מתנת חיים
תורמים כליה באהבה



גבעת שמואל

עיר של

מתנות חיים

התוכן


12


14


20

דברי פתיחה 3
הרבנית ר. הבר

דבר ראש העיר 4
מר יוסי ברודני

דבר המערכת 5
ענת קורנהויזר

דבר הרפואה 7
ד"ר אביתר נשר

שרשרת של מעשים טובים 9
דובי ארבל

להרבות טוב בעולם 12
הודיה יחזקאל

תרומה בזמן מלחמה 14
ינון אנגלסמן

זכות ולא חובה 16
רנה אולמן

כליה אחת אבל לפניך 18
ישי ורטהיימר

יש הרבה דרכים לעשות טוב 20
עירית לוי

מסע משפחתי לתרומת כליה 22
הראל יונגשטין

הדרך שלך להעניק מתנת חיים 24

מתנת חיים
תורמים כליה באהבה

בית מתנת חיים - רח' נחום חפצדי 17 מגדל רם ירושלים 9548407
www.kilya.org.il • tormim@kilya.org.il • 02-5000755

מוקד תרומות *2716

מו"ל: מתנת חיים
עריכה: ענת קורנהויזר
עריכה גרפית: שולי סרף - סטודיו SARAF°
הדפסה והפצה: רשת קובי הפצות בע"מ
הפקה: מירי שבתאי
צילומים: ליאור בר סימן טוב (תמונת ראש העיר)
רותם שולמן קורנהויזר (תמונת ענת)
רמי זרנגר (תמונת ד"ר נשר)
אריאל אוחנה (צילום המרואיינים)

דברי פתיחה

הרבנית רחל הבר

שלום וברכה,

חלפה לה תקופת החגים והלב מייחל להתחדש, בימים אלו אנו מזכירים לעצמנו, שאין דרך יפה יותר להתחדשות מאשר הנתינה.

ב"מתנת חיים" אנחנו פוגשים שוב ושוב את כוחו המופלא של היחיד, אשר במעשה של חסד משנה את חייהם של רבים. תורמי הכליה שלנו מגלמים עולם של ערבות הדדית ואמונה בטוב.

כל אחד מתורמי הכליה זוכה להותיר בעולם חותם של נצח!!

ועכשיו, בראשיתה של שנת תשפ"ז, אנו מביטים בהתרגשות על הדרך שעברנו, ברוך השם למעלה ממאתיים אנשים חזרו לחיים בשנת תשפ"ו, אבל המסע עדיין נמשך, חולים רבים עוד ממתינים לנס שלהם.

בגבעת שמואל עצמה, ממתינים 5 חולים להשתלה, מייחלים להיגאל ממכוני הדיאליזה. ואי אפשר בלי לציין את העובדה המרגשת ש**גבעת שמואל מתקשטת ב-20 תורמי כליה מדהימים** שנתנו חלק מעצמם עבור זולתם והם מהווים סמל ודוגמא לאהבת חינם!

מתפללת שנזכה כולנו להנציח טוב בעולם ולהרחיב את מעגלי הנתינה.

מאחלת שפע של ברכה והצלחה, בריאות ובשורות טובות.

בברכת חורף בריא
ר. הבר

שם עולם אתן לו

חוברת מרגשת זו וכלל פעילות עמותת 'מתנת חיים' לזכרון עולם של מייסד העמותה ומי שמסר נפשו למענה ולמען כל חולה כליה באשר הוא

הרב אברהם ישעיהו הבר זצ"ל

שלנו ושלכם, שלו הוא

ת.נ.צ.ב.ה.





דבר ראש העיר

מר יוסי ברודני



תושבות ותושבים יקרים,

יש מעשים של נתינה, ויש מעשים שמשנים חיים. תרומת כליה היא אחד הביטויים העמוקים והמרגשים ביותר של חסד, של אהבת האדם ושל ערבות הדדית. זו הבחירה להעניק מעצמך, פשוטו כמשמעו, כדי שאדם אחר יוכל להמשיך לחיות, לחלום, לגדל משפחה וליהנות מעוד שנים יקרות לצד אהוביו. קשה לחשוב על ביטוי גדול יותר של נתינה מאשר להעניק לאדם אחר חיים.

