

בריאות החיילים בשטחים המוחזקים

א. נהרי

מתאימה. התפרסות יחידות צבא בשטחים המוחזקים, בתנאי מחנה ושדה גם יחד, יצרה בעיות-בריאות רבות ומגוונות. על המפקד להכיר בעיות אלו, עלי-מנת שיהא מסוגל לפעול למניעתן וליטול חלק בפתרון.

האקלים והמאמץ הגופני

מבחינה אקלימית ניתן למיין את השטחים המוחזקים לאזורים עיקריים אחדים:

חצי-האי סיני — איזור-המדבר, מצטיין באקלים יבשתי, המתבטא בהבדלי-טמפרטורות קיצוניים בין היום ללילה, ולחות-יחסית נמוכה.

איזור התעלה ומפרץ סואץ — אקלימו דומה לזה של עמק הירדן: חום גבוה ולחות-יחסית גבוהה מזו שבמדבר סיני.

רצועת-עזה וצפון-סיני — איזור שהוא, למעשה, המשך טבעי לשפלת החוף — ודומה לה באקלימו היס-תיכוני הממוזג.

איזור הרי יהודה והשומרון — נחלק לשניים:

מערבה מקו פרשת-המים ג'נין — שכס — ירושלים — חברון מצטיין האיזור בחורף קריי-חסית מלווה משקעים, ובקיץ בעל טמפרטורות הדומות לאלה שבשפלת החוף — אך לחותו היחסית בקיץ נמוכה.

מזרחה לקו פרשת המים הנ"ל — איזור מדברי, בעל אקלים חם ולחות נמוכה; ידוע כאקלים בקעת הירדן.

רמת-הגולן — אקלימה הררי יבשתי, ומצטיין בחורף קר, שבו מגיעות הטמפרטורות לנקודת-הקיפאון ומטה; בקיץ חם ויבש.

מן האמור עולה כי השטחים המוחזקים הם אזורים גיאוגרפיים הטרופוגניים מן הבחינה האקלימית.

השינויים הטריטוריאליים והדמוגרפיים כתוצאה ממלחמת ששת הימים — יצרו תנאים סביבתיים השונים מן המציאות אליה הורגלנו במדינת ישראל.

עתה, כחלוף שנה, ניתן לעמוד על משמעות מצב הבריאות בשטחים המוחזקים לגבי כוחות צה"ל:

בתחום הסביבה הפיסית: — תנאים אקלימיים קיצוניים, כגון קור וחום, רטיבות ויובש, יצרו בעיות הסתגרות, הדורשות התאמת המאמץ הגופני, המגורים, הלבוש והתזונה למניעת מחלות נשימה ומעיים, מכות חום וקור. מקורות-מים מזהמים עלולים לגרום להתפרצות מחלות-מעיים ומחלות אחרות. סכנת הזיהום מתגברת במקומות של מחסור במקורות-מים ועם הובלתם של המים וחלוקתם ללא נקיטת אמצעי-בטיחות נאותים.

בתחום הסביבה הביולוגית: — מחלות בלתי מוכרות ומחלות אשר זה מכבר הצלחנו להדבירן, כגון "שור-שנת-יריחו", מלריה, קדחת-המערות, סרפדת-האורנים וכיוצא בהן, החלו מטרידות אותנו מחדש. מחלות אלו מהוות משנה-סכנה לגבי יחידות מבצעיות בתנאי-שדה קשים ובאזורים בהם מועט יחסית המידע לגבי טיב השטח ואופי האוכלוסיה. תפוצתם של חרקים ומכרסמים, נחשים ארסיים וכלבים משוטטים, טעונה טיפול מתאים כדי למנוע התפרצותן של מגפות ולהקטין את מספר הנפגעים.

בתחום הסביבה הסוציאלית: — אוכלוסיה מקורמית בעלת רמת-חיים והרגלי-בריאות נחותים משמשת מוקד הדבקה למחלות מדבקות. בתחום זה נכללות גם בעיות פסיכולוגיות חריפות, המתעוררות הן כתוצאה מן המתח בו שרויים החיילים באזורים אלה, והן כתוצאה מהימצאותם בריחוק מקום מן הבית ובחוסר פעילות פיזית ותרבותית

הטבלה דלהלן מדגימה את החום והלחות באזורי-האקלים השונים בשטחים המוחזקים * ; נכללות בה :
טמפרטורת-המקסימום היומית הממוצעת במעלות צל-זיוס לחודש יולי וטמפרטורת-המינימום היומית הממוצעת לחודש ינואר, והלחות היחסית היומית הממוצעת (באחוזים) באזורים השונים.

מקום	חודש	טמפרטורה	הלחות היחסית היומית הממוצעת
עזה	יולי	31.0	72.0
	ינואר	8.8	70.0
רמאללה	יולי	28.6	58.0
	ינואר	5.1	74.0
יריחו	יולי	38.8	40.0
	ינואר	9.8	64.0
סואץ	יולי	37.1	27.0
	ינואר	—	—
קונייטרה	יולי	33.0	30.0
	ינואר	5.0	40.0

בקעת הירדן וחצי-האי סיני

אקלים בקעת-הירדן הוא מן הקשים ביותר בארץ. לצורך פעילות גופנית כלשהי באקלים זה יש צורך באספקת כ־15 ליטרים נוזלים לשתיה לכל חייל ליום, מרביתם מקוררים — ובנוסף לכך טעונה הפעילות הפסקות תכופות למוחה. בכל אימון באקלים כזה ללא אמצעי-הזירוח מתאימים יש משום סכנה בריאותית — ובמיוחד לגבי טירונים, שטרם הסתגלו למאמץ הגופני בתנאים אלה.

