הרב יוסף שפרונג
ראש בית מדרש גבוה להלכה ורפואה

הפרעות קשב וריכוז בהלכה

על פי ההגדרה המקצועית של מערכת החינוך, הפרעת קשב וריכוז היא "הפרעה נוירו-התפתחותית המתבטאת בקשיים בקשב ובריכוז ולעיתים גם בהיפראקטיביות ובאימפולסיביות הפוגעים בתפקוד", שתסמיניה גורמים למצוקה גלויה או סמויה.

בעשרות השנים האחרונות התפתחה מודעות רבה להפרעת קשב וריכוז, וכיום היא מאובחנת בין חמשה לעשרה אחוזים מכלל הילדים בגילאי בית הספר. אף שהביטוי שלה, שהוא בעיקר חוסר יציבות תפקודי, יכול להתמתן עם השנים, היא למעשה איננה חולפת.

המרכיבים של הפרעת קשב וריכוז, שיכולים להצטבר או להופיע בנפרד, כוללים בעיית קשב, כלומר חוסר תשומת לב או הבחנה במידע, התעלמות ממידע, ומוסחות גבוהה מגירויים; היפראקטיביות – כלומר פעלתנות יתר שאינה תואמת את המצב ומפריעה לתפקוד; ואימפולסיביות, כלומר קושי לשלוט בדחפים, גם כן באופן שמפריע לתפקוד.

ההבנה בימינו היא שטיפול בהפרעת קשב וריכוז חיוני בכדי שהילד יוכל להתפתח היטב בשנים קריטיות אלה, וכן בכדי למנוע התפתחות קשיים ופערים לימודיים, ופגיעה במערכות היחסים עם החברים והמשפחה. חוסר טיפול עלול לפתח תסכול, ובעיקר, להעמיק את הבעיה עוד ועוד.

הויכוח על טיפול תרופתי להפרעת קשב וריכוז הוא מעבר לגבולותיו הצרים של מאמר קצר זה. כך כשמדובר בנערים הלומדים תורה, עולה השאלה של אבות רבים, האם בכלל המצוה שמוטלת עליהם לחנך את בנם ללימוד התורה, יש חובה עליהם גם לספק להם במידת הצורך טיפול תרופתי שיאפשר להם ללמוד היטב, או שאין להם חובה כזאת?

על שאלה זו השיב רבינו מרן הגר"א וייס שליט"א במכתב, בלשון זו:

"חייב אדם ללמוד תורה לפי הכוחות הטבעיים שחנן לו נותן התורה, ואינו חייב בטיפול תרופתי או אחר כדי לשפר את יכולותיו. אמנם בדרך כלל רצוי לקבל טיפול לא רק כדי לשפר את יכולתו לעסוק בתורה אלא אף את כלל כשרונו ללמוד תורה ולנהל אורחות חיים בריאים ומועילים".

מאחר שכך, נראה שגם מבחינת החיוב ללמד את בנו תורה, אין חובה על האב לתת לו טיפול תרופתי בכדי שיוכל ללמוד טוב יותר, אלא מאחר שאלו הם הנתונים הטבעיים שלו, חובתו היא ללמדו לפי כישוריו ואופיו. אמנם מסבר מאוד שבכלל מצות החינוך להעמיד את הבן על דרך חיים מוצלחת וטובה כדי שיגדל בבריאות הנפש ולא יחמיץ את ההצלחה בחייו, חובת האב לטרוח בכל כוחו למצוא כל דרך לסייע לו להתגבר על בעיותיו ואתגריו, ובכלל זה גם לספק לו טיפול תרופתי במידה שכך אובחן ונאמר על ידי רופא מובהק שכך צריך.

במכתבו של הרב וייס ניתנו מספר תשובות מעניינות לשאלות נוספות בנושא זה.

האם מותר לקחת כדורים להפרעת קשב וריכוז בשבת, או לא?

