או סד לזרוע, שבתוכם משולבים חיישני תנועה, וכוללות משחק המעניק משוב מיידי בתגובה לתנועות היה.

כף היד והאצבעות הן אתגר מורכב במיוחד. במרכזי השיקום נעזרים לצורך תרגול וחיווק האצבעות במערכת הרובוטית Gloreha. היא כוללת "גידים" מלאכותיים המדמים את גידי כף היד ומאפשרים להפי-עיל את אצבעות המטופל. גם אם הוא מסוגל לתנועה חלקית בלבד - הרובוט משלים את התנועה עד סופה.

ר"ח מיטלפונקט: "אסור לטעות - אנתנו לא רופאי ידיים ורגליים, אנתנו רופאים של בני אדם. בשיקום, הגוף והנפש שלובים זה בזה. הטכנולוגיה באה לשרת, לתמוך, היא לא עומדת לעצמה. יש לנו גם פסיכולוגים ועובדות סוציאליות ומטפלים רגשיים. יש יתרון בכך שבית החולים השיקומי הוא חלק מאיכילוב: בדרך כלל המעבר מבית החולים למרכז השיקום קשה לפצועים. כאן אנתנו מלווים את המטופלים החל מהיציאה מחדר הניתוח הראשוני, כשהצוותים שלנו הולכים למחלקות הכירורגיות והאורתופדיות ומת-חילים כבר שם את עבודת השיקום, ועד הר-בה אחרי השחרור הפורמלי מבית החולים".



## רוני גמזו מונה לאחראי על תחום השיקום של נפגעי המלחמה

**על פי הנתונים הקיימים יש כ-200 נפגעים שזקוקים לשיקום ובכל שבוע מתווספים כ-40 פצועים נוספים שזקוקים לכך • כמו כן, בר סימן טוב רואה בשיקום אחד הנושאים המרכזיים על סדר היום של מערכת הבריאות בימים אלו, לצד בריאות הנפש ומיגון.**

<https://hm-news.co.il/420261/>

מנהל בית החולים איכילוב, מונה על ידי מנכ"ל משרד הבריאות משה בר סימן טוב, להיות אחראי על תחום השיקום הפיזי של נפגעי המלחמה בישראל בתקופה הקרובה. המינוי מגיע לאור העובדה שאלפי מטופלים יזדקקו לשיקום, ולאור העובדה שמספר המיטות במדינת ישראל כבר לפני המלחמה נמוך בפער גדול בהשוואה למדינות ה-OECD. על פי הנתונים הקיימים יש כ-200 נפגעים שזקוקים לשיקום ובכל שבוע מתווספים כ-40 פצועים נוספים שזקוקים לכך. כמו כן, בר סימן טוב רואה בשיקום אחד הנושאים המרכזיים על סדר היום של מערכת הבריאות בימים אלו, לצד בריאות הנפש ומיגון.

## נשיא המדינה ורעייתו ביקרו בביה"ח השיקומי לפצועי מלחמה

**נשיא המדינה ורעייתו ביקרו בחדריהם של פצועי המלחמה, חיילים ואזרחים, המאושפזים בבית החולים השיקומי • בין הפצועים פגשו את סגן הדר, המשרת בבה"ד 1 שבשבת השחורה הוקפץ לאופקים וכיסופים ונפגע מירי מחבלים**

<https://hm-news.co.il/417955/>

נשיא המדינה, מר יצחק הרצוג, ורעייתו הגב' מיכל הרצוג, ביקרו הערב (ד') בבית החולים השיקומי לפצועי מלחמה, בשביל"ם, שהוקם במרכז הרפואי איכילוב בתל אביב. נשיא המדינה ורעייתו ביקרו בחדריהם של פצועי המלחמה, חיילים ואזרחים, המאושפזים בבית החולים השיקומי. בין הפצועים פגשו את סגן הדר, המשרת בבה"ד 1 שבשבת השחורה הוקפץ לאופקים וכיסופים ונפגע מירי מחבלים (בצילום עם הנשיא, רעייתו ומנהל המרכז הרפואי איכילוב, פרופ' רוני גמזו). "סיימתי כעת ביקור מעמיק במחלקות השונות של בשביל"ם, בית החולים השיקומי לפצועי המלחמה באיכילוב, וזהו מקום מופלא. תמיד ידעתי שהמרכז הרפואי תל אביב, בניהולו של פרופ' רוני גמזו, הוא אחד ממרכזי הבריאות הטובים בעולם. עכשיו, לאחר שהייתי כאן בבשביל"ם, על אחת כמה וכמה. העבודה המדהימה, הדקדקנית, הפתרונות הרפואיים יוצאי הדופן, ההצלחות הרפואיות הפנטסטיות והתחושה שכל המטופלים מקבלים. הם בהחלט בידיים הטובות ביותר", אמר הנשיא. מנהל המרכז הרפואי איכילוב, פרופ' רוני גמזו: "כולנו כאן באיכילוב מגויסים למשימה הרפואית הראשונה במעלה – שיקום פצועי המלחמה והחזרתם לחיים מלאים בחברה הישראלית. זה החוב המוסרי שלנו, כמדינה, כלפי החיילים והאזרחים שמגיעים אלינו: להעמיד לרשותם את הצוותים המנוסים ביותר, את טכנולוגיות השיקום המתקדמות בעולם ואת הטיפול הנפשי והגופני הטוב ביותר, כך שיוכלו להמשיך בחייהם ולהגשים את כל חלומותיהם".

## "למדתי ללכת, לנשום. הכול מאפס". שיקום נגד כל הסיכויים

**הצעיר שנורה במסיבה בנובה ונמלט במשך שעות כשידו מרוסקת. השריונר שנלכד בטנק הבווער והיה בסכנת חיים בגלל כוויות ושאיפת עשן. הלוחם שנפצע בגב ושלושת אחיו עדיין משתתפים בקרבות ברצועה. במחלקות השיקום מאושפזים נפגעי 7 באוקטובר והמלחמה. שלושה מהם מספרים על הפציעות,**

<https://www.msn.com/he-il/news/other/מיוכסה-לכ-דגן-מוקיש-ספאמ-לוחה-מושנל-תכלל-יתדמל/ar-AA1lq6mf>