בבדיקות שערך חיל-הרפואה הוברר כי במקומות בהם עמדה לרשות החיילים כמות בלתי-מוגבלת של מי-שתיה קרים, נמצאו החיילים רעננים ותחושתם היתה טובה; ואילו במקומות בהם חסרו מתקני-שתיה, נצפתה תופעה של „בדור איים“ (אדישות, עצבנות, עייפות ומראה מונוח של החיילים). חוסר שתיית נוזלים בכמות מספקת בעת מאמץ גופני באקלים חם גורם לכאבי-ראש ולטשטוש, ופוגם בכושרו ה־גופני של החייל. לדבר זה חשיבות רבה לגבי החיילים הנמרצאים בספורט, למשל, שכן הללו חייבים להימצא בכוננות גבוהה ובעירנות מתמדת.

תנאים דומים לאלה שבבקעת-הירדן שוררים בחצי-האי סיני, וכן לאורך התעלה ומפרץ סואץ, הדומים באקליםם לאיזור זה. חשוב ביותר להבין ולזכור שלא ניתן „לאמץ“ אדם ולהרגילו להתקיים על כמות נוזלים פחותה מזו הדרושה לגוף במציאות.

שתיית מים בכמויות גדולות אינה עלולה לגרום כל נזק; אך, לעומת זאת, שתיה מועטת מדי עלולה לגרום להתיבשות ולשמש רקע להופעת מכת-חום.

אין להרבות בשתיית משקאות תוססים, בפרט בשעת מסע או אימון גופני אחר, הואיל והפחמן הדר-חמצני יוצר בקיבה תחושת מלאות ומפריע לשתיית נוזלים בכמות הדרושה.

* מקור הטבלה: „ממוצעים אקלימיים רבי-שנתיים“, השירות המטאורולוגי, תל-אביב, תשכ"א 1961.

נראה כי המשקה היעיל ביותר להגברתה של השתייה בתנאי אקלים חם הוא מים קרים בתוספת תרכיז מיצים ממור תקים; שכן זאת לדעת — הצימאון אינו משמש קנה-מידה נאמן למאזן המים בגופנו. בדרך כלל זקוק הגוף לנוזלים בכמות גדולה יותר מזו הדרושה להרגעת הצימאון הסוב־ייקטיבי.

אחד הגורמים להופעת התיבשות היא „התיבשות רצור נית“ — כאשר האדם שלרשותו מים, אינו שותה בכמות מספקת מרצונו החופשי.

תופעה זו הודגמה בניסוי הבא:

קבוצת-חיילים הוצאה למסע מזורז בן שעתיים. במשך זמן זה הפסיד כל חייל כ־3 ליטרים זיעה. בתום המסע הותר לחיילים לשתות מים באופן חופשי, אך למרבה הפליאה הסתפקו כולם בכמות-מים שנעה בין מחצית-הליטר לליטר אחד. מסתבר כי חוש הצמא אינו מפותח די-צורכו, ויש לאחוז בכל האמצעים על-מנת לעודדו.

המחקר החדש הפריך את הדעות הקדומות באשר לשתיית מים, כגון הדעה שאמרה כי שתיית מים קרים גורמת להצטננות; כי אין לשתות מים לפני האוכל; כי מים אסורים לאדם משלשל; כי שתיית מים לאחר אכילת פירות וירקות — מזיקה; כי שתיית מים גורמת להשמנה ועוד.

● כל הצטננות — מקורה בזיהום ובהיעדר גורמי זיהום — אין מתלות.

יותר לשתות מים לפני האוכל; כשהקיבה ריקה, נספגים הנוזלים היישר למעיים — ואינם מוהלים את מיצי הקיבה. ונהפוך הוא — אין שחר לסברה כי אין לשתות מים לפני האוכל, שהרי אדם „מיובש“ הוא גם חסר-תיאבון.

● קיימת סכנה חמורה בשלשול עקב אבדנם המהיר של נוזלים, ולפיכך יש להרבות בשתייה דווקא במצב זה.

● הגוף אינו מסוגל לייצר שומן ממים — ואין כל חשש להשמנה עקב שתייתם.

● אין צורך בתוספת מיוחדת של מלח-בישול, שכן כמות המלח במנת-המזון הרגילה עונה על הצרכים, גם בעת מאמץ וגם בתנאי אקלים חם.

סכנת ההתיבשות ומכות-החום אינה פחותה באזורים האחרים, הנחזים יותר מבחינה אקלימית, כמו יהודה והשומרון או רמת-הגולן; גם באזורים אלה יש להקפיד ולקיים את תכנית-האימונים אך ורק בהתאם למפת האזורים האקלימיים ולתחזיות מוגה-האוויר המשודרות ליחידות צה"ל.

המאמץ הגופני חייב להיות מותאם לאקלים המיוחד השורר באיזור. יש להקפיד על לבוש מתאים, המאפשר את קירורו של הגוף בעת המאמץ הגופני בקיץ, ומבטיח את השמירה על חומו בעונת החורף, על המפקדים לדרגותיהם להקפיד על כיסוי-ראש ומנוחות מתאימות לאנשיהם, ומעל לכל — לעודדם לשתיית נוזלים; זאת — באמצעות הסברה מתאימה, משקאות ערבים ואספקת מתקני-שתיה שיהיו במצב תקין, נוחים לשימוש, בכמות מספקת ובמיקום המאפשר גישה נוחה אליהם. יש לאכול מזון המותאם לתנאי האקלים והפעילות הגופנית. כמורכב חשוב להדגיש את הצורך בסיגול מדורג של המאמץ הגופני לתנאי-האקלים של האזורים החמים.