מדינת ישראל היא מהמובילות בעולם בתרומות כליה אלטרואיסטיות, ואין זה מקרי. זוהי עדות לרוחו המיוחדת של העם שלנו. **עם שמקדש את החיים, שמאמין בערבות הדדית, בחסד ובדאגה לזולת.** עם שמבין כי איננו חיים רק למען עצמנו, וכי חברה חזקה וטובה היא חברה שבה אדם אינו נותר אדיש לכאבו ולמצוקתו של האחר. זוהי משמעותה העמוקה ביותר של הנתינה, לראות את האחר, להושיט לו יד ולהיות עבורו מקור של תקווה ואור.

הרוח הזו מאפיינת גם את גבעת שמואל שלנו. עיר שבה ערכי הנתינה, ההתנדבות והסיוע לזולת הם חלק בלתי נפרד מחיי הקהילה ומהחינוך שאנו מעניקים לדור העתיד.

על כן, אני חש גאווה והתרגשות מיוחדת לנוכח העובדה שכ-20 מתושבות ותושבי גבעת שמואל בחרו לתרום כליה ולהציל חיים. כל אחת ואחד מהם הוא דוגמה ומופת לאנושיות, לנדיבות ולגבורה שקטה. אנשים שבמעשה אחד של חסד שינו את עולמו של אדם אחר, והעניקו תקווה גם למשפחתו ולאוהביו.

אני מבקש להודות לעמותת "מתנת חיים", לרבנית רחל הבר- נשיאת הארגון, לשרונה שרמן מנכ"לית העמותה ולכל העוסקים במלאכה, על פעילותם החשובה והמרגשת למען הצלת חיים.

אני מברך על היוזמה להביא את סיפוריהם של תורמות ותורמי הכליה מגבעת שמואל, בתקווה שסיפורים אלו יעוררו השראה ויעודדו אנשים נוספים להצטרף למעגל הנתינה והצלת החיים.

ולתורמות ולתורמים היקרים, בשם העיר גבעת שמואל ותושביה, אני מבקש לומר לכם תודה מעומק הלב. אתם מקור לגאווה גדולה עבור כולנו, ותזכורת מרגשת לכוחו של האדם לעשות טוב, להאיר את חייו של האחר ולהעניק לו את המתנה הגדולה מכולן - מתנת חיים.

בברכה ובהערכה רבה,
יוסי ברודני
ראש עיריית גבעת שמואל

דבר המערכת

ענת קורנהויזר



- √ להצליח לרוץ חצי מרתון
- √ לסיים את התואר
- √ להפחית זמן מסכים ולבלות יותר זמן עם הילדים
- √ להתחיל לאכול יותר בריא (לא, צ'יפס לא נחשב "ירק")

שנת תשפ"ז התחילה זה לא מכבר ושנה אזרחית חדשה בפתח. **לכל אחד ואחת מאיתנו יש רשימת יעדים לשנה החדשה.** לפעמים אנחנו מגדילים ראש וכותבים אותה במחברת מיוחדת, מתוך תחושה שלמילה הכתובה יש יותר כוח. לפעמים אנחנו משתעשעים איתה בראש, לא נותנים לה יותר מדי מקום, אולי מתוך חשש להתאכזב ולא לעמוד ביעדים שהצבנו לעצמנו. האם "להציל חיים" הוא יעד ריאלי לרשימה שכזו? האם זה לא פומפוזי, יומרני מדי להגדיר את זה כיעד?

אז בדקנו, ומסתבר שזה יעד לגיטימי לחלוטין.

בחוברת שלפניכם תקראו סיפורים על שבעה נשים וגברים מיוחדים מגבעת שמואל. הם לא גיבורים ולא מלאכים- קרוב לוודאי שאם תקראו להם ככה הם ירימו גבה או יזוזו באי נוחות קלה. הם אנשים נורמטיביים מן השורה, שעשו מעשה מיוחד ויוצא דופן. עבור חלקם זה היה חלום שליווה אותם שנים רבות, אפילו "יעד" אם תרצו. חלקם נחשפו לנושא בדרכים שונות ועם הזמן גיבשו את ההחלטה בינם לבין עצמם, וחלקם פשוט החליטו ואז עשו.

לפני שנצלול לסיפורים המרתקים שלהם, קצת מידע ונתונים: **מדינת ישראל היא שיאנית העולם בתרומות כליה מן החי,** קרי: תרומה של אדם בריא שנכנס לחדר הניתוח עם שתי כליות ויוצא ממנו עם כליה אחת.

עמותת "מתנת חיים" שהוקמה ע"י הרב הבר זצ"ל בשנת 2009, מספקת מעטפת וליווי מלאים לתורמי ותורמות הכליה וכן מבצעת התאמות בין חולים הזקוקים להשתלת כליה ובין תורמים/ות פוטנציאליים. עוד נחזור לזה.