הצעיר שנורה במסיבה בנובה ונמלט במשך שעות כשידו מרוסקת. השריונר שנלכד בטנק הבווער והיה בסכנת חיים בגלל כוויות ושאיפת עשן. הלוחם שנפצע בגב ושלושת אחיו עדיין משתתפים בקרבות ברצועה. במחלקות השיקום מאושפזים נפגעי 7 באוקטובר והמלחמה. שלושה מהם מספרים על הפציעות, מלחמת ההישרדות והתהליך הארוך שעוד מחכה להם כ-240 בני אדם מאושפזים או מטופלים במחלקות השיקום השונות בעקבות מתקפת הטרור ב-7 באוקטובר והמלחמה בעזה. רבים מהם יזדקקו לתהליך ארוך של שיקום, שיכלול הרבה פיזיותרפיה ולא מעט ליווי נפשי. בשיחה עם "ידיעות אחרונות" מספרים שלושה מהם על האירוע שהביא לפציעתם, על הדרך הארוכה שעשו מאז, ומה למדו על עצמם בעקבות האירועים הקשים שעברו. "בשבוע שעבר, ביום שני, הייתי בבית חאנון. היינו אמורים לתקוף בניין מרכזי שם", מספר רס"ל ("מיל") ליאל איבגי (26 מכפר סבא, שמאושפז בבית החולים בילינסון, "חיכינו לכוח אחר שיצטרף אלינו, ואז חטפנו טיל ארפי-ג'. האוויר היה חם, הרגשתי שפגע בי משהו, אבל לא ידעתי בדיוק מה זה. הכול היה מלא עשן ואבק. קפצתי מהר, עפו לי משקפי המגן, ואני ועוד חייל שהיה שם רצנו תוך כדי שיורים עלינו מתוך גן ילדים. "המשכתי לרוץ עד שהרגשתי שמשוהו מציק לי בגב. שאלתי מישהו בפלוגה: 'מה יש לי בגב?' הוא אמר לי שיש לי שם רסיס, ורק אז הבנתי שנפגעתי. החובשים טיפלו בי, ותוך חצי שעה מהרגע שנפצעתי כבר הייתי על מסוק בדרך לבילינסון. באותו לילה עברתי ניתוח להוצאת הרסיסים. תוך זמן קצר הגעתי למחלקת שיקום ועכשיו אני בסדר, הולך רגיל ומרגיש טוב". לאיבגי יש ארבעה אחים, אחד מהם תאום שלו, שכולם לוחמים. שלושה מתוכם עדיין בעזה. "אני גאה בזה שכולנו הפכנו ללוחמים, ועוד עם רוב לגבעתי", הוא מספר, "ההורים דואגים, אבל בסך הכול הם יותר גאים מדואגים. בבילינסון היה מפגש עם רוב האחים. בזכות זה שנפצעתי נתנו להם לברך. יש לי אח אחד שלא יצא מעזה מאז 7 באוקטובר, וזה נתן לו יום אחד להיות בבית. רק התאום שלי לא הגיע. לא ראיתי אותו כבר קרוב לחודש". הפציעה פחות מדאיגה אותו מהעובדה שהוא לא עם החברים. "חשבתי שאחגוג את חנוכה ברצועה", אומר איבגי, "דמיינתי שאנחנו מדליקים נרות בתוך בית בעזה, ובסוף אני בבילינסון. שבועיים לפני שהאירוע הזה קרה הייתה לנו היתקלות עם שישה מחבלים והצלחנו להשמיד את כולם. היינו באווירה טובה כל המחלקה, ידענו שאנחנו יכולים לסמוך אחד על השני". מה יעשה אחרי המלחמה? "לא ממש חשבתי על זה עדיין", הוא מודה, "לפני כן עבדתי כברמן במסעדה בכפר-סבא, אבל מה שאני אוהב

לעשות זה מוזיקה, אז אני רוצה להתעסק בזה". סמ"ר ח', חייל נוסף שנפצע ברצועה, עובר את תהליך השיקום בבית החולים הדסה הר הצופים, לאחר שהיה מורדם ומונשם במשך שלושה ימים. היינו בלחימה בעזה במסגרת חטיבה 10", הוא מספר, "הייתה שריפה בטנק במהלך הלחימה, והמפקד משך אותי החוצה מהטנק לאחר שנתקעתי בתוכו. פונית לרכב אחורי, הביאו לי משככי כאבים, ואז הגעתי לסורוקה ושם הרדימו והנשימו אותי כי חששו שהריאות שלי יקרסו. יש לי פציעות וכוויות בידיים ובפנים, שאפתי עשן והייתי בסכנת חיים. ביום ראשון העירו אותי, הייתי בטיפול נמרץ בסורוקה במשך יום, לאחר מכן העבירו אותי להדסה עין כרם ושם עברתי טיפולים לכוויות, הורידו לי את החמצן לאט-לאט ועברתי תהליך שיקום של הנשימה והריאות. במהלך הזמן הזה גם עברתי שני ניתוחים להשתלת עור. לפני שבוע וחצי עברתי לשיקום בהדסה הר הצופים ואני אהיה פה בשבועות הקרובים". השיקום הוא רכבת הרים עבורו. "למדתי הכול מהתחלה: ללכת, לנשום, ממש הכול מאפס. כל כמה ימים יש התרגשות כי דברים מתקדמים. בכל הימים שהייתי מורדם ומונשם לא הייתי שותף לדאגות של המשפחה והחברים, אבל הבנתי בדיעבד שהמצב היה קשה", הוא מספר, "הרופאים מרוצים מההתקדמות שלי. הכוויות זה תהליך ארוך, של חודשים, אבל אני בחר צעיר וזה קצב שיקום הגיוני. הם גם מבסוטים מהמוטיבציה ומהרצון להשתקם, טוענים שזה חלק משמעותי. מתברר שיש את מה שהגוף שלך עושה, ויש את מה שאתה גורם לגוף שלך לעשות". כשהוא נשאל כיצד השפיע עליו האירוע, ח' אומר: "זה נותן בוסט של אנרגיה לחיים, זה מעורר, ובמקביל מטלטל. לא נראה לי שאשתנה כבן אדם בצורה קיצונית, אבל ברור שזה נותן פרספקטיבה אחרת לגבי דברים שקורים בחיים, גורם לך להעריך יותר. נקווה שזה ילך איתי הלאה". תומר צדיק נפצע במסיבה ברעים: "בשלב מסוים הייתי לבד, היד שלי נשברה והיה לי נורא קשה לזוז. לא התעמקתי בשום דבר חוץ מלרוץ ולשרוד. הבנתי מיד את גודל האירוע. ידעתי שזה הפיגוע הכי גדול בתולדות המדינה. אני שם שעות, והצבא לא מגיע" תומר צדיק (24) מתל אביב, שנפצע בידו במהלך הטבח במסיבה ברעים, עובר את תהליך השיקום בבית החולים השיקומי לפצועי מלחמה, בשביל"ם, באיכילוב. "בשש וחצי בבוקר התחילו האזעקות. בדיוק היינו באוהל", הוא מספר, "חבר הכי טוב שלי היה בכיסא לידי. היינו בין המכוניות הראשונות לצאת, וחיכתה לנו על הכביש חוליה של ארבעה מחבלים. הם התחילו לירות ותוך זמן קצר הבנתי שהיד שלי לא עובדת. קיבלתי שלוש יריות וגם חבר שלי קיבל שלוש יריות. הלכנו לאוהל של מד"א, חבשו אותנו, אך די מהר גם לשם הגיעו מחבלים. ואז, במשך שעות, עברנו ממקום למקום. בשלב מסוים הייתי לבד, היד שלי נשברה והיה לי נורא קשה לזוז. לא התעמקתי בשום דבר חוץ מלרוץ ולשרוד. הבנתי מיד את גודל האירוע. ידעתי שזה הפיגוע הכי גדול בתולדות המדינה. אני שם שעות, והצבא לא מגיע". לבסוף הוא חולץ, הגיע לסורוקה, הועבר לאיכילוב, נותח, אך חלק מהרסיסים עדיין נותרו בגופו. "היד שלי עושה כמעט הכול עכשיו, אבל בהתחלה זה לא היה ככה", הוא מספר, "חסרים לי כוח וסיבולת ואני לא יכול להרים דברים כבדים. אבל לסיפור שלי יש סוף טוב. החיים חוזרים למסלולם ואני רק יצאתי מזה יותר מחוזק, יודע שאני יכול לעשות דברים מדהימים ושיש לי כוחות שלא דמיינתי שיש לי. אם שרדתי שם, אין שום דבר שיכול לשבור אותי".



