

בס"ד

קונטרס דיני זזולה ביום הכיפורים

כולל שיעורים לאכילה ושתייה, סוג האוכל שיאכל,
וכמה דינים לזזולה שאוכל ביו"כ.
מלוקט ע"פ שו"ע ומ"ב והכרעות גדולי הפוסקים

נערך ע"י יאיר יששכר ינאי
נזזלת משה בני ברק

לשאלות ובירורים ולקבלת הזוברת

052-769-03-68

וכן לקבלת הזוברת במייל שלזזו:

Yairy000@gmail.com

הבהרה

קונטרס זה מיועד לחולים וזקנים ששאלו מורה הוראה מובהק אם מותר להם לאכול ביו"כ. ויש לדעת שכל חולה חייב להתייעץ אך ורק עם מורה הוראה מובהק אם מותר לו לאכול ואין להקיש מחולה לחולה שהדבר תלוי במצב החולה ואין בזה כללים, יש חולה מאוזן במחלתו ויש חולה במצב יותר קשה וכל חולה וחולה חייב לשאול מורה הוראה על מצבו שיורו לו אם מותר לו לאכול או לשתו.

חולה שפסקו לו לאכול ואינו רוצה לאכול

(א) כתב המ"ב בס' תרי"ח חולה שפסקו לו שאסור לו לצום והוא צם אינו מקבל שכר ע"ז ועליו נאמר אך את דמכם אדרוש.

ובשו"ת מהר"ם שיק או"ח סי' ר"ס כתב במקום דאיכא סכנה ע"פ רופאים אם יצום מתחייב בנפשו.

אשה בהריון שצריכה לאכול וצריכה עזרה עם ילדים

(ב) אשה בהריון שפסקו לה שצריכה לאכול ביו"כ והיא מטופלת בילדים צריכים לדאוג לה לעזרה עם הילדים ואם אין מי שיעזור לה בעלה צריך להישאר בבית ביו"כ ולעזור לה בשמירת הילדים¹.

נוסח שיאמר חולה לפני שאוכל

(ג) חולה שמותר לו לאכול ביו"כ טוב שיאמר לפני שאוכל בפעם ראשונה הנני מוכן ומזומן לקיים מצות אכילה ושתיה ביום הכיפורים כמו שכתבת בתורתך ושמרתם את חוקתי ואת משפטי אשר יעשה אותם האדם וחי בהם ובזכות קיום המצוה זו תחתום אותי ואת כל חולי עמך ישראל לרפואה שלימה ואזכה ביום הכיפורים הבא לקיים שוב ועיניתם את נפשותיכם כן יהי רצון אמך².

דיני אכילה ושתיה לחולה ביו"כ

שיעור חיוב אכילה ביו"כ

(א) מהתורה האוכל שיעור ככותבת הגסה שהוא שיעור ביצה בינונית בכדי אכילת פרס חייב כרת. ובפחות משיעור זה אף משהו יש איסור מן התורה כי חצי שיעור אסור מן התורה אבל אין חיוב כרת³.

(ב) שיעור המותר לחולה לאכול (שמספיק לו) הוא שתי שליש ביצה ואף מעט יותר מזה ובלבד שלא יהיה קרוב לכביצה ושיעורו נפח 30 גרם מים⁴.

(ג) נפח 30 גרם הוא לפי איך שהאוכל כעת ולפיכך חולה האוכל חלה יצמק אותה לתוך כוסית של 30 גרם.

¹ בספר מעשה איש ח"ג עמ' ק"ל מובא עובדא באחד שאשתו היתה בהריון ולא הרגישה טוב ובא לשאול את החזו"א בערי"כ ופסק לו החזו"א שהיא פטורה מלצום והוא צריך לשמור על הילדים.

וכן הובא בשו"ת וישמע משה ח"א באחד ששאל את הגרי"ז לגבי אשה שצריכה ביו"כ לשתות לשיעורים ואם תשאר לבד עם הילדים תצטרך לשתות יותר ופסק לו שהוא צריך להישאר בבית לעזור לה.

² שבת שבתון סעי' כ"ט ע"ב מחזור עתיק.

³ שו"ע סי' תרי"ב סעי' א'.

⁴ השו"ע בס' תרי"ח סעי' ח' פסק שחולה הצריך לאכול יתנו לו שתי שליש ביצה והמ"ב שם כתב שמותר אף מעט יותר ובלבד שלא יהא קרוב לכביצה.

ובשיעורין של תורה שיעורי המצוות סעי' כ"א כתב שביצה בינונית הוא בערך בין 45 ל-50 גרם, וא"כ שתי שליש ביצה הוא נפח של 30 גרם. וכן בספר הליכות שלמה פ"ו ס"ק י"ז כתב שכך היה מקובל מגדולי ההוראה בדורות שלפנינו שהשיעור לחולה נפח 30 גרם מים, וכן בספר שבת שבתון סעי' ק"ד.