חיילים שאינם רגילים לחום ולעבודה, ועל-אחת כמה- וכמה — לצירופם של שני הגורמים, חייבים לעבור תקופת הסתגלות, שתאפשר להם להגיע לכושר גופני גבוה, מבלי לסכן את בריאותם.

ג. להשקות את הנפגע במים צוננים (אם שרוי הוא בהכרה).
 ולקרר את גופו על-ידי התזת מים.
 ד. להעבירו במהירות למתקן רפואי.

מכות-קור

הקור בחודשי החורף, כמותו כחום בחודשי הקיץ, עלול לפגוע בבריאות החייל; ובעוד שהסכנות הכרוכות במכות-חום ודרכי-מניעתן ידועות היטב למפקדי צה"ל וחייליו, עקב שכיחותו של מטרד זה — רחוקות בדרך-כלל מתודעתם תופעת הקור וסכנותיה לבריאות החייל; והוא הדין באשר לדרכי המניעה והטיפול, וזאת — כיוון שלא נתקלנו בה קודם לכן, והיא נתחדשה לנו בשטחים המוחזקים.

הסכנה העיקרית לפגיעת הקור שוררת בשעת שינה או בתפקידים בהם שרוי החייל בחוסר-תנועה. קור קיצוני, ולוא לזמן קצר, עלול לגרום למוות; ואילו קור בינוני, במשך שעות אחדות, עלול לגרום להורדת הכושר הגופני, ולפגוע בכוח הרצון והשיפוט של החייל ובמוראל-הלחימה שלו.

הקור יכול שיהיה רטוב או יבש; הקור הרטוב מסוכן לבריאות יותר מן היבש, משום שהמים הם מולידי-חום מצויין — וגורמים לירידה מהירה של חום-הגוף. כושר-ההגנה של הלבוש, למניעת הפסדי-חום מן הגוף, תלוי במידה רבה בכמות הרטיבות שספגו הבגדים. לבוש רטוב בטמפרטורה שמתחת ל-0 מעלות צלזיוס עלול לסכן את חיי האדם.

תקופת הקור הקיצוני היא קצרה למדי, ואינה מאפשרת התאקלמות מספקת. פגיעת קור ברגליים — ולוא תהא קלה — עלולה לרתק את הנפגע למיטה לחודשים אחדים. ממכות-קור נפגעים בעיקר חיילים ממעייטי-תנועה, פצועים או חולים. חלקי-הגוף הרגישים ביותר הם: האוזניים, האף, השפתיים, קצות הידיים והרגליים; ועל איברים אלה יש להגן במיוחד. לבוש ומזון הולמים, משקה חם וכן פעילות פיזית של הגוף — הם האמצעים הטובים ביותר למניעתן של פגיעות הקור. ולבסוף יודגש: אין לתת לחיילים משקאות אלכוהוליים כהגנה מפני הקור.

מים

אספקת מים-שתיה בכמות ובטיב הרצויים היא גורם ראשון במעלה בתחום השמירה על כושרו הקרבי של החייל, ובמיוחד באקלים חם ובתנאי-פעילות מאומצים, כאלה השוררים ברוב השטחים המוחזקים. בתחומי מדינת ישראל שלפני מלחמת ששת הימים, הורגלנו שלא לשים לב לבעיית איכותם של המים, שכן שפע של מים-שתיה בעלי איכות טובה עומדים לרשותנו במרבית אזורי הארץ. אולם, השימוש במקורות-מים בשדה טומן בחובו סכנות מרובות לחייל — ובעיקר בשטחים המוחזקים; המים בשדה באזורים אלה עלולים להכיל גורמי-מחלות שונים, ולפיכך יש להתיחס בחשדנות לכל מקורי-מים בשטחים הללו — גם אם נראים המים, לכאורה, ראויים לשתיה. בעיית המים נחלקת לשניים:

1. אזורי יהודה והשומרון, רמת-הגולן ורצועת-עזה — אזורים מאוכלסים הם, אשר מקורי-הפרנסה העיקרי בהם הוא החקלאות. בשטחים אלה קיימת — על-יכן — אספקת מים לצורכי שתיה וחקלאות, שרובה ככולה — בארות מקומיות.



סכנת מכות-חום

מכת-חום נגרמת כתוצאה מהצטברות חום, שאין הגוף מסוגל להשתחרר הימנו. המונח „חום“ אינו מתייחס לחום החיצוני — חום האויר — כי אם לחום הגוף עצמו. מכת-חום מופיעה לרוב כתוצאה ממאמץ גופני בתנאי אקלים חם, ובמיוחד — עקב שתיית נוזלים בכמות בלתי-מספקת. סימניה הם:

- א. פנים אדומות; עליית חום הגוף.
- ב. הפרעות בהזעה; עור יבש וחם — או זיעה מרובה.
- ג. עייפות וחולשה.
- ד. סחרחורת, הקאות וכאבי-ראש.
- ה. נשימה כבדה ונחרנית.
- ו. התכווצות-שרירים.
- ז. אבדן ההכרה.

שמירה קפדנית על כללי המאמץ הגופני בתנאי אקלים חם, כפי שתוארו לעיל — תמנע את סכנת מכות-החום. במקרה של חשד ל„מכת-חום“ יש לפעול כדלקמן:

- א. להפסיק מייד את המאמץ הגופני.
- ב. להשכיב את הנפגע במקום קריר ומוצל, להסיר מעליו את החגור וכן בגדים לוחצים.