בשנה הראשונה לקיומה של העמותה התבצעו 4 תרומות כליה. בשנה השנייה לקיומה- 11 תרומות. בשנים האחרונות אין שנה שיש בה פחות מ-200 תרומות כליה. מעל מאתיים אנשים בשנה שנכנסים ביוזמתם ומרצונם המלא לחדר הניתוח כדי להציל חיים של אדם אחר, פעמים רבות אדם שאינם מכירים.

"כל כך הרבה תורמי כליה, וואו! מדהים. זה אומר שבטח כמעט ואין מועמדים להשתלה, נכון"?

את המשפט הזה אנחנו שומעים לא מעט. אז כדי לסבר את האוזן חשוב לומר: בכל רגע נתון יש בין 900 ל-1000 חולות וחולי כליה הממתינים להשתלת כליה.

רוב רובם של החולים הללו עוברים טיפולי דיאליזה שנים רבות, טיפול בו בעזרת מכשור

רפואי מתקדם מתבצע סינון מלאכותי של הפסולת והרעלים בגוף מאחר והכליה איננה מסוגלת לעשות זאת בעצמה. טיפול דיאליזה נמשך כחמש שעות ומתקיים שלוש פעמים בשבוע, כל שבוע, לעיתים כאמור במשך שנים. הוא כואב, ארוך, מחליש ומצריך ליווי של בני משפחה שלא משים ממיטתו של החולה ומספקים לו את התמיכה שהוא זקוק לה. זו תקופה בה כמעט כל המשפחה מושבתת והסבל הוא מערכתי ורב.

התאמה בין תורם/ת פוטנציאלי/ת לחולה כליות מצריכה תהליך לא קצר של בדיקות, אבחונים ו-וועדות, במטרה לוודא שיש התאמה מושלמת וכן שתורם הכליה לא חלילה ייפגע מעצם התרומה. תורמי הכליה חוזרים לאחר זמן החלמה קצר לחיי שגרה מלאים: אתם תקראו בחוברת שלפניכם על תורמי כליה שרצים מרתון, על חזרה מלאה לשגרת עבודה ועל סיפוק נפשי עצום שממלא את הלב והנפש ונוכח שם כל הזמן.

גבעת שמואל היא עיר בינונית בגודלה, עם מספר מכובד של כ-20 תורמי ותורמות כליה לאורך השנים.

ומה לגבי מושתלי כליה ומועמדים להשתלה? **בגבעת שמואל לאורך השנים 13 חולי כליות זכו להשתלת כליה דרך "מתנת חיים",** האחרון שבהם בראש השנה האחרון.

13 אנשים- גברים, נשים וילדים - שחזרו לחיים חדשים, חזרו לשתות מים כאוות נפשם ולאכול בננות (כן, זה עוד משהו שאסור לחולי כליות: לשתות מים כשהם צמאים ולאכול כל מה שהם רוצים).

בנוסף, כיום יש חמישה אנשים בגבעת שמואל שממתינים להשתלת כליה: שלושה גברים ושתי נשים, הורים לילדים וחלקם אפילו עם נכדים, העוברים טיפולי דיאליזה (חלקם במשך שנים).

עמותת "מתנת חיים" איננה "מסיונרית" של תרומות כליה. אנחנו לא מנסים לשכנע אנשים לתרום כליה, ויתרה מכך: לא חושבים שכל אחד צריך לעשות זאת.

הרב הבר ז"ל ניסח את זה בצורה הטובה ביותר: **'לא כל אחד יכול לתרום כליה, אבל כל אחד יכול לתרום משהו: עין טובה, תשומת לב, אוזן קשבת, חיוך, פרגון ומילה טובה'.**

מה אנחנו כן מבקשים? שתקראו.

תקראו את הסיפורים של האנשים המיוחדים הללו, אתם מן הסתם מכירים את חלקם מהקופה המהירה בסופר או מהתור לקופת החולים (אמרנו כבר, עיר לא גדולה ☺). תלמדו את הנושא, תחקרו ובעיקר תחשבו עם עצמכם: 'זה משהו שמדבר אליי? זה משהו שעשוי להתאים ליי? זה משהו שאני בכלל מסוגל/ת לעשות'? ומשם... הכל יכול להיות.

