

בדרך כלל המצב משתפר עד הבוקר

ספר זה נכתב עבור הורים שמבקשים לדעת איך לגדל ילדים בריאים ורוצים מאוד להעניק להם התחלה טובה בחיים מבלי להפקיד את כל ההחלטות הנוגעות לבריאות הילד בידי רופא הילדים שלהם. מטרתי היא לעזור לכם להחליט מתי ילדכם זקוק לטיפול רפואי, ומתי עדיף להימנע מהתערבות כזאת משום שהיא עלולה להזיק יותר מאשר להועיל. בנוסף לכך אפנה את תשומת ליבכם לסכנות שבתרופות, בבדיקות, בצילומי רנטגן ובטיפולים אחרים שרופא הילדים שלכם ירצה אולי לנצל את זמינותם. אלה הן צורות של התערבות רפואית העלולה להזיק לילדכם.

לרופאי ילדים יתרון אחד חשוב על רופאים אחרים – הם יכולים לנצל את נטייתם של רוב ההורים לדאוג לבריאות ילדיהם יותר מאשר לבריאותם הם. חשבו על כך לרגע. אתם מתעוררים בלילה עם כאב ראש נורא, מה אתם עושים? אם אתם דומים לרוב המבוגרים, אתם קמים ממיטתכם, לוקחים אקמול וחוזרים לישון. קרוב לוודאי שאתם נרדמים במהרה וכשאתם מתעוררים בבוקר, אתם מרגישים בסדר גמור. אבל חשבו על תגובתכם כשילדכם מתעורר באמצע הלילה כשהוא סובל מכאב ראש. הדבר הראשון שאתם רוצים לעשות הוא לדבר עם רופא הילדים שלכם ברגע שתוכלו להשיג אותו בטלפון.

אם אתם מצליחים לדבר עם הרופא במקום עם שירות ההודעות שלו, קרוב לוודאי שהוא שואל, "האם מדדת את החום שלו?" ואז, ללא קשר לתשובתכם, הוא אומר, "אני לא חושב שיש סיבה לדאגה. תנו לילד אקמול והביאו אותו למרפאה בבוקר." אתם מניחים את שפופרת הטלפון, מצטערים שבכלל התקשרתם, נותנים לג'מי אקמול והוא חוזר ונרדם. בבוקר אתם מרגישים הקלה משום שג'מי מתעורר ודורש בלהיטות את ארוחת הבוקר שלו, עליז וערני כתמיד. אחרי שהוא אוכל אתם תוהים האם כדאי בכלל לקחת אותו לרופא או להתעלם מהבקשה ולחסוך לעצמכם את המאמץ והזמן.

זהו התרחיש בדרך כלל, הוא רע, ועל ההורים להימנע ממנו. כשכאב ראש פשוט הוא התסמין היחיד, אין צורך להתקשר לרופא וגם אין כל סיבה לבקר אצלו בבוקר. אם ילדכם אינו מראה סימנים למחלה קשה, ביקור אצל רופא הילדים לא יניב כל תועלת, ועלול לגרום להתערבות רפואית שאינה נחוצה ושעלולה לגרום לילד נזק. סי-טי של המוח. קרינה לרקמת המוח, למשל. הרי כאב לו הראש בלילה!

אם קראתם ספרים אחרים על בריאות ילדים, אין ספק שאתם מבינים שההשקפה שאני מציג כאן אינה מקובלת. רוב הספרים האלה נכתבים בידי רופאים, וחלקם אפילו מכירים בטבען של מחלות ילדים, שהן חולפות מעצמן. אבל לכולם מכנה משותף אחד: יהא אשר יהא התסמין או החולי, התגובה היא, "לך לרופא שלך." ספר זה מציג תזה שונה, שמתבססת על כמעט שלושה עשורים של עבודה והוראה ברפואת ילדים – רוב מחלות הילדים אינן דורשות כל טיפול רפואי, ואם הילד בכל זאת מקבל אותו הוא עלול להזיק לו. לעיתים מאוד. לכן, עצתי להורים, אחרי שצפיתי ארוכות בהתנהגותם של רופאים אחרים ועל בסיס הניסיון הרב שצברתי בטיפול באלפי ילדים היא, "התרחקו מהרופא שלכם ככל שאתם יכולים."

הרשו לי לחלוק איתכם כמה הנחות יסוד אחרות שעליהן מבוססות העצות וההמלצות שאתן לכם בעמודים הבאים:

- לפחות 95% מכל המחלות שילדים לוקים בהן, נרפאות מעצמן ואינן זקוקות כלל לסיוע רפואי.