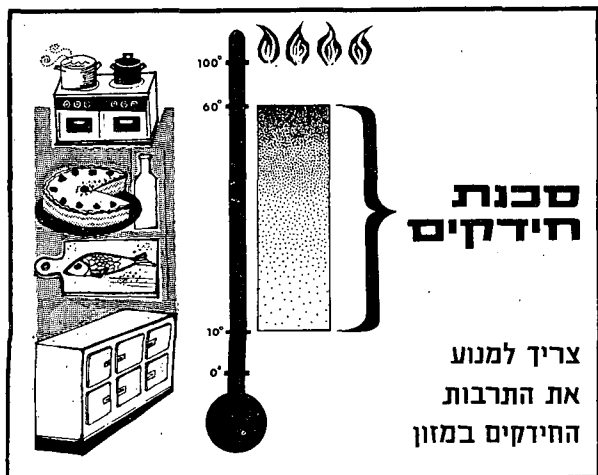
טובים, יש לספקם ממקורמים מאושר — ולהובילם אל יעדם במיכליות ובעוקבים מתאימים. הנחת קורהמים בצפון סיני פתרה את בעיית אספקת המים באיזור זה. אף כי העברת קורהמים בשטח מדברי כרוכה בבעיות מבעיות שונות, מבטיחה אחזקתו של הקו על-ידי חברת „מקורות“ את איכותם של מים השתיה. אך כדי לספק מים ליחידות מרוחקות מן הקו, יש — כמובן — צורך בהובלתם אל היעדים השונים, וזו כרוכה בסכנת-זיהום, אם אין מנקים ומחטאים היטב את אמצעי-ההובלה, ואם אין מונעים חדירת אבק ולכלוך לתוכם. כלי-קיבול העשויים נחושת, עופרת או אבץ חייבים להיות מצופים מבפנים בצבע-מגן, למניעת התהוות מלחים רעליים, המהווים סכנה לבריאות — למרות חיטויים של המים עצמם. חשוב, אם כן, לנקות היטב את המיכל מכל לכלוך, לבדוק את שלמות הציפוי — ולחטא את המים. יש לוודא כי כלי-הקיבול יימצאו במקום מוצל, וזאת — לשמירה על קרירות המים ועל טעמם ולשתיה.

מזון

טעמו של המזון, רב-גוניותו, צורת-הגשתו ותנאי-האכילה — ממלאים תפקיד חשוב ביותר בניצולו הנכון של המזון ובשמירת כושרו הגופני של החייל המוראל שלו. התארכות קויה-האספקה כתוצאה מהתפרסותן של יחידות צה"ל בשטחים המוחזקים, יצרה בעיות הכרוכות בהובלת המזון אל מקומות היעד, באחסנתו ובחלוקתו. באזורים החמים חשוב לכלול בתפריט המזון ירקות ופירות טריים, הנאכלים ברצון על-ידי החיילים; ואולם דווקא פריטי-מזון אלה נוטים להזדהם במהירות בתנאי-אחסנה לקויים, ובאותם מקרים מהווים הם סכנה חמורה לבריאות.

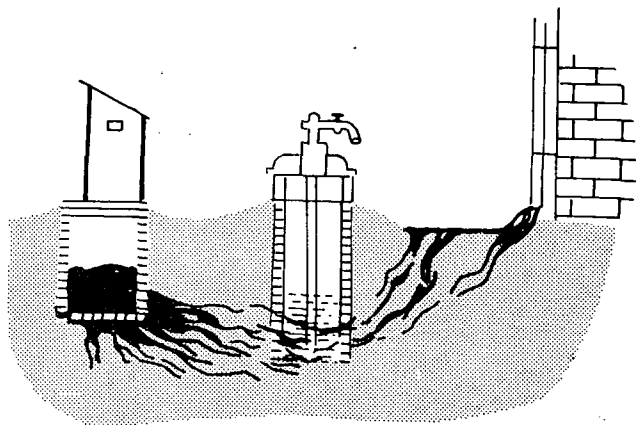
הובלת פריטים אלה חייבת להיעשות בארגזים המיועדים לכך, ועם הבאתם ליחידה יש לאחסנם במקום קריר, יבש ומאוורר, על גבי איצטבות מוגבהות מן הרצפה. יש לברור מדי יום ויום את הפירות והירקות המקולקלים, כדי למנוע את התפשטותו של הזיהום וכדי לחסל כל מוקדי-משיכה אפשריים לזבובים ולחרקים אחרים. פירות וירקות טריים יש לחטא לפני הגשתם.

שמירת המזון



מגדלי-מים, מעיינות ובורות-אגירה המשמשים לאיסוף מים-הגשמים.

הקידוחים שנעשו באזורים אלה שטחיים ברובם; הבראות ובריכות-המים אינן מוחזקות כראוי (חוסר כיסוי מתאים, רעיית עדרי-צאן ועשיית צרכים ליד מקורות-המים); רשת הצינורות לקויה ומיושנת — ולפיכך מתגלים בהם שיבושים ונזילות. במרבית הערים הגדולות, ובעיקר ברצועת עזה, אין לחץ-המים מספיק — ויש צורך בבניית מגדלי-מים על הגגות, המגדילים את סכנת הזיהום. שאיבת-יתר בבראות אחדות ברצועה גרמה אף לחדירת מים מלוחים לקידוחי הבראות. הקידוחים השטחיים, השימוש המופרז במקורות-המים העיליים ואחזקתם הלקויה של מקורות-המים האחרים ומערכת-הצינורות — כל אלה גרמו לזיהום רב של המים, על-ידי מישופכין זורמים, הפרשות בני-אדם ובעלי-חיים שנשטפו עם מים-הגשמים, פגרים-מתים, חול ולכלוך.