שיעור חיוב שתיה ביו"כ

ד) מהתורה השותה שיעור מלא לוגמיו חייב כרת⁵. ולחולה מותר לשתות 40 גרם שהוא פחות ממלא לוגמיו⁶.

(לקמן יבואר כמה דק' צריך להפסיק בין אכילה לאכילה)

דיני חולה שמותר לו לאכול או לשתות ביו"כ

ה) חולה שיש לו מחלה או חולשה גדולה וכדו' יש לשאול מורה הוראה מובהק הבקי בענינים אלו מה דינו לגבי אכילה ביו"כ.

וחולה שהורו לו שמותר לו לאכול אם מספיק לו פחות משיעור כמותת יאכל כנ"ל נפח של 30 גרם מים, ואם יכול צריך לאכול בפחות מכדי אכילת פרס⁷. ולפיכך יש להחמיר לאכול כל 30 גרם בהפסק של תשע דק'⁸, ואם החולה נצרך להפסיק פחות מ-9 דק' יש להפסיק בהדרגה כמה שיכול⁹.

ו) חולה שלא מספיק לו לאכול שיעור 30 גרם מותר לו לאכול כמה שצריך ע"פ הוראת מורה הוראה שפסק לו כן¹⁰.

ז) וכן בשתיה השיעור שישתה 40 גרם ובהפסק של 9 דק' בין שתיה לשתיה¹¹.

ח) אכילה ושתיה אינם מצטרפים לשיעור. לפיכך מותר לחולה לאכול שיעור 30 גרם ומיד אח"כ שיעור שתיה 40 גרם¹². אבל לא יטבול הפת במשקה שאז המשקה מצטרף לשיעור¹³.

ט) חולה שהורו לו שצריך לאכול ביו"כ אסור לו לשתות וכן להיפך¹⁴.

חולה שמותר לו לאכול עדיף איכות האוכל מאשר יותר כמות

י) חולה שמותר לו לאכול עדיף שיאכל מאכלים טובים שמשביעים במעט כמות מאשר יאכל מאכלים פשוטים שאז יצטרך לאכול מהם יותר בכמות¹⁵, ולכן חשוב לאכול מאכלים מוצקים שהחומר שלהם דחוס ועשירים בקלוריות¹⁶.

⁵ שו"ע שם סעי' ט'.

⁶ שיעורין של תורה שם סעי' כ"ג שכיון שיש ספיקות מהו מלא לוגמיו הורה החזו"א ששיעור 40 גרם הוא ודאי פחות ממלא לוגמיו.

⁷ שו"ע סי' תרי"א סעי' ז' שבפחות משיעור כדי אכילת פרס איסורו מן התורה אבל אינו חייב כרת.

⁸ לגבי ב"א מחמירים לאכול כזית בפחות אבל לגבי חומר יו"כ כתב המ"ב בסי' תרי"ח ס"ק כ"א שהחת"ס סבר שיש להפסיק תשע דק' בין אכילה לאכילה וכן בשיעורין של תורה שיעורי המצוות סעי' כ"ט כתב שהחזו"א ג"כ פסק כך להפסיק תשע דק'.

⁹ שבת שבתון להגר"י זילברשטיין סעיף קו', שבעל התניא סבר שצריך להפסיק 8 דק' והכה"ח כתב 7 דק', ובשו"ת צמח צדק כתב 6 דק', ובתכלת מרדכי כתב 5 דק' הערוה"ש כתב אפילו 3 או 4 דק' ולפיכך יש להפסיק כמה שיכול ולא פחות.

¹⁰ שו"ע שם סעי' ח'.

¹¹ הראשונים נחלקו בשתיה אם שיעור כדי אכילת פרס הוא כדי שתית רביעית ולא כדי אכילת פרס או שגם בשתיה הוא כדי אכילת פרס, ובמ"ב סי' תרי"ב ס"ק ל"א כתב שהגר"א פסק שזה כמו אכילה ולפיכך השיעור 9 דק' וכנ"ל.

¹² שו"ע סי' תרי"ב סעי' ב'.

¹³ מ"ב שם ס"ק ד'.

¹⁴ אלף למגן סי' תרי"ח ס"ק א'.

¹⁵ שבת שבתון בהערה לסעי' ק"ב. וכן הגר"נ קרליץ (חוט שני ר"ה ויו"כ עמ' קע"א).

¹⁶ חוברת הוראות מהגר"א דרייפוס ע"פ הגרמ"ש קליין עמ' כ"ו.