## "מהשיקום אני חוזר רק למשטרה , אפילו לחודש . אם אפרוש , המחבלים ניצחו"

**שלומי שעבר עם משפחתו לשדרות מצא את עצמו בבוקר של 7 באוקטובר בתחנת המשטרה בעיר , שהותקפה קשות . הוא נלחם במחבלים ונפצע , אך הצליח לשרוד אחרי שהיה לכוד מתחת להריסות שעות ארוכות . איילת , אשתו : "מהטילים כבר לא אכפת , אבל אם לא נהיה בטוחים שלא יהיו עוד חדירות אני ל**

<https://www.msn.com/he-il/money/other/מהמסוקישהמ/רזוח-ינא-סוקישהמ/ar-AA1kSjXD>

שלומי שעבר עם משפחתו לשדרות מצא את עצמו בבוקר של 7 באוקטובר בתחנת המשטרה בעיר , שהותקפה קשות . הוא נלחם במחבלים ונפצע , אך הצליח לשרוד אחרי שהיה לכוד מתחת להריסות שעות ארוכות . איילת , אשתו : "מהטילים כבר לא אכפת , אבל אם לא נהיה בטוחים שלא יהיו עוד חדירות אני לא בטוחה שנחזור" . משפחת לוי ורטהיים על הספה מה עושים עם המינוס , כמה משלמים על הדירה , איפה הייתה החופשה האחרונה ועל איזו הוצאה מצטערים במיוחד ? אנשים מרחבי הארץ מספרים בגילוי לב על החיים עצמם , לפני ובצל המלחמה . והפעם : משפחת לוי ורטהיים , שדרות . >> לסיפורים החשובים והמעניינים בכלכלה ובצרכנות - הצטרפו ל ערוץ הטלגרם שלנו בצילום : שלומי ( , ) 56 אגם ( , ) 18 איילת ( . ) 52 מחוץ לתמונה : דולב ( , ) 31 אופק ( . ) 26 הדירה ? פנטהאוס מול עזה 7 . חדרים בשכירות משלמים 8,300 שקל . שדרות ? שלומי : "אנחנו רק שנתיים וחצי בשדרות . 30 שנה גרנו בקריית-גת . החלטנו לעבור גם כי יש בשדרות פטור ממס הכנסה והחלטתי שלקראת הפנסיה זה עדיף . זה הרבה כסף" . אגם : "לא רציתי לעזוב את החברים , אבל בסוף הסתדרתי" . איילת : "עברנו בדיוק בשומר החומות . הזמנתי את המשפחה ופתאום צבע אדום . שלומי רץ לממ"ד , החליק ופרק את היד וזו הייתה קבלת הפנים שלנו לעיר . לפחות בשדרות היה לנו ממ"ד" . ממ"ד ? שלומי : "בקריית-גת היה לנו מקלט שכונתי ואף פעם לא הצלחנו להגיע אליו . איילת היתה ממש חרדתית ודווקא בשדרות הממ"ד בדירה הרגיע אותה" . איילת : "אנחנו ממש מול עזה והייתי עומדת מול החלון וכבר יודעת לאן הטילים עפים . היינו נכנסים לממ"ד עוד לפני האזעקה" . 7.10? שלומי : "אני שוטר ביחידה מרחבית ותיגברתי את תחנת שדרות . הגענו ב 6:25 - לתחנה ואז התחילו האזעקות עד 7:00 עוד לא הספקנו לצאת ולהתארגן וחטפנו טיל לתחנה וירי מסיבי . הם באו עשרות , מוכנים ומתורגלים הקיפו את התחנה וירו . ברגעים האלה קיבלנו פקודה לעלות לגג ולתפוס עמדות" . דיברתם ? איילת : "הוא התקשר ואמר שירים עליהם וביקש מהבן שיזעיק עזרה מהצבא" . שלומי : "היא קיבלה את זה קשה . צעקות ובכי" . איילת : "היה מתח נוראי . הבן והחברה היו בבית ושמענו את היריות מתחת לבניין ובשלב מסוים שלומי לא ענה . דחפנו שולחנות לדלת והיה כאוס מוחלט" . שלומי ? "כבר בהתחלה נתקלתי במחבל והרגתי אותו , ואז ניסיתי לתפוס מחסה ופגעו בי ברגל וזה הרגע שהבנתי שזה אמיתי . הם התחילו להיכנס לתחנה ולירות . נכנסתי לאחד החדרים בפנים ואז נתקלתי בעוד מחבל שפגע בי ביד ועפה לי האצבע ועף לי גם האקדח . נפלתי על הרצפה ושכבתי בלי לזוז ,

עשיתי את עצמי מת כי עוד שנייה הם מגיעים להרוג אותי . הם הגיעו לדלת וזרקו רימון פנימה ומהרימון נשברה לי ארובת העין והיה מלא דם . זה היה מזל שהתמלאתי דם כי נראיתי מת . חלק מהדלת נפלה לי על הראש כשאני עם הפנים למטה . הם הגיעו לעשות וידוא הריגה וירו בי ופגעו בזרוע ומכל הדם שהיה הם חשבו שאני מת ונעמדו לידי והתחילו לנהל קרב כשהם בחדר איתי . ככה במשך שעות אני שוכב שם ומנסה לנשום כמה שפחות . בשלב מסוים התחיל קרב של המחבלים מול הימ"מ שניסה לפרוץ לתחנה" . ימ"מ ? שלומי : "היה קרב קשה והכוחות שלנו התחילו לזרוק רימונים פנימה ואני בשלב הזה שוכב וחוטף כל מיני רסיסים של המבנה שעפים . ואז הם שלחו טיל שגרם לקיר לקרוס עליי ומעך לי את הצלעות שנשברו . אבל בדיעבד זה הגן עליי מכל הפיצוצים . הייתי כלאו מתחת לאבנים ולא יכול לזוז . הטלפון רוטט בכיס ואני לא יכול להזיז את היד ומבין שאני עומד למות" . מה חושבים ? שלומי : "רק על המוות . חשבתי על הבית , על המשפחה ועל הסוף . כבר קיבלתי את זה ואתה מרגיש את הנשימות הולכות ונחלשות . אני לא יודע כמה זמן עבר , שעות , עד ששמעתי לוחמים של הימ"מ נעמדים ליד החדר ומטהרים את המבנה . כששמעתי עברית ניסיתי לקרוא להם בכוחות האחרונים והם הבינו שאני שוטר ישראלי ועבדו קשה להזיז את הקיר ולחפור בהריסות רק כדי לחלץ אותי משם . הייתי 10 שעות על הרצפה פצוע ועמדתי למות . למזלי הצלחתי לשרוד . נהרגו 8 שוטרים בקרב הזה" . שיקום ? שלומי : "הייתי בטיפול נמרץ כמה ימים . עכשיו אני פה בביתה"ח השיקומי לפצועי מלחמה באיכילוב וברוך השם אני כבר יותר טוב" . איילת : "זה נס . הייתי בטוחה שהוא מת . כבר אמרו לנו שאין ניצולים" . תוכניות ? שלומי : "אני כבר קרוב לפנסיה והארכתי בשנה את השירות . במשפחה לא רוצים שאחזור אבל אם אני מפה חוזר הביתה - המחבלים ניצחו אותי . אני אוהב את המדים ואני אחזור אפילו לחודש על המדים , גם בלי אקדח , זה יהיה הניצחון שלי ואז אפרוש . אולי אלך לעבוד עם הבן שלי באינטל באבטחת איכות או שאעשה רישיון על אוטובוס" . מה את עושה ? איילת : "מאז שעברנו לשדרות אני בבית . מטפלת בבית , כביסות , אוכל" . מצב כלכלי ? שלומי : "אנחנו בסדר" . איילת : "אני ואגם פה במלונית ועדיין לא יכולים לחזור הביתה" . שלומי : "אתה מראיין אותנו יום לפני שאגם מתגייסת . היינו צריכים להשיג דברים כדי שיהיה לה למחר כי כל הדברים בבית" . איילת : "לא חסר לנו כלום אבל הבעיה שאתה לא בבית שלך ולא יכול להתארגן . כבר יותר מחודש וחצי אנחנו בחדר קטן , אי-אפשר לבשל ולעשות כלום" . חזרה לשדרות ? איילת : "הטילים כבר לא אכפת לי . אבל אם לא יהיה ביטחון שמחבלים לא יוכלו להיכנס אני לא בטוחה שאחזור . מצד שני אם לא נחזור אז הם ניצחו אותנו . עדיין קשה לי לחשוב על זה" . הבילוי שלכם ? איילת : "אהבנו לצאת למסעדה ביום שישי מדי פעם . עכשיו התחלנו להכיר קצת את תל-אביב . איך שפתחו את החנויות הלכנו אני ואגם קצת לקניות" . שלומי : "הם פירקו את הכרטיס אשראי" . רוצים להשתתף במדור ? כתבו ל [Assi-h@yedioth.co.il](mailto:Assi-h@yedioth.co.il) :