- לעיתים קרובות מדי, הסיכון שבהתערבות רפואית רשלנית או בלתי נחוצה עולה על הסכנה שטמונה במחלה עצמה.
- רופאי ילדים מבלים הרבה מזמנם בטיפול במצוקת ההורים. הילד נזקק לטיפול רק לעיתים רחוקות, אבל הוא מקבל אותו בכל מקרה והוא סובל מהתוצאות. ההורה הוא שחש בהקלה. הגורם לכך הוא שרוב הרופאים מאמינים שההורים דורשים, או לפחות מצפים שהם יעשו משהו למען הילד. אולם מה שההורים הדואגים באמת זקוקים לו הוא **חידוש הביטחון שלהם בעצמם**, ומה שהילדים אינם זקוקים לו הוא טיפול כשאינם ממש חולים. רוב הרופאים אינם מקדישים זמן כדי לשקם בצורה משמעותית את ביטחונם של ההורים: מהר יותר וקל יותר לכתוב מרשם לילד ולמוסרו לידי ההורה שרווח לו.
- אימא טבע, אמהות וסבתות – כן, גם אבות וסבים – הם הרופאים הטובים ביותר, משום שאינם חולקים את הדחף האופייני לרופא להפריע למאמצי הגוף ויכולתו לרפא את עצמו.
- לפחות 90% מהתרופות שרושמים רופאי ילדים, ואין תרופה שאינה רעילה ואין לה תופעות לוואי, אינן נחוצות, והן מסוכנות לילד שלוקח אותן. פרט לכך, נטילת תרופות רבות בילדות עלולה ליצור את האמונה ש"יש תרופה לכל מחלה". התוצאה היא שבבגרותו עלול אותו ילד לחפש פתרונות כימיים גם לבעיות נפשיות.
- לפחות 90% מהניתוחים במחלקות הילדים הם מיותרים. הניתוח שלא לצורך חושף את הילד לסכנת מוות מהניתוח עצמו, מההרדמה או מזיהום שמקורו בבית-החולים עצמו. בית-החולים המודרני, עם זרימה אנושית בלתי פוסקת, עם שטחים ואזורי מגע מזוהמים אין סופית, הוא גן עדן לחיידקי המחר.
- רוב רופאי הילדים מקבלים הכשרה מועטת בלבד בנושאי תזונה והשפעת תרופות על גוף האדם, אם בכלל. בתי-הספר לרפואה אינם מדגישים דיים נושאים חיוניים אלה. החולים סובלים בגלל בורותם של רופאי הילדים, שאינם יודעים מהי השפעתה של התזונה על הבריאות ומהן הסכנות והשפעות הלוואי של תרופות שהם רושמים.

- על ההורים ללמוד מתי לקרוא לרופא ומה הם יכולים לעשות ללא התערבותו, כדי לחזק את יכולתו של הגוף לרפא את עצמו.

אני יודע שאם אתאר בפשטות את החסרונות שברפואת הילדים, ואמליץ לכם להימנע מרופאים ולקבל על עצמכם אחריות רבה יותר לבריאות ילדכם, אטיל עליכם, ההורים, מעמסה בלתי הוגנת. אתם יכולים לקבל עצה כזאת כשמדובר בבריאותכם, אבל כשאתם עומדים לקבל החלטה רפואית הנוגעת לילדכם האהוב, המצב שונה לגמרי.

כפילות זו גורמת לכך שהורים נתונים לרחמיהם של רופאי הילדים שלהם. רוב הילדים שנבדקים על-ידי רופא הילדים, אינם זקוקים כלל לטיפול, אבל לעיתים קרובות הם מקבלים אותו בכל זאת. התנהגות כזאת נוגדת את התפיסה האתית שלי, אבל רופאים שנוהגים כך זוכים לתגמול כספי ופסיכולוגי על ש"ריפאו" ילד שלא היה כלל חולה או שמחלתו הייתה חולפת מאליה.

הסיבה לגישה של התערבות, של טיפול בכל מחיר, היא הירידה במספר המטופלים לעומת מספרם הגדל והולך של רופאי הילדים. שני אלה גורמים לקיצוץ בהכנסות של רופא הילדים, והתוצאה היא תמריץ להתערבות-יתר מצידו של הרופא. כדי להגדיל את הכנסתו השנתית הוא מבצע בדיקות וטיפולים מוטלים בספק, וכך הוא יכול לגבות סכומים גדולים יותר מכל חולה שבטיפולו. אין ספק שתמריץ זה יגבר בשנים הבאות, כשההיצע הרב מדי של רופאי ילדים יהפוך לבעיה קשה עוד יותר בתחום זה.

התמריץ הפסיכולוגי נובע מהצורך של רופא הילדים להרגיש שהוא מועיל במשהו. לא קל לו לעשות זאת כשרוב החולים שהוא פוגש אינם זקוקים באמת לכישרונו.

סקרים בקרב רופאי ילדים הראו שרבים אינם מרגישים שעבודתם מתגמלת אותם. כשליש מהם אמרו שהם שוקלים ברצינות להחליף את התמחותם, כדי להשיג "אתגר גדול יותר" או משום שהם מרגישים שהם "נשחקים". יש שהודו שהם מתפתים מאוד להפגין את הידע שלהם ובכך לזכות בהכרת התודה של ההורים, אפילו כשהטיפול מיותר ועלול להזיק.

התנהגות רפואית לא ראויה זו מאיימת באמת ובתמים על ילדכם. עליכם להיות ערים בכל עת לפגמים שברפואת הילדים, לעקוב אחרי התנהגותו של הרופא שמטפל בילדכם ולמנוע טיפולים מסוכנים שאינם זקוק להם. אבל גם אם תעשו זאת, עדיין לא תדעו איך לנהוג כשילדכם יסבול מכאב ראש, כאבי בטן או שיעול מטריד. עליכם לדעת איך לזהות מצבים שדורשים טיפול רפואי ולהבחין ביניהם לבין חולאים שמרפאים את עצמם. רצוי גם שתדעו יותר על הטיפולים שעשוי ילדכם לקבל, כדי להימנע מהם, משום שאינם מתאימים או עלולים להזיק לו.

לגוף יש הגנות נגד רוב מחלות הילדים, וטיפול רפואי עלול לפגום בהן. לכן הכישורים הטבעיים שלכם, כהורים, לטיפול בילד, עדיפים על אלה של הרופא. השתמשו בהם ועזרו לילדכם להימנע ממחלות. בין השאר תשיגו זאת כשתספקו לו את התזונה המלאה והנכונה שהוא זקוק לה ותוודאו שהוא מתרחק ממזונות שלא כדאי לו לצרוך. ספר זה נועד לעזור לכם בכך. הוא מספק לכם מידע שאתם זקוקים לו כדי לשפר את הכישורים שלכם ולהגביר את הביטחון העצמי שלכם, וכך עוזר לכם לגדל ילד בריא.