חולה שמותר לו לאכול אם צריך למעט גם במאכלים ערבים וטעימים

יא) חולה שמותר לו לאכול או לשתות ביו"כ יכול לאכול וא"צ למעט בהנאת האוכל דהיינו שא"צ לאכול אוכל מר שפחות ערב לו אלא יכול לאכול או לשתות לפי השיעור שהתירו לו כל אוכל שירצה וכן יכול לטבל מאכלו¹⁷.

קידוש לחולה האוכל ביו"כ

יב) חולה שאוכל ביו"כ אין לו לעשות קידוש קודם¹⁸.

ברכת המזון לחולה ביו"כ

יג) חולה שאוכל ביו"כ יאמר יעלה ויבוא בברכת המזון ואם שכח א"צ לחזור¹⁹.

שלש חולים שאכלו יחד אם יכולים לזמן

יד) שלש חולים שאוכלים יחד כגון בבית חולים או בבית אבות לא יזמנו²⁰.

חולה שצריך ליטול תרופות ביו"כ

טו) חולה המוגדר כחולה שאין בו סכנה שצריך לקחת תרופות ביו"כ אם זה תרופה שאינה ראויה לאכילה וכגון כדורים שונים שאין בהם טעם מותר לו לקחתם²¹. ואם אינו יכול לבלוע כדור בלי מים ימרר המים²². אכן א"צ למרר המים עד שיהיה קץ בהם אלא מספיק שירגיש טעם מר²³. ואם יכול לבלוע הכדור עם כמות מים של חצי שיעור יעשה כן.

טז) חולה שצריך לבלוע כדור שיש בו טעם יעטוף הכדור בנייר וכך יבלענו²⁴.
יז) חולה שאין בו סכנה שצריך לקחת תרופה נוזלית וא"א למרר אותה אסור לו לקחתה ביו"כ²⁵.

¹⁷ האור שמח הל' מאכלות אסורות פי"ד דן בזה והוכיח בכמה ראיות שהשיעור שקבעו חז"ל הוא בכמות ולא באיכות שאין ענין לאכול אוכל פחות ערב ואין נפ"מ אם מותר לו לשתות מים שיכול לשתות משקה יותר טעים.

וכן הורה למעשה הגר"נ קרליץ (שם), וכן הורה הגרש"ז אויערבך (הליכות שלמה ס"ו סעי' י"ג), וביאר שכל מאכל שערב לחיכו יותר מועיל לחולה, ועיין גם בשבת שבתון הערה ק"ב.

¹⁸ המג"א סי' תרי"ח ס"ק י' הביא שהשבלי הלקט כתב שאין לחולה לעשות קידוש כיון שהיום גרם לו איסור לאכול ורק משום פיקו"נ מותר לו וא"כ בשבילו הוי כיום חול, ומסיק המג"א שאין לקדש משום חשש ברכה לבטלה. והביאו המ"ב בסי' תרי"ח ס"ק כ"ט.

¹⁹ מ"ב שם. וביאר ע"פ המג"א שקידוש יש ספק או לא יקדש מספק אבל להזכיר יעלה ויבוא יכול להזכיר מספק ואם לא הזכיר לא יחזור.

²⁰ שבת שבתון להגר"י זילברשטיין סעי' קל"ה. והגרש"ז אויערבך הסתפק בזה (שש"כ פל"ט). ומקור הספק כיון שבעצם אסור לאכול ביו"כ ורק מותר להם כי הם חולים א"כ זה לא נחשב קביעות או שזה כן קביעות כי למעשה להם מותר לאכול.

²¹ השו"ע סי' תרי"ב סעי' ו' פסק שאוכל שאינו ראוי לאכילה יש בו איסור מדרבנן לאוכלו ביו"כ ולכן לחולה אף שאין בו סכנה מתירים.

²² כך הורה הגרש"ז אויערבך (הליכות שלמה פ"ה סעי' י"ז) והגר"נ קרליץ (חוט שני ר"ה ויו"כ עמ' קס"ה).

²³ כך הורה הגר"ש אלישיב (שבת שבתון עמ' ר"ד).

²⁴ כך הורה הגרש"ז אויערבך (שם), שבכה"ג נחשב אכילה שלא כדרך ולא ראוי לאכילה.

²⁵ כך הורה הגרמ"ש קליין (שם עמ' כ"ח).

חולה שמרגיש לא טוב ביו"כ ואין לו את מי לשאול אם מותר לו לאכול

יח) חולה שהתירו לו לאכול ביו"כ כמות מסוימת לפי שיעורים, וביו"כ הוא מרגיש לא טוב ומרגיש שאם לא יאכל או ישתה יותר יכבד עליו חוליו, אף אם לא מרגיש שיכבד עליו חוליו וימות אלא רק מרגיש שיכבד עליו חוליו מותר לו לאכול או לשתות עד שירגיש טוב²⁶. ואף אם רופא או מומחה לרפואה אומר שזה לא סכנה אם לא יאכל מותר לחולה לאכול שלב יודע מרת נפשו²⁷.