סנון מים

בשל כל אלה קיים איסור מוחלט על שימוש במים ממקורות שלא אושרו על-ידי חיל-הרפואה. רק סינון המים וחיטויים, הנעשים על-פי הוראת החיל, מאפשרים את שתייתם — לאחר שהורחק מן המים הלכלוך הגס והושמדו גורמי המחלות. סינון המים נעשה בעזרת פילטרים ועל-ידי חיטויים בכלוריניטורים, המספקים כלור באופן מתמיד וקבוע למאגרי-המים.

חיל-הרפואה עורך בדיקות שגרתיות לקביעת רמת הכלור במים, וכן נעשות בדיקות בקטרילוגיות וטוקסיקולוגיות לקביעת טיב המים המסופקים ליחידות צה"ל בשטחים המוחזק-קים. על מפקדי היחידות להקפיד על כך, שהמים לשתיה יעברו בקביעות את הבדיקות הטיפול הנחוצים.

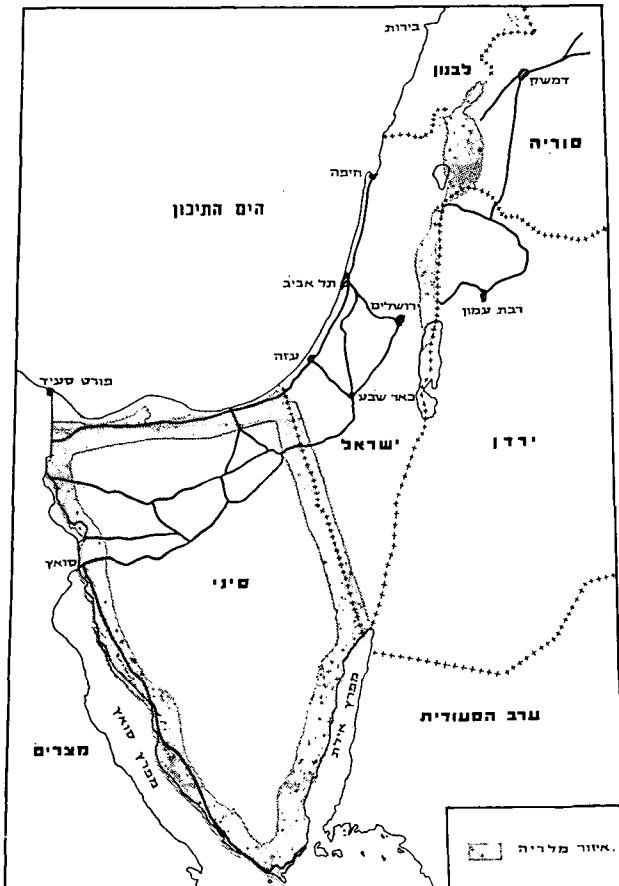
2. אזורי סיני ובקעת-הירדן עניים ביותר במקורות-מים. כמות-המשקעים הממוצעת באזורים מדבריים אלה נעה סביב 25 מ"מ לשנה. בקידוחים מעטים שנעשו בבקעת הירדן — נמצאו מים בעלי תכולת-מינרלים גבוהה. אגב, תכולת-סולף-פטים גבוהה אופיינית לכל מקורות-המים בעמק הערבה ובאילת.

המים העשירים במינרלים — ובמיוחד במגנזיום — גורמים לשלשולים ולטעם-לרואי טפל; אך בדרך כלל מפתח הגוף, תוך ימים ספורים, סבילות לכמויות אלה של סולפטים. כדי לספק לכוחות החונים באזורים אלה מים בעלי איכות וטעם

פעולות מניעה אישיות, המחייבות את כל החיילים
השוהים באיזור נגוע במלריה או נכנסים אליו — להשתמש
בתרופות מונעות, להתמרח בחומר דוחה-חרקים, ולכסות
בלבוש, בשעות החשיכה, את חלקי-הגוף הגלויים.

פעולות מניעה סביבתיות, המכוונות נגד היתור-
שים מעבירי-המחלה, וכוללות: ריסוסים וחיסול מקורות-
המים העומדים — למניעת דגירתם של יתושי-האנופלס.

מאז מלחמת ששת הימים אובחנו בשטחים המוחזקים
4 מקרי-מלריה: 2 מקרים באיזור התעלה, מול איסמעליה;
מקרה אחד באיזור קטיימה; ומקרה אחד ברפיח. אך לאחר
חקירה התברר כי בכל ארבעת המקרים לא נלקחו כל
תרופות למניעת המחלה — למרות שהיה ידוע כי אזורים
אלה נגועים במלריה.



אזורי-המלריה

קדחת-המערות

במערות, בכוכים, בחורבות ובבתים עזובים, נפוצה קרצית
המשמשת כמעבירה לקדחת החזרת, הנקראת גם בשם
קדחת-המערות. לא קל לקבוע אם נגועה מערה כלשהי
בקרציות המעבירות קדחת חזרת, שכן הללו מסוגלות
לחתור לעומק של עשרות סנטימטרים בסדקים, בבקיעים
ובעפר-המערות — ולהימצא שם תקופה ממושכת ללא מזון.
מכל מקום, בהתאם לתצפיות ולניסיון שנרכש — נקבעה
תפוצת המקומות הנגועים בארץ.