בברכת שנה בריאה ושמחה לכולם,
ענת קורנהויזר
מחלקת הדוברות של "מתנת חיים"
ותורמת כליה ☺





דבר הרפואה

ד"ר אביתר נשר

המהפכה שמשנה את עולם ההשתלה

ד"ר אביתר נשר, מנהל מחלקת ההשתלות בבילינסון מקבוצת כללית, בטור מיוחד על הבשורות הגדולות בתחום: מהשתלות כליה ומח עצם משולבות ועד לטכנולוגיה הרובוטית שמקצרת את זמן ההחלמה • **וגם: הלב הפועם של התחום – ארגון מתנת חיים**

תחום השתלות הכליה נמצא כיום בחזית הטכנולוגיה הרפואית. החדשנות הזו אינה רק עניין של מכשור מתקדם, אלא של שינוי איכות החיים של המושתלים והקלה משמעותית על התורמים. בבלינסון, אנו שוקדים על הטמעת הפרוטוקולים המתקדמים ביותר בעולם כדי להפוך את הניתוח המורכב הזה לבטוח ומוצלח יותר.

אחת מפריצות הדרך המרגשות ביותר עבור המושתלים החדשים היא האפשרות לבצע השתלת כליה בשילוב עם השתלת מח עצם. מדובר בשיטה המיועדת להשתלות בין אחים בעלי זהות אנטיגנית (HLA) מלאה - מקרה שקורה סטטיסטית אצל כרבע מהאחים.

היתרון הגדול בשיטה זו הוא יצירת סבילות של הגוף לכליה החדשה. עד היום ביצענו בבילינסון 26 ניתוחים כאלו, וברובם הגדול הצלחנו להגיע ליעד הנכסף: הפסקה מוחלטת של הטיפול בתרופות נוגדות דחייה לאחר מספר חודשים. עבור החולה, מדובר בבשורה אדירה - שחרור מהתלות היומיומית בתרופות ומהשפעותיהן ארוכות הטווח. השאיפה שלנו היא להרחיב בעתיד את היכולת לצמצם את השימוש בנוגדי דחייה בקרב קהלים נוספים.

חדשנות נוספת שמובילה את המחלקה בבילינסון היא השימוש ברובוט ה"דה וינצ'י" לביצוע ההשתלה במושתל. עד כה ביצענו 11 השתלות בעזרת הרובוט, טכנולוגיה המאפשרת לנו לבצע חתכים קטנים מאוד.

היתרון המרכזי של השימוש ברובוט בא לידי ביטוי אצל חולים הסובלים מהשמנת יתר, שכן הטכנולוגיה מצמצמת משמעותית את שיעור הסיבוכים, הזיהומים והבקעים בצלקת הניתוח. למרות שעקומת הלמידה בתחום זה ארוכה, אנו גאים להיות אחד

המרכזים הבודדים בעולם שכבר מיישמים את השיטה הזו הלכה למעשה.

גם עבור תורמי הכליה, עברנו כברת דרך ארוכה. אם בעבר תרומת כליה הצריכה ניתוח פתוח ומורכב, כיום כל הניתוחים מבוצעים בשיטה לפרוסקופית: שלושה חתכים קטנים בבטן וחתך תחתון של כ-7 ס"מ (דומה לניתוח קיסרי). השיטה הזו מבטיחה פחות כאבים והחלמה מהירה בהרבה.

במבט לעתיד הלא רחוק, אנו בוחנים כעת את השימוש ברובוט בטכנולוגיית "סינגל פורט" (Single Port) עבור התורמים. בשיטה זו, הרובוט נכנס דרך נקודה אחת בלבד, במקום שלוש כפי שנהוג היום. זהו צעד נוסף שיקצר עוד יותר את זמן ההחלמה ויקל על התורמים היקרים.

חשוב להבין כי החדשנות הכירורגית אינה עומדת בפני עצמה. היכולת שלנו ליישר קו עם המרכזים המובילים בעולם ואף להוביל בהם, נובעת במידה רבה מהיקף ההשתלות בישראל.

כאן המקום להעלות על נס את ארגון מתנת חיים. למספר הרב של התרומות האלטרואיסטיות בישראל, בהובלת הארגון, אין אח ורע בעולם כולו. כמות ההשתלות הגבוהה ביחס לאוכלוסייה היא זו שמאפשרת לנו לפתח מומחיות, לקדם את הרפואה הכירורגית ולהציע לחולים שלנו את הטכנולוגיות המתקדמות ביותר. ללא רוח ההתנדבות והנתינה הזו, קדמת הרפואה בתחום ההשתלות לא הייתה מגיעה להישגים הללו.