כידוע, רפואה בשבת אסורה מדרבנן מגזירת "שחיקת סממנים", כמבואר בשו"ע בסימן שכח. עם זאת, דעת הרב וייס היא שכל טיפול שאינו בגדר רפואה, אלא טיפול שנועד להסדיר "תפקוד גופני תקין", ולא לרפא חולי ומיחוש, אינו בכלל "רפואה" והוא מותר לכתחילה בשבת.

יסוד זה ביאר הרב במנחת אשר (ח"ב סימן ל"ח) באריכות לגבי כמה טיפולים בכדורים, כמו וטימינים, כדורי שינה, אמצעי מניעה, ועוד, והצד השווה שבהם שאין כאן חולי שצריך לרפא, אלא מצב שצריך להסדיר ולאזן בכדי לתפקד טוב יותר.

שאלה דומה ומצויה היא לגבי נטילת הריטלין ביום כיפור. בזה כתב הרב וייס ש"כבר הבעתי דעתי פעמים רבות שאין דעתי נוחה מהמקילים בצומות וביותר ביוה"כ בגלל כאב ראש וחולשה וכדומה, הלא נצטווינו להתענות כדי להצטער והצום הוא אחד מחמשה עינויים שבאים לכפר עון, ואם האדם סובל מעט מן הצום כך נאה וכך יאה.

אמנם אם מדובר בכאב ראש חריג וחזק במיוחד המונע ממנו להתרכז כראוי בעבודת היום מותר לבלוע כדור, כיון שאין בזה גדר אכילה. ואם יש צורך גדול מותר לקחת לגימה של מים שאינם ראויים לשתיה.

ולגבי שאלתנו, אם מדובר במקרה קשה והנער יכול להתפרע או שיסבול עד שלא יוכל להתפלל כדבעי, יש לו לקחת את הכדור אף ביוה"כ. עדיף ללא מים, אך אם אי אפשר, יבלע את הכדור עם מים שנפסלו משתיה".

שאלה נוספת ותדירה מאוד היא בענייני שידוכין. כשהנערים גדלים ומגיעים לגיל שידוכים כשהם רגילים לקחת את הכדורים לטיפול בהפרעת הקשב והריכוז, הם חוששים לספר זאת בשידוכים, מחשש שהדברים יתקבלו באופן קיצוני ולא נכון, ויש להם כמה טענות טובות מדוע לא לספר:

הרב יוסף שפרונג
ראש בית מדרש גבוה להלכה ורפואה

א. הרי ישנם רבים מאוד שיש להם הפרעת קשב וריכוז, אלא שלא אובחנו, ולא טופלו, ואם הם משתדכים כרגיל, מדוע ייגרע מי שטיפל בעצמו ובוודאי נמצא במצב טוב יותר מאחרים.

ב. הם שנמצאים "בתוך העניין" יודעים שאין לדבר משמעות רבה, ויודעים להתייחס לנושא בפרופורציה הנכונה, מה שאין כן מי שאינו מכיר את הנושא ועלול להיבהל לשווא מהמושג.

ג. פעמים רבות הם יודעים שהם מסוגלים להתמודד היטב בלי הכדורים, ורק רוצים להמשיך איתם בכדי "למקסם יכולות" וליהנות מפירות הריכוז המשופר.

ייתכן שמטעמים אלו כותב הרב וייס ש"קשה לתחום בזה תחום ברור", אמנם למרות שאכן יש בזה טווח שבו יש מקום לשקול לכאן ולכאן ונצרכת שאלת חכם, יש בכל זאת גבול ברור: "אם מדובר בהפרעה קשה המקשה עליו לתפקד כראוי ודאי שצריך לשתף את המשודכת בכך, אך באמת יש רבבות רבבות שיש להם הפרעת קשב וריכוז גבולית ואף אינם מודעים לכך, וחלקם אף מצליחים כל אחד בתחומו, ומשום כך נראה דאם הוא מנהל אורחות חיים תקינים ובריאים אין צריך להודיע על כך".

למרות זאת, דעת הרב וייס ש"מכל מקום מה טוב וראוי לנהוג בשקיפות מלאה ולא להעלים דבר מן המשודכת, וכל ההולך מישרים זוכה לסייעתא דשמיא".