פריטי-מזון נוספים המגלים רגישות-יתר לזיהומים הם
הבשר והדגים, ובפרט — בשר-העוף הקפוא. פרק-הזמן החולף
מועד הוצאתם של פריטים אלה ממרכז-המזון עד הגיעם
ליחידות-המשנה בשטחים המוחזקים ממושך למדי, ולפיכך
ברור כי בתנאי אקלים חם, ללא אמצעי-קירור מתאימים,
משמשים הם מקור פוטנציאלי להתפרצותן של מחלות-מעיים
והרעלות-קיבה.

במחקרים שנערכו על-ידי חיל-הרפואה נמצא, כי מרבית
מקרי מחלות-המעיים למיניהן נגרמו כתוצאה מאכילת בשר-
עוף קפוא שלא אוסן או לא הוכן כראוי. יש לדאוג להובלתם
הנכונה של פריטי-המזון הרגישים הללו, לאחסנתם בקירור
מתאים של 4 מעלות-צלזיוס — ולהגשתם סמוך למועד-הכנתם.

חול ואבק

באזורים המדבריים של חצי-האי סיני וכן בבקעת הירדן,
מתחללות לעתים קרובות סופות-חול, וכן רב האבק המיתמר
בשעת נסיעה ברכב, בעת האימונים ובפעולות אחרות. האבק
נדבק אל העור, סותם את הנקוביות וגורם לזיהום —
המצטבר על פני העור ומונע את נשימתו התקינה.

בתנאים אלה יש להדגיש חזרה-והדגש את הצורך בשמירה
על היגיינה אישית, על-ידי רחצה יומיומית להסרת הלכלוך
ופתיחת הנקוביות. במקומות בהם אין בנמצא שירותים
סניטריים קבועים — חובה על המפקדים לדאוג להתקנת
מקלחות-שדה מאולתרות.

יש להחזיר את תודעת נקיון-הגוף, בתנאי-שדה בכלל
ובתנאים מדבריים בפרט, הן מבחינת הרגשתם הכללית של
החיילים והן למניעת מחלות מידבקות, הנגרמות על-ידי זיהום
מצטבר. יש להתאים את המבנים באזורים הללו לתנאי-
האקלים המיוחדים, למניעת חדירתם של חול ואבק למגורים
— מחד גיסא, ולהגנה מפני החום ולשם אורור מתאים —
מאידך גיסא.

כאמור, חשוב למנוע חדירת חול ואבק למצרכי המזון
והשתיה, על-ידי נקיטת אמצעים מתאימים בשעת הובלתם
של פריטים אלה, אחסנתם וחלוקתם.

„נוחלות נושנעות“

מלריה

מזה שנים אחדות לא נמסר ולוא על מקרה אחד של הדבקה
במלריה בשטח מדינת ישראל. עם כניסתנו לשטחים המוחזקים
החלה בעיית המלריה מטרידה אותנו מחדש, כתוצאה מפגישתנו
המחודשת עם יתושי-האנופלס.

תיחום אזורי המלריה בשטחים המוחזקים נשקל ונערך
בהתאם למציאות זו — על-פי מידת תפוצתה של המחלה
בקרב האוכלוסיה באזורים אלה, ועל-פי האפשרות הפוטנציאלית
לית להדבקה, בשל הימצאותם של יתושי-האנופלס. בהתאם
לשיקולים אלה פורסמה מפת-מלריה לקיץ 1968, המגדירה
את „האזורים הנגועים“ בשטחים המוחזקים:

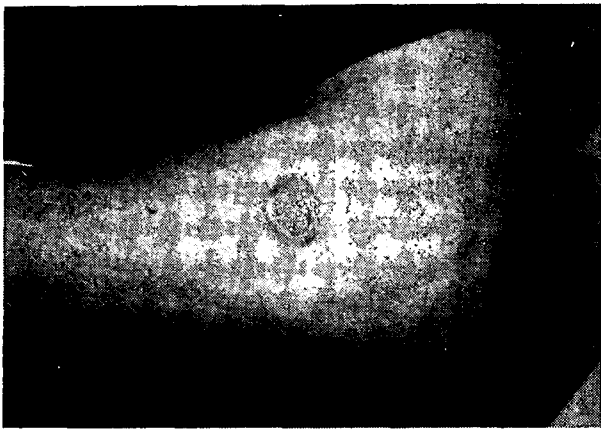
פעולות-המניעה באזורים אלה נערכות בשני מישורים:

„שושנת־יריחו“ (מחלת הלישמניאזיס של העור)

„שושנת־יריחו“, או בשמה המדעי: לישמניאזיס של העור, היא מחלת־עור המופיעה בצורת פצע או פצעים על פני חלקי־העור החשופים. פצעים אלה נושאים אופי של כיב, שאינו מכאיב ואינו מלווה בחום. הפצע מתרפא ללא כל טיפול לאחר חודשים אחדים, אך על פי רוב משאיר בעקבותיו צלקת. מחלה זו מועברת על ידי חרק קטנטן, הידוע בשם זבוב־החול (פלבוטומוס). פעילותם של זבובי־החול מורגשת כבר בראשית האביב; היא נמשכת בעיקר בחודש־הקיץ — ומסתיימת בסתיו.

מוקד־הדבקה אינטנסיבי בשטחים המוחזקים מצוי בצפון ים־המלח ובאיזור יריחו. זבובי־חול נגועים נמצאו בארצנו בעיקר בחופי ים־המלח ובערבה, בואכה אילת.