## אלה ויוסף שנפצעו עם הנכדים התאחדו בדמעות: "יש בה רצון לנצח"

**ביקור סבתא וסבא אלה ויוסף רוז'נסקי מקריית שמונה אצל בתם וארבעת הנכדים בקיבוץ חולית הפך ליום של תופת, שבמהלכו אחזו את דלת הממ"ד ומנעו מהמחבלים לפרוץ פנימה. הדלת רוססה ביריות ויושבי הממ"ד נפצעו: "חשבתי שלעולם לא אקום", מספרת אלה שאושפזה במרכז הרפואי שמיר. א**

[https://www.msn.com/he-il/lifestyle/other/אלה-ויוסף-רוז'נסקי-מקריית-שמונה-אצל-בתם-וארבעת-הנכדים-בקיבוץ-חולית-הפך-ליום-של-תופת-שבמהלכו-אחזו-את-דלת-הממ"ד-ומנעו-מהמחבלים-לפרוץ-פנימה-הדלת-רוססה-ביריות-ויושבי-הממ"ד-נפצעו-חשבתי-שלעולם-לא-אקום-מספרת-אלה-שאושפזה-במרכז-הרפואי-שמיר-א](https://www.msn.com/he-il/lifestyle/other/אלה-ויוסף-רוז'נסקי-מקריית-שמונה-אצל-בתם-וארבעת-הנכדים-בקיבוץ-חולית-הפך-ליום-של-תופת-שבמהלכו-אחזו-את-דלת-הממ)

ביקור סבתא וסבא אלה ויוסף רוז'נסקי מקריית שמונה אצל בתם וארבעת הנכדים בקיבוץ חולית הפך ליום של תופת, שבמהלכו אחזו את דלת הממ"ד ומנעו מהמחבלים לפרוץ פנימה. הדלת רוססה ביריות ויושבי הממ"ד נפצעו: "חשבתי שלעולם לא אקום", מספרת אלה שאושפזה במרכז הרפואי שמיר. אחרי 40 יום, היא הובאה לבית החולים איכילוב - שם נפגשה לראשונה עם בעלה כשסבא וסבתא מגיעים לסוף שבוע, זו סיבה לשמחה. כך בדיוק התחילה אותה שבת של שמחת תורה 7 - באוקטובר. אלה (57) ויוסף (67) רוז'נסקי, תושבי קריית שמונה, הגיעו לקיבוץ חולית שבו מתגוררים בתם ענת דימשיץ עם בעלה מיכאל וארבעת ילדיהם. "בעלי היה כבר שם שבוע קודם, כי החתן שלנו נסע לחו"ל ורצינו לעזור לענת. הצטרפתי אליו והכול התחיל נהדר", משחזרת אלה - שבימים אלו מתחילה תהליך שיקום ארוך לאחר שנפצעה קשה ונתחה כמה פעמים במרכז הרפואי שמיר. בסרטון הבא: אלה ויוסף התאחדו לראשונה אחרי 40 יום, כאשר אלה הובאה להמשך שיקום בבית החולים איכילוב שבו מאושפז בעלה. הכול התהפך עם האזעקות הראשונות שנשמעו בשעה 06:30 בעלי יוסף יצא לספורט וחשב שמדובר בתרגיל של הצבא. שם התחילה כבר לחלחל דאגה בלבנו וחיכנו שיחזור. הייתה תכונה באזור ותחושה לא טובה, הרחנו ריחות של עשן. בסביבות השעה 09:00 ענת קיבלה הודעה בקבוצת הווטסאפ, שבה מישהי סיפרה שזרקו רימון על הבית שלה. בינתיים ראינו דרך התריסים ששלושה בתים עולים באש. בעלי ואני התחלנו למלא דליים במים ולשפוך על העצים בחוץ כדי למנוע התלקחות גם אצלנו. ענת הייתה מאוד בלחץ ורצה לכיוון בית השכנה והצליחה יחד עם שכנים אחרים, לחלץ אותה משם בחיים". בינתיים, כשהם מודאגים וחסרי אונים, העסיקו את הילדים עם סמארטפונים וטאבלטים. "כשענת חזרה, היינו שמונה אנשים בבית, פלוס כלב וגם הכלב שאחד השכנים הביא אלינו. בשעות הצהריים, כנראה שהמחבלים שמעו את הנביחות של הכלב בסלון והגיעו בעקבות הרעש. כששמענו אותם, נכנסנו למרחב המוגן. בעלי ואני אחזנו בחוזקה בידינו כדי שלא יוכלו לפרוץ אותה. כשהרגשנו שהדלת נעולה, הרפינו. הם הבינו שהם לא יכולים להיכנס, והתחילו לירות דרך הדלת". עוד בנושא זה:

"שתי חברות שהיו איתי נרצחו": הפצועים שמאושפזים מאז 7 באוקטובר החברים הטובים שלחמו ונפצעו יחד - עכשיו בשיקום: "צחקנו, עם כל הכאבים" מה המטרה, לחזור ללכת? לא ללכת. לרוץ | הגיבורים של מחלקות השיקום הנכדה אופק בת השש נפגעה ברגלה, אלה ויוסף נפגעו ברגליהם, ובהמשך איבד יוסף את כף רגלו. גם הבת ענת, הנכדה גפן והנכד לביא

ספגו רסיסים קטנים, "אי אפשר לתאר את הרגעים הדרמטיים האלה, מלאי חרדה וחוסר הוודאות לגבי מה שהולך לקרות איתנו, כשבניתיים נגמרו לנו המים. היה מין שקט מוחלט. עברו כמה שעות עד שהגיעו לחלץ אותנו. יש לנו במשפחה מישהי ממד"א. שני חברים שבניתיים הגיעו אלינו, יצרו איתה קשר. היא ביקשה לצלם את הפציעות שלנו וענת קיבלה הסברים איך לחסום את הדם ולטפל בנו עד שיגיעו הפרמדיקים".