יט) חולה שהתירו לו לאכול ומרגיש לא טוב ואינו יודע להחליט אם לא יאכל יכבד עליו חוליו וכגון ילד קטן (ואין רופא שאפשר לשאול), אם אדם שנמצא שם שרואהו אומר לדעתו יש כאן חשש סכנה אם לא יאכל ואפילו אם רק מסופק ואינו יודע בוודאות, מותר לתת לו לאכול על פיו שספק פיקוח נפש ג"כ מתיר לאכול ביו"כ²⁸.

אופנים שונים במעוברת שהיא בספק סכנה

כ) כתבנו כאן אופנים שונים במעוברת שהיא בספק סכנה ואין להורות מזה הלכה למעשה אלא רק יש לשים לב באופנים אלו שיש לברר מה דינה כשחשה באחד מן הדברים האלו.

אופנים אלו ליקטתי ע"פ ספר שבת שבתון להגר"י זילברשטיין, ע"פ חוברת של הגרמ"ש קליין.

כא) מעוברת (שאינה בסוף תשיעי) שיש לה באמצע הצום צירים סדירים יש אופנים שהיא בחשש סכנת התייבשות.

כב) מעוברת שלא מרגישה תנועות העובר במשך זמן רב שזה מצוי עקב ירידת סוכר.

כג) מעוברת שיש לה הרבה ירידת מים.

כד) מעוברת שמדממת הרבה.

כה) מעוברת שנראית מאוד חלשה ואנשים מסביבה נראה להם שהיא בספק סכנה מאכילים אותה מיד כנ"ל סעי' י"ח.

יולדת שיו"כ חל תוך ג' ימים ללידתה

כו) יולדת אם יו"כ חל תוך ג' ימים ללידתה מותר לה לאכול ולשתות ואין אומרת שאינה צריכה נותנים לה לפי שיעורים²⁹. ואם שותקת נחלקו הפוסקים אם נותנים לה רגיל או בלי שיעורים, ולמעשה יתנו לה רגיל³⁰.

כז) ג' ימים מונים מעת לעת מזמן לידתה³¹, וזמן לידתה נחשב מזמן שילדה ממש ואף אם היתה בתהליך לידה כבר קודם מונים מעת לעת מזמן לידה בפועל³².

כח) ולפ"ז אם נגמר הג' ימים באמצע יום כיפור אז עד עכשיו היה מותר לה לאכול רגיל (ע"פ הנ"ל בסעי' כ"ו) ומעכשיו לפי שיעורים וכדלקמן סעי' ?.

²⁶ שו"ע סי' תרי"ח סעי' א' ומ"ב שם ס"ק ה'. ומבואר בב"י שא"צ שהחולה ירגיש שאם לא יאכל ימות אלא רק אם מרגיש שיכבד וליו מותר לו לאכול או לשתות וכן במ"ב שם.

²⁷ שו"ע שם.

²⁸ שו"ע סי' שכ"ה סעי' י' וכן רמ"א סי' תרי"ח סעי' ו', שבפיקוח נפש כל בני אדם חשובים מומחים וא"צ דוקא מומחה לרפואה אלא כל אדם שעומד מן הצד ואומר שלדעתו יש כאן ספק פיקוח נ"ל סומכים עליו כי שפיקוח נ"ל דוחה שבת ויו"כ אף כשיש ספק.

²⁹ שו"ע סי' תרי"ז סעי' ד' ומ"ב שם ס"ק י'.

³⁰ מ"ב שם. והורה הגרמ"ש קליין שספק נפשות להקל ולכן יתנו לה בלי שיעורים (קונטרס הוראות ליו"כ עמ' נ"ג).

³¹ מ"ב שם ס"ק י"ג.

³² שבט הלוי ח"ח סי' פ"ח.

יולדת שיו"כ חל תוך ז' ימים ללידתה

כט) יולדת שיו"כ חל תוך ז' ימים ללידתה אם היא אומרת שצריכה לאכול בלי שיעורים והרופא אומר שאינה צריכה נותנים לה לפי שיעורים לאכול. ואם אומרת שאינה יודעת או שאינה אומרת כלום ואין מי שיאמר אם צריכה מאכילים אותה לפי שיעורים³³.
ל) לאחר שבעה ימים מהלידה הרי היא ככל אדם³⁴.

³³ שו"ע שם ומ"ב שם ס"ק י"א ועיין תורת היולדת פ? סעי' ג'.

³⁴ שו"ע שם שתוך ל' יום יש לה גדר של חולה שאין בו סכנה.