עם רדת החשיכה תרה נקבת־הזבוב אחר מזונה, העלול להיות אף דם־אדם. עקיצת הזבוב מחדירה את גורמי המחלה (לישמניות) אל מתחת לעור, ולאחר זמן־מה (לעתים אף שבועות או חודשים אחדים) מתפתח הפצע האופייני למחלה (ר' תמונה).



שושנת יריחו

פעולות־המניעה מتركוות בשני מישורים עיקריים:

א. פעולות־מניעה אישיות — מריחת הגוף בחומר דוחה־חרקים וכיסוי חלקי־הגוף. הגלויים, משקיעת השמש עד זריחתה.

ב. פעולות־מניעה סביבתיות — איתור מקור רות־הדגירה של הזבוב וריסוסם, והשמדת מכרסמים, המשימים כמאגרי־המחלה.

כן פועל חיל־הרפואה למציאת חיסון מתאים נגד המחלה, וכן להסברה על־אודותיה למפקדים ולחיילים.

הכשות־נחשים

המחקרים המעטים שנערכו עד כה בהציה־האי ערב וכן הנתונים הראשוניים שנאספו בנקודות שונות בסיני, ביהודה ובשומרון וברמת־הגולן אינם מספיקים כדי לקבוע בבירור את מידת תפוצתם של הנחשים הארסיים בשטחים המוחז-

בעיית קדחת־המערות היתה קיימת בארץ גם בעבר, אך סכנתה הפוטנציאלית גברה מאז מלחמת ששת הימים, שכן:

● השטחים המוחזקים הביאו לתוספת פוטנציאלית של מקומות נגועים.

● הפעילות המבצעית המוגברת מגדילה את סכנת ההדבקה. בתקופת ההמתנה וקרבות מלחמת ששת הימים נרשמו תשעה מקרי־מחלה — ומאז המלחמה נרשמו חמישה מקרים נוספים.

אם לא ניתן להימנע מכניסה למקומות חשודים, ניתן להפחית את סכנת־ההדבקה על ידי תנועה מתמדת בשטח המערה, וכיסוי חלקי־הגוף הגלויים; כן רצוי להתרחק מהישענות על קירות המערה ולהתקרב לפתחה, מקום בו חודרות עדיין קרני־האור פנימה.

בילהרציה

מחלת הבילהרציה נפוצה באזורים שונים בעולם, ובאזורנו גדולה שיחותה במיוחד במצרים. מספר המצרים הנגועים בה נאמד בכ־10 מיליון.

מתוללות־המחלה הן תולעים טפיליות, החודרות לדרכיי־השתן ולמעיים וגורמות להפרשות דמיות ולשינויים ברקמות הגוף. תולעי־הבילהרציה מסוגלות להישאר בגוף החולה שנים רבות, דבר הגורם להתפתחותה של מחלה כרונית, ההופכת את האדם לנכה — כתוצאה מאי־ספיקת הכבד או הכליות.

די בחדירה חד־פעמית של ביצי התולעים הטפיליות, הנמצאות בהפרשות עובר־אורח נגוע, כדי להפוך מקוה מים מתוקים, בו מצויים החלזונות המשמשים כפונדקאים לתולעי־הבילהרציה — למוקד מסוכן של המחלה.

מקוי־מים שונים בארץ כגון: נחל לכיש, נחל שורק, הירדן, נחל חדרה, הקישון ועוד, נמנו בעבר על מקוי־המים המסוכנים — והרחה בהם היתה אסורה. המצב השתנה לאחר קום המדינה, הודות לטיפול מתאים במימיהם.

אשר לשטחים המוחזקים, אין ספק כי יש לראות את כל מקוי המים המתוקים אשר בהם — נחלים, בריכות השקאה, אגמים וכדומה — כנגועים עדיין בגורמי מחלה זו, ואין להתרחץ בהם ללא אישור חיל־הרפואה.

סרפדת־האורנים

סרפדת־האורנים היא מחלה הנגרמת על־ידי פרפר בשם טוואי־התהלוכה של האורן. המזיק הוא הזחל, המצוייד בשערות צורבות, אשר מגען עם העור מעורר סרפדת — ואילו פגיעתן בעין גורמת לדלקת לחמית־העין. חדירת השערות לדרכיי־הנשימה גורמת לכאבים ולקשיים בנשימה. עד מלחמת ששת־הימים היו נגועים בסרפדת זו יערות־האורן בדרום הארץ, עד איזור תל־אביב; אך בשטחים המוחזקים יש להתיחס בחשד לכל חורשת־אורנים, אלא־אם כן נתקבל אישור מחיל־הרפואה כי אין החורשה נגועה.

משוטטים. כלבים רבים נמצאו נגועים בכלבת, והם מהווים סכנה בריאותית חמורה לחיילים החונים באזורים אלה. חיל הרפואה, בשיתוף משרד החקלאות, נוקט באמצעים להשמדת אוכלוסיית הכלבים והתנים המשוטטים — אך קשה להיפטר מהם לחלוטין; לפיכך מצווים המפקדים על עירנות בנושא זה, ובמיוחד על כיסוי פחי-האשפה והטלת איסור על זריקת שיירי-מזון מחוץ למחנה ללא טיפול מתאים לביעורו. יש להודיע לחיל-הרפואה על כל מקרה של הימצאות כלבים משוטטים בתוך המחנה ובסביבתו.