כשהגיע החילוץ בשעות הערב, אלה ואופק הובאו עם רכב צבאי לגבולות, לאחר שטופלו בחוסם עורקים. משם הובילו עם מסוק למרכז הרפואי שמיר (אסף הרופא). אלה, שאיבדה הרבה דם, איבדה גם את הכרתה. הסבא יוסף הוטס במסוק אחר לאיכילוב ובתחילה לא ידעו השניים היכן נמצא בן הזוג והאם בכלל נותר בחיים. הנכדה אופק: "סבתא שלי הייתה בטיפול נמרץ במשך שבוע וחצי ומיד כשיצאה משם, העלו אותי אליה והתרגשנו מאוד. אנחנו מאוד קשורות זו לזו והצלחנו לעשות הרבה שיחות וידאו, כשלא יכולנו להיפגש מקרוב" הנכדה אופק עברה כמה ניתוחים. לאחר הניתוח הראשון, היא הבינה שסבתה בסביבה כי זיהתה את השרשרת והעגילים שלה: "הרגשתי שאני לא לבד. זה חיזק אותי מאוד. אבא שלי חזר לארץ ביום שני ואמא שלי לא הגיעה איתנו במסוק. פחדתי מכל העולם. סבתא זה הרבה מאוד בשבילי. אותם רופאים טיפלו בנו והיינו הרבה ביחד, בין טיפול לטיפול עד שהשתחררתי. סבתא שלי הייתה בטיפול נמרץ במשך שבוע וחצי ומיד כשיצאה משם, העלו אותי אליה והתרגשנו מאוד. אנחנו מאוד קשורות זו לזו והצלחנו לעשות הרבה שיחות וידאו, כשלא יכולנו להיפגש מקרוב". בתחילת האשפוז, הציג הצוות הרפואי תכשיטים של אלה לנכדה אופק, וכך היא זיהתה שהסבתא מאושפזת באותו בית חולים. "ביום אחד, הנכדים התבגרו שנים" בימים אלה מתגוררת אופק עם משפחתה בבארות יצחק והשתלבה בלימודי כיתה א' ביישוב סמוך. בניתיים, היא נעזרת בכיסיא גלגלים עד שתתחזק ומגיעה לפיזיותרפיה ולטיפול פסיכולוגי ב"שמיר" - עוד הזדמנות לזמן איכות עם סבתה. אלה עברה עשרה ניתוחים וכעת היא נמצאת לקראת שיקום, מתכוננת להתאחד עם בעלה שעדיין לא ראתה מאותו יום טראומתי. צוות בית החולים עושה מאמצים גדולים כדי להחזיר את סבתא אלה לחיי שגרה, ואחרי שהושיבו אותה - הם מנסים להוליך אותה בסיוע מכשירים, "חשבתי שלעולם לא אקום ושלא אוכל לזוז. זה הרבה בזכות הטיפול המסור שקיבלתי כאן מכל הבחינות. אנחנו שמחים שאנחנו בחיים וזה הכי חשוב. אני רואה את הנכדים שלי, איך ביום אחד התבגרו שנים". פרופ' ליאור הלר: "אלה היא אישה מדהימה, חזקה ומרגשת שהיוותה לי השראה ונתנה לי חיזוקים במהלך הטיפול בה. יש לה פרספקטיבה מיוחדת וטובה של חוכמת חיים, אופטימיות ורצון לנצח כל מכשול" פרופ' ליאור הלר, מנהל מחלקת כירורגיה פלסטית בשמיר מספר שאלה הועברה מהמסוק מיד לחדר הניתוח: "היא סבלה מפציעות חודרות בפלג גוף תחתון ונכדתה אופק סבלה מפציעה חודרת ברגלה. בתחילה, הסבתא טופלה במחלקה לטיפול נמרץ כללי במצב קשה מאוד, ולאחר מכן עברה להמשך טיפול במחלקה לכירורגיה פלסטית. הסבתא והילדה עברו מספר רב של ניתוחים מאז אישפוזן. אופק השתחררה לשמחתנו לפני שבוע, לאחר שהצלחנו לסגור את אזור הפציעה - כשהיא הולכת על שתי רגליה ומשתקמת לאט לאט".

פרופ' הלר מספר כי במחלקתו מגויסים שבעה רופאים ביחידות מובחרות שלוחמות בדרום "למרות המחסור בכוח אדם, עבד צוות המחלקה מסביב לשעון ואף גייס רופאים גמלאים שלנו, ששמחו לתת כתף ולהתנדב ולשתף פעולה עם הרופאים הצעירים במחלקה. אני שמח שלאחר חודש ימים של טיפול אינטנסיבי אלה מרגישה הרבה יותר טוב, ואני מעריך שכבר בימים הקרובים תעבור לשיקום מסודר ותוכל להשתקם לאט מהטראומה והפציעה שעברה. מדובר באישה מדהימה, חזקה ומרגשת שהיוותה לי השראה ונתנה לי חיזוקים במהלך הטיפול בה.

יש לה פרספקטיבה מיוחדת וטובה של חוכמת חיים , אופטימיות ורצון לנצח כל מכשול".

## "הם מספרים הכל . זה חלק מתהליך ההחלמה" .

### מנהלת מערך השיקום על התהליך שעוברים נפגעי טרור וחיילים פצועים

<http://www.7kanal.co.il/news/256821>

ד"ר אנה סז'ין : ד"ר אנה סז'ין , מנהלת מערך השיקום בבית החולים איכילוב , מלווה רבים מהפצועים מאז תחילת המלחמה , ולדבריה , לצד המחלימים ממתקפת הדמים של מחבלי חמאס בדרום הארץ , מטופליה הם כמה חיילים שלחמו ברצועת עזה . אבל אז מגיעה ההבנה , סיוטים בלילה , הפרעות שינה , חרדות ומחשבות על למה זה קרה ומה יקרה לי הלאה . היום פגשתי אחד מהם , שפתח אשפוז יום , והרגשתי כמו גננת , כאילו זה הילד שלי , שגידלתי , והוא עבר לבית הספר .

## סיפורה של מרינה איזמיילוב מתל אביב , שרקטה נפלה על ביתה ביום הראשון למלחמה והיא נקברה תחת ההריסות וחולצה במצב קשה לבית החולים איכילוב

<https://www.be106.net/255/80494>

"היה לי מזל שהשיער שלי ספג הרבה מהאבק ויכולתי לנשום", מספרת מרינה איזמיילוב מתל אביב, שרקטה נפלה על ביתה והיא נקברה תחת ההריסות. ב 7/10- ביתי נפגע מפגיעה ישירה של רקטה בזמן ששהיתי בו ללא ממ"ד. מצאתי את עצמי קבורה ולכודה מתחת להריסות עם משקל רב שלוחץ עלי. תוך כדי שאני שומעת כוחות חילוץ מבחוץ התחלתי לצעוק לעזרה אך לקח זמן עד ששמעו אותי, נאלצתי לתמרן ולשמור על כוחותיי - בין להסדיר נשימה כי תכף נגמר לי האוויר, לבין לצעוק ולקוות שישמעו אותי. ברגע מסוים הרגשתי מישהו מעליי וצעקתי שוב ואז שמעתי קול שואלי: יש פה מישהו? עניתי שכן, מיד החלה איתי תקשורת והוקל לי. כוח הצלה חילץ אותי במקצועיות רבה, פוניתי לאיכילוב במצב קשה עם שברים בגב, ירך, קרסול, צלעות ושכמה. באותו הלילה עברתי 2 ניתוחים, ולאחר מספר ימים עברתי עוד 2 ניתוחים נוספים. כרגע אני נמצאת בבית החולים השיקומי לפצועי מלחמה כאן באיכילוב ולומדת לעשות את כל הפעולות מחדש - לשבת, לעמוד, ללכת ובהמשך גם לרוץ. ניצלתי בנס והנזק הוא מועט לעומת מה שיכל היה לקרות. כרגע אני מעבירה את השהות בשיקום במנוחה, מכירה אנשים חדשים ומסתכלת קדימה אל עבר ההחלמה. עם חידוש הלחימה ומטח הרקטות ששוגר אמש למרכז, אני מבקשת מכולם לא לזלזל ולהמתין 10 דקות במרחב מוגן, גם אני חשבתי שאחרי שהמטח נגמר הכל בסדר ואפשר לצאת ממרחב מוגן ואז הייתה הפגיעה, אז תשמעו להנחיות ותשמרו על חייכם".