חרקים

בנוסף לחרקים מסויימים המעבירים מחלות מיוחדות, כגון המלריה, שושנת-יריחו, קדחת-המערות ועוד, מצויים חרקים (ובמיוחד זבובים ויתושים) המהווים מטרד בשעת השינה והמנוחה וכן בעת הארוחות, ומפחיתים מכושר עבודתו של החייל בשטחים המוחזקים.

ריסוס נגד חרקים אלה אינו האמצעי הבלעדי הטוב והיעיל ביותר להשמדתם. אמצעי זה יעיל אמנם להשמדת אוכלוסיית-החרקים הבוגרת, אך בשל קצב-התרבותם העצום — אין בהשמדת אוכלוסייה זו בלבד כדי לפתור את הבעיה לטווח ארוך.

בראש הפעולות לביעור החרקים עומדת הפעולה למניעת תנאי-התרבות טובים. יש להקפיד על היגיינה אישית וכן על נקיזת המגורים והשירותים, לשמור על נקיזת המטבח וכיסוי מצרכי-המזון, וכן לדאוג לכיסוי פחי-האשפה. את האשפה חשוב לסלק במועד, ולכסות בעפר את ערימותיה — למניעת מוקדי-דגירה נוחים ולחיסולם. דגירת יתושים תימנע על-ידי ייבוש מקורות המים העומדים, על-ידי אחזקה תקינה של הברזים (למניעת דליפות והיווצרות שלוליות של מים עומדים) ועל-ידי החלפת המים במתקני כיבוי-האש שבמחנה מדי שבוע בשבוע.

לסיכום נשוב ונדגיש:

טעות חמורה היא לחשוב, כי בעיות בריאות הצבא בשטחים המוחזקים הן אך ורק עניינם ותחום-אחריותם של הרופא, החובש ושאר אנשי חיל-הרפואה.

על המפקד, המעורה בבעיות היחידה ומכיר את פקודיו, את כושרם הגופני, את רקעם ואת מנהגייהם — מוטלת האחריות והחובה לסייע ככל יכולתו בפתרון בעיות-הבריאות של היחידה.

עירנותו ותשומת-לבו של המפקד לכל אותן בעיות „שגרתיות“ של ההיגיינה האישית, ההיגיינה באימונים, נקיזת המגורים ומתקני-המזון, בעיות האשפה והביוב, הדברת החרקים והמכרסמים — תקבענה במידה רבה את רמת-בריאותם של חיילי היחידה, וכתוצאה מכך — את כושרם המבצעי.

זקים. אך בכל זאת ננסה לתת את תפוצתם המשוערת של נחשים אלה.

בחלקה הצפוני של ארץ-ישראל מצוי הצפע הישראלי, ברמת-הגולן עלול להימצא גם מין נוסף של צפע, ובחרמון — מין שלישי מאותו סוג.

ביהודה ובשומרון מצויים הצפע, האפעה והצפעון השחור.

בטיני מצויים השפיפון, האפעה, העכן הגדול, הפתן השחור והצפעון השחור, פרט אולי לשטח החולות הנודדים שבצפון חצי-האי, בהם מצויים הפתן השחור והעכן הקטן.

החזקת שטח מחנה במצב נקי בתמידות, מניעת הצטברות פסולת ושיירי מזון, הם גורמים חשובים למניעת פגע הנחשים הארסיים בקרבת חיילים.

פעולות מנע:

• נעילת נעליים גבוהות וקרסוליות, בעיקר בשעות הערב והלילה — עת הנחשים פעילים יותר.

• אם לא הכרחי, יש להימנע מלישון על הקרקע בשעות הלילה.

• יש לנער היטב את הבגדים והנעליים בבוקר.

• אין להכניס ידיים למקומות בלתי נראים — כגון ערמות קרשים ואבנים — ואין להזיז אבנים, בולי-עץ, פחים וחביות שקועים באדמה מבלי לבדקם תחילה.

• יש להימנע מלנגוע בשיני-הארס של נחש מת, הן עלולות להכיל ארס.

הטיפול במנוכשים

בארץ מצוי נסיוב נגד ארס הצפע והאפעה. אך הטיפול בו ניתן אך ורק בבית-חולים; לפיכך, במקרה של הכשה, יש להעביר את הנפגע ללא דיחוי לבית-חולים. עד ההעברה יש לחסום את האבר המוכש בצורה רופפת — בעזרת תחבושת אלסטית או אמצעי אחר כ-5 ס"מ מעל למקום ההכשה ולפתוח את החסימה אחת ל-20 דקות למשך שניות אחדות. כן רצוי לקרר את הפצע באמצעות תחבושת קרה. אסור להשקות את הנפגע משקאות חריפים; כמו-כן אין לחתוך במקום ההכשה. את הנפגע יש להרגיע על-ידי מלות עידוד ולדאוג למנוחתו המוחלטת, וכן למנוחה מלאה של האבר הפגוע על-ידי קיבועו.

כלבים משוטטים

מספרם הרב של הכלבים המצויים ברשותה של האוכלוסייה הערבית המקומית, ואשר לא נמצאו בפקוח וטרינרי מתאים, וכן עקירתה של חלק מן האוכלוסייה ממקומות מגוריה לאחר מלחמת ששת הימים — הותירו בשטח מספר רב של כלבים משוטטים.

כלבים אלה תרים אחר מזון במקומות של ריכוזי אוכלוסייה, כגון מחנות-פליטים ומחנות צבאיים, בהם נזרקים שיירי-מזון ללא טיפול סניטרי מתאים. באזורים כפריים, שאינם מיושבים בצפיפות, נמצאת גם אוכלוסיית תנים