## "מהשיקום אני חוזר רק למשטרה, אפילו לחודש. אם אפרוש, המחבלים ניצחו"

**שלומי שעבר עם משפחתו לשדרות מצא את עצמו בבוקר של 7 באוקטובר בתחנת המשטרה בעיר, שהותקפה קשות. הוא נלחם במחבלים ונפצע, אך הצליח לשרוד אחרי שהיה לכוד מתחת להריסות שעות ארוכות. איילת, אשתו: "מהטילים כבר לא אכפת, אבל אם לא נהיה בטוחים שלא יהיו עוד חדירות אני ל**

<https://www.ynet.co.il/economy/article/fnia4e62n>

מה עושים עם המינוס, כמה משלמים על הדירה, איפה הייתה החופשה האחרונה ועל איזו הוצאה מצטערים במיוחד? אנשים מרחבי הארץ מספרים בגילוי לב על החיים עצמם, לפני ובצל המלחמה. והפעם: משפחת לוי ורטהיים, שדרות.

>> לסיפורים החשובים והמעניינים בכלכלה ובצרכנות - הצטרפו ל ערוץ הטלגרם שלנו

1 צפייה בגלריה משפחת ורטהיים לוי

(צילום: אסי חיים) בצילום: שלומי (, ) 56 אגם

(, ) 18 (איילת) (, ) 52 מחוץ לתמונה: דולב (, ) 31 אופק (, ) 26

הדירה? פנטהאוס מול עזה 7. חדרים בשכירות משלמים

8,300 שקל. שדרות? שלומי: "אנחנו רק שנתיים וחצי

בשדרות 30. שנה גרנו בקריית-גת. החלטנו לעבור גם כי יש בשדרות פטור ממס

הכנסה והחלטתי שלקראת הפנסיה זה עדיף. זה הרבה כסף". אגם: "לא רציתי לעזוב את החברים, אבל בסוף הסתדרתי". איילת: "עברנו בדיוק בשומר החומות. הזמנתי את המשפחה ופתאום צבע אדום. שלומי רץ לממ"ד, החליק ופרק את היד וזו הייתה קבלת הפנים שלנו לעיר. לפחות בשדרות היה לנו ממ"ד". ממ"ד?

שלומי: "בקריית-גת היה לנו מקלט שכונתי ואף פעם לא הצלחנו להגיע אליו. איילת היתה ממש חרדתית ודווקא בשדרות הממ"ד בדירה הרגיע אותה". איילת: "אנחנו ממש מול עזה והייתי עומדת מול החלון וכבר יודעת לאן הטילים עפים. היינו נכנסים לממ"ד עוד לפני האזעקה" 7.10. שלומי:

"אני שוטר ביחידה מרחבית ותיגברתי את תחנת שדרות. הגענו ב 6:25- לתחנה ואז התחילו האזעקות עד 7:00 עוד לא הספקנו לצאת ולהתארגן וחטפנו טיל לתחנה וירי מסיבי.

הם באו עשרות, מוכנים ומתורגלים הקיפו את התחנה וירו. ברגעים האלה קיבלנו פקודה לעלות לגג ולתפוס עמדות". דיברתם? איילת: "הוא התקשר ואמר שיורים עליהם וביקש מהבן שיזעיק עזרה מהצבא". שלומי: "היא קיבלה את זה קשה. צעקות ובכי". איילת: "היה מתח נוראי. הבן והחברה היו בבית ושמענו את היריות מתחת לבניין ובשלב מסוים שלומי לא ענה. דחפנו שולחנות לדלת והיה כאוס מוחלט". שלומי? "כבר בהתחלה נתקלתי במחבל והרגתי אותו, ואז ניסיתי לתפוס מחסה ופגעו בי ברגל וזה הרגע שהבנתי שזה אמיתי. הם התחילו להיכנס לתחנה ולירות. נכנסתי לאחד החדרים בפנים ואז נתקלתי בעוד מחבל שפגע בי ביד ועפה לי האצבע ועף לי גם האקדח. נפלתי על הרצפה ושכבתי בלי לזוז, עשיתי את עצמי מת כי עוד שנייה הם מגיעים



להרוג אותי. הם הגיעו לדלת וזרקו רימון פנימה ומהרימון נשברה לי ארובת העין והיה מלא דם. זה היה מזל שהתמלאתי דם כי נראיתי מת. חלק מהדלת נפלה לי על הראש כשאני עם הפנים למטה. הם הגיעו לעשות וידוא הריגה וירו בי ופגעו בזרוע ומכל הדם שהיה הם חשבו שאני מת ונעמדו לידי והתחילו לנהל קרב כשהם בחדר איתי. ככה במשך שעות אני שוכב שם ומנסה לנשום כמה שפחות. בשלב מסוים התחיל קרב של המחבלים מול הימ"מ שניסה לפרוץ לתחנה". ימ"מ? שלומי: "היה קרב קשה והכוחות שלנו התחילו לזרוק רימונים פנימה ואני בשלב הזה שוכב וחוטף כל מיני רסיסים של המבנה שעפים. ואז הם שלחו טיל שגרם לקיר לקרוס עליי ומעך לי את הצלעות שנשברו. אבל בדיעבד זה הגן עליי מכל הפיצוצים. הייתי כלאו מתחת לאבנים ולא יכול לזוז. הטלפון רוטט בכיס ואני לא יכול להזיז את היד ומבין שאני עומד למות". מה חושבים? שלומי: "רק על המוות. חשבתי על הבית, על המשפחה ועל הסוף. כבר קיבלתי את זה ואתה מרגיש את הנשימות הולכות ונחלשות. אני לא יודע כמה זמן עבר, שעות, עד ששמעתי לוחמים של הימ"מ נעמדים ליד החדר ומטהרים את המבנה. כששמעתי עברית ניסיתי לקרוא להם בכוחות האחרונים והם הבינו שאני שוטר ישראלי ועבדו קשה להזיז את הקיר ולחפור בהריסות רק כדי לחלץ אותי משם. הייתי 10 שעות על הרצפה פצוע ועמדתי למות. למזלי הצלחתי לשרוד. נהרגו 8 שוטרים בקרב הזה". שיקום? שלומי: "הייתי בטיפול נמרץ כמה ימים. עכשיו אני פה בביתה"ח השיקומי לפצועי מלחמה באיכילוב וברוך השם אני כבר יותר טוב". איילת: "זה נס. הייתי בטוחה שהוא מת. כבר אמרו לנו שאין ניצולים". תוכניות? שלומי: "אני כבר קרוב לפנסיה והארכת בשנה את השירות. במשפחה לא רוצים שאחזור אבל אם אני מפה חוזר הביתה - המחבלים ניצחו אותי. אני אוהב את המדים ואני אחזור אפילו לחודש על המדים, גם בלי אקדח, זה יהיה הניצחון שלי ואז אפרוש. אולי אלך לעבוד עם הבן שלי באינטל באבטחת איכות או שאעשה רישיון על אוטובוס". מה את עושה? איילת: "מאז שעברנו לשדרות אני בבית. מטפלת בבית, כביסות, אוכל". מצב כלכלי? שלומי: "אנחנו בסדר". איילת: "אני ואגם פה במלונית ועדיין לא יכולים לחזור הביתה". שלומי: "אתה מראיין אותנו יום לפני שאגם מתגייסת. היינו צריכים להשיג דברים כדי שיהיה לה למחר כי כל הדברים בבית". איילת: "לא חסר לנו אבל הבעיה שאתה לא בבית שלך ולא יכול להתארגן. כבר יותר מחודש וחצי אנחנו בחדר קטן, אי-אפשר לבשל ולעשות כלום". חזרה לשדרות? איילת: "הטילים כבר לא אכפת לי. אבל אם לא יהיה ביטחון שמחבלים לא יוכלו להיכנס אני לא בטוחה שאחזור. מצד שני אם לא נחזור אז הם ניצחו אותנו. עדיין קשה לי לחשוב על זה". הבילוי שלכם? איילת: "אהבנו לצאת למסעדה ביום שישי מדי פעם. עכשיו התחלנו להכיר קצת את תל-אביב. איך שפתחו את החנויות הלכנו אני ואגם קצת לקניות". שלומי: "הם פירקו את הכרטיס אשראי". רוצים להשתתף במדור? כתבו ל [Assi-h@yedioth.co.il](mailto:Assi-h@yedioth.co.il)

## שיקום פצועי הטבח והמלחמה: "הם מספרים הכל - זה חלק מתהליך ההחלמה"

**ד"ר אנה סז'ין , מנהלת מערך השיקום באיכילוב , מספרת על התהליך שעוברים מי שנפגעו בעוטף עזה וגם בעומק הרצועה .**

<https://www.inn.co.il/news/620426>

ד"ר אנה סז'ין , מנהלת מערך השיקום באיכילוב , ליוותה פצועים רבים מאז תחילת המלחמה ולדבריה לצד מי שמשתקמים מהטבח המזעזע של חמאס בעוטף עזה יש גם חיילים שלחמו בקרבות בעומק הרצועה .

בראיון לערוץ 7 היא מספרת כי "מיד אחרי האסון שאירע הבנו שאנחנו בשיקום חייבים להיות מגויסים ולקבל מיידית לשיקום את הפצועים , חיילים , מי שנפצע במסיבה , תושבי קיבוצים , כי זה הדבר הכי חשוב . אני כל כך הרבה שנים במקצוע ויודעת כמה חשוב להתחיל בשיקום מיד אחרי ניתוח , טראומה או טיפול ראשוני כי אז יעילות השיקום הרבה יותר טובה - ובמיוחד שאנחנו מדברים לא רק על טראומה פיזית , אלא גם על הטראומה הרגשית-נפשית" .

כדי להתמודד טוב יותר עם המצב הוקם מתחם מיוחד לשיקום פצועי הטבח והמלחמה . "הכי חשוב שבאמת הם ביחד , בפעילות חברתית עם התמיכה של המשפחות ועם המבקרים . הם מספרים על הכל אחד לשני ולכולנו וכך עוברים תהליך החלמה הנפשית - כי בשלבים הראשונים הבן אדם מגויס לשרוד ולהחלים ואין זמן להבין מה קרה מבחינת המצב הרגשי - ואז מגיעה ההבנה , הסיוטים בלילה , הפרעות שינה , חרדות ומחשבות , למה זה קרה ומה יהיה איתי הלאה . ואז פועלים לשיקום רגשי וגופני" .

היא מספרת כי לצד רגעי ההתמודדות הקשים יש גם רגעים אופטימיים . "אתמול שחררתי שני חיילים מהמחלקה וזה היה מרגש מאוד . היום פגשתי אחד מהם שהתחיל אשפוז יום והרגשתי כמו גגנת , שזה הילד שלי שגידלתי אותו , והוא עלה כיתה ואני מאושרת ומרוצה מההתקדמות שלו" .

## מתחת ההריסות תמכתי בין לנשום ללצעוק

**מרינה , תושבת ת"א , חוזרת לדקות הארוכות בהן המתינה לחילוץ כשהיא פצועה תחת הריסות ביתה שנפגע מטיל עם פרוץ המלחמה .**

<https://www.inn.co.il/news/620347>

בבית החולים השיקומי לפצועי מלחמה באיכילוב פגשנו את מרינה איזמייילוב , תושבת תל אביב שנפצעה באורח קשה מפגיעת רקטה בבוקר פתיחת המלחמה , ומספרת על הפגיעה שאולי נשכחה בשל המבט הקולקטיבי הממוקד לעבר יישובי הדרום .

סמוך לשעה שמונה בערב היה מטח רקטות לעבר תל אביב . אחת הרקטות פגעה פגיעה ישירה בביתה של מרינה . הבית התמוטט והיא עצמה מצאה את עצמה מתחת להריסות . "אני לא זוכרת את הפגיעה של הטיל . התעוררתי מתחת להריסות ומאז אני זוכרת את הכול" , היא אומרת .

כחמישים דקות הייתה מרינה לכודה מתחת ההריסות , עשרים דקות מהן היא הייתה בהכרה . "היה תסכול כי שמעתי את כוחות ההצלה בחוץ , מה שנתן לי ביטחון שיחלצו אותי , אבל שמעתי גם שאין להם אינדיקציה אם יש כאן מישהו או לא , אז הבנתי שאני צריכה לצעוק כי בלי זה זה ייקח יותר זמן . צעקתי הצילו . בהתחלה לא שמעו בגלל הרעש שבחוץ והייתי צריכה לתמרן בין לצעוק לבין לנשום כי לא יכולתי לבזבז את כל האוויר על זה . עשיתי הפוגות ובין לבין הטלפון צלצל מעליי את הצלצול השמח שלו , מה שהיה סוריאליסטי ולא מותאם לסיטואציה . חשבתי שאולי בזכות זה ישמעו" , מה שלא קרה בשלב זה מאחר ומרינה והטלפון היו קברים עמוק בהריסות .

"בסופו של דבר הרגשתי שיש מעליי מישהו . צעקתי לו מאוד חזק ושמעתי קול ששואל אם יש פה מישהו . עניתי כן ומאותו רגע הייתה לי הקלה גדולה . הוא קרא לאנשים שהתחילו לחלץ . הם היו כוח מאוד מקצועי . הם זיהו חלקים בי כדי להבין באיזו צורה אני מקופלת . זה נתן לי תחושת ביטחון שיש על מי לסמוך למרות שהיה עליי בטון או מתכת ודק . הם עשו את זה בצורה מאוד מקצועית ואני מודה להם על זה" .

על תהליך השיקום מספרת מרינה כי למעשה היא צריכה ללמוד את כל התפקודים מחדש בתהליך ארוך ואיטי . "בהתחלה זה היה לשבת , ללמוד איך עומדים , איך הולכים" . בדבריה מדגישה מרינה את חשיבות ההקפדה על ביצוע הנחיות פיקוד העורף , מה שאולי קורה מעט פחות באזור המגורים שלה , אזור גוש דן . "זה אומר להיות בממ"ד ולמי שאין ממ"ד אז לדעת איפה המרחב המוגן . שכנים שלי התחבאו במקומות אחרים

ויכול להיות שאם הייתי במקום אחר הייתי מוגנת יותר", היא אומרת וממליצה אפילו לשקול הזמנת איש מקצוע כדי שינתח היכן המרחבים המוגנים הנכונים ביותר לכל מבנה .

בנוסף היא מזכירה את חשיבות ההמתנה של עשר דקות במרחב המוגן , ואת זאת היא אומרת מניסיונה כמי שהרקטה שפגעה והחריבה את ביתה הייתה מהאחרונות שנורו . "חשבתני שהמטח נגמר והכול סבבה , אבל אז הייתה הפגיעה . אז להמתין ולא לזלזל בזה" .

## השוטר שלומי לוי משחזר את האימה : עשיתי עצמי מת . הם ירו כדי לוודא הריגה

**השוטר שלומי לוי משחזר את אירועי בוקר שמחת תורה , את השעות בהן שכב בשלולית שם ועשה עצמו מת ואת תכניות המחבלים .**

<https://www.inn.co.il/news/620344>

צוות ערוץ 7 ביקר בבית החולים איכילוב בתל אביב , שם פגש את רב סמל בכיר שלומי לוי , שוטר תושב שדרות שבבוקר פרוץ המלחמה תגבר את תחנת שדרות ונקלע לאירועים הסוערים .

המשמרת של שלומי החלה בשש וחצי בבוקר . האזעקות התכופות שלחו אותם לממ"ד בעוד הקצינה התורנית דיווחה על חשש לחדירת מחבלים ושעליו ועל חבריו להצטייד בצידוד מיגון ולצאת לזיקים , אלא שבמשך חצי שעה לא ניתן היה לצאת מהמקום , אך כעבור חצי שעה המחבלים כבר הגיעו אל התחנה , ירו לעברה RPG והחל ירי בלתי פוסק של נק"ל .

השוטרים עלו לגג המבנה על מנת לנהל קרב מול המחבלים שחדרו למקום . בדיעבד התברר כי 25 מחבלים הגיעו לתחנה בה היו בין 8 ל 10- שוטרים חמושים באקדחים בלבד עם תחמושת מצומצמת . "היינו צריכים לספור את הכדורים שאנחנו יורים" , הוא מספר ומתאר התלבטות אם לירות על מנת שלא לבזבז תחמושת .

"ניהלתי קרב עם מחבל שהורדתי אותו ואחר כך הגיע עוד מחבל שיריתי בו , והמחבל השלישי פגע בי בירי באצבעות כך שלא יכולתי עוד להחזיק את הנשק . הבנתי שאני עומד למות . עשיתי את עצמי מת . שכבתי עם הפנים לרצפה . הם זרקו רימון שפוצץ את הדלת כתוצאה מזה חדרו לי רסיסים לעין ויצא לי עוד דם , שלולית דם שהייתה בסופו של דבר לטובתי כי הם חשבו שאני מת . הם ניסו לעשות וידוא הריגה אבל פגעו לי בזרוע ולא בראש . עשיתי את עצמי מת והם עברו לידי" .

לוי מספר כי למרות הקושי של אותם רגעים לא חש פחד . "אמרתי שמע , ספרתי עד שלוש ואמרתי לעצמי שהם הולכים לירות לי בראש . הם ירו לי ביד וראיתי שאני עוד חי . הם עמדו לידי והתחילו לנהל ביניהם שיח עם מכשיר קשר והעבירו דיווחים . הם דיברו בצורה רגועה , ניהלו קרב , יצאו וחזרו . נשמתי בקושי . הייתי עור הרבה את הנשימות ועושה נשימות קטנות" .

בשלב מסוים עף חלק מהדלת לעברו של שלומי, מה שהסתיר את פניו מעט. "כל הזמן זרם לי דם מהעין וניסיתי לא לנשום כי נשימה חזקה הייתה עושה רעש עם הדם שעל הרצפה. נשמתי קטנות וכל פעם שהם הלכו לירות מהחלון ניצלתי את ההזדמנות ולקחתי נשימות".

כעבור שעות הגיע למקום כוח ימ"מ והחל קרב בו נזרקו רימונים לעבר המבנה. "כל הזמן עפו עליי רסיסים וחלקי מבנה תוך כדי שני סופג את ההדף. הכוחות לא ידעו שיש מישהו חי בפנים. הם שלחו טיל שמוטט עליי קיר ענק. הקיר נחת על הגב שלי, שבר לי את הצלעות. כאן כבר לא יכולתי שלא לצעוק מכאב. נאנקתי מכאבים. היה לי גם חור בריאה כך שהנשימות שלי היו מהירות וחזקות עם חרחורים, אבל בשלב הזה המחבלים היו עסוקים בלחימה והקיר הסתיר אותי. הייתי בהבנה שכבר לא אכפת לי אם מורידים אותי או לא, כי ממילא אני הולך למות מתחת לקיר. כמעט לא נשמתי. עברו עוד הרבה שעות כשאני לא יכול לזוז מילימטר מתחת לקיר מלבד הראש. היה לי כיס אוויר שאיפשר לי להזיז טיפה את הראש".

"בשלב מסוים הגיעה קבוצה של אנשים שדרכו על ההריסות. לא הבנתי את השיח שלהם, אבל כשיכולתי הרמתי את הראש כדי לשפר את השמיעה ושמעתי שהם מדברים עברית. צעקתי להם שאני מתחת לקיר. בדיעבד אני יודע שהם שמעו את החרחורים שלי וחשבו שזה מחבל שהם רצו להוריד. צעקתי להם בעברית. הם תחקרו אותי כי היו מחבלים שדיברו בעברית. הם שאלו שם, שם משפחה, מספסר אישי ושם מפקד המשטרה ואחר כך הם אמרו שיחלצו אותי. היו שם לוחמים גדולים שהרימו את הקיר אחרי שחפרו חצי שעה את ההריסות. ניסו להעמיד אותי אבל הייתי באפיסת כוחו".

תחת אש הועלה שלומי אל גג המבנה, שם עם מנוף של כיבוי אש הוא הורד למטה.

במבט של ארבעים יום אחרי, אומר שלומי "אין לי הרבה מה לחשוב. אנחנו רק מנסים להבין איך הגענו למצב שהצליחו כל המחבלים האלה להיכנס. למזלנו הצלחנו לעכב אותם בלחימה קשה, בגבורה של כל השוטרים שנלחמו כולם, כולל אלה שנהרגו, עד טיפת הדם האחרונה, עיכבנו אותם עד שהגיעו הכוחות המיוחדים. בסוף מתברר שהיה להם תכנון להגיע לישיבת ההסדר ששם יש הרבה צעירים".

בירור מאוחר לימד כי היה ידוע למחבלים שבוקר חג הוא זמן בו היקף משמרת השוטרים הוא קטן, כך שיוכלו לחסל את השוטרים, להשאיר במקום מחבל אחד ועם ניידות לצאת לרחבי העיר ולהגיע לבתי כנסת ולישיבה כדי לחסל אנשים. "בעיכוב הזה שעשינו מנענו טבח בעיר".