***ד"ר אביתר נשר, מנהל מחלקת ההשתלות בבילינסון מקבוצת כללית.**



ישנה קבוצת וואטסאפ בשם
"כליה אחת אבל לפניך"
בה חברים מעל 100 (!)
תורמי/ות כליה אשר רצים
למרחקים ארוכים עם
כליה אחת

שרשרת של מעשים טובים

הדס אפיק

"הייתי תורם שוב"

דובי ארבל, בן 54, נשוי לאפרת ואבא לחמישה ילדים, בוחר להתחיל את סיפורו דווקא מהסוף, מהיום שאחרי הניתוח: אפרת, אשתו, נכנסה בבוקר לחדר הסמוך לחדרו, שם שכב הבחור שקיבל את כלייתו. היא מצאה אותו יושב ואוכל בתיאבון. 'שנים לא היה לי תיאבון', הוא אמר לה. 'הדיאליזה פשוט לקחה לי אותו. פתאום יש לי אנרגיה. אני מרגיש חי'. כך התברר לו שכליה מושתלת מתחילה לעבוד כמעט מיד.

מאחר שזו הייתה תרומת כליה בהצלבה, המשיכה אפרת גם לחדרו של הנתרם שקיבל כליה מתורם אחר במסגרת אותה שרשרת. הוא סיפר שלא עצם עין כל הלילה. לא בגלל כאבים, אלא מהתרגשות. "באותו רגע היה ברור לי דבר אחד", אומר דובי, "הייתי מוכן ללא שום ספק לעבור הכל מחדש".

דובי הוא מנהל בית ספר מיתרים רעננה ברנקו וייס ע"ש פרנקל, מתגורר בגבעת שמואל 18 שנים. כשנשאל מה הוביל אותו לתרום כליה, הוא משיב שהיה זה בימיה הראשונים של המלחמה.

"ב־9 באוקטובר 2023 נפל בעזה השכן שלנו, לוחם גולני, אופיר ירוחין הי"ד. היינו קרובים מאוד למשפחתו המדהימה. מאז ליוותה אותי תחושה שאם זכיתי להיות בריא, מוטלת עליי אחריות לתת מעצמי ככל שאוכל. אך ההחלטה לתרום התגבשה בהמשך, בעקבות כמה דברים שהתחברו יחד. באותה שנה, לצד ניהול בית הספר, לימדתי גם כיתת י"א תושב"ע. הנושא המרכזי עסק בשאלה האם ראוי שאח יתרום איבר כדי להציל את אחיו. עברנו יחד על מקורות רבים - כולם עוסקים במתח שבין החובה להציל חיים לבין החובה לשמור על החיים שלך. בסיום המחצית רוב התלמידים סברו שראוי לתרום. זו גם הייתה המסקנה שלי. אבל כשיצאתי מהכיתה הבנתי: לא ייתכן ללמד תלמידים על אחריות, נתינה ודוגמה אישית, אם ברגע האמת אינך מוכן לחיות את אותם הערכים בעצמך".

זה לא היה עבורו רעיון חדש. "המפקד שלי בסיירת הצנחנים בסדיר ובמילואים, ניר רובין, לימד בלי לומר מילה שמנהיגות מתחילה בדוגמה אישית. בהמשך הדרך זכיתי לעבוד לצד זאב פקטור ז"ל, ניצול אושוויץ, ויעקב בורק. משניהם למדתי שנדיבות איננה רק תכונת אופי, היא בחירה יומיומית".

ואז הגיעו עוד שתי דחיפות קטנות. "שמעתי את יוני פסדר, מנהל בית ספר מקביל, מספר על תרומת הכליה שלו", נזכר ארבל, " הוא סיפר שהדבר הראשון שריגש אותו היה שהנתרם אמר לו: 'סוף סוף מותר לי לשתות מים בלי הגבלה'. עד אותו רגע כלל לא ידעתי שחולי דיאליזה חיים עם ההגבלה הזאת. כמה ימים לאחר מכן התקשר חבר מהמילואים, אסף בלדב.

'אתה בא לבקר?' שאל. 'למה?' שאלתי.
'כי תרמתי כליה'.
באותו ביקור התקבלה ההחלטה להתחיל את התהליך".

רק לתת

דובי מציין כי למרות שהכליה היא שלו, היה ברור לו שזוהי החלטה זוגית. "מבחינתי זו הכליה של אפרת לא פחות משהיא שלי", הוא מסביר, "בלי התמיכה, העידוד והאמונה שלה לא הייתה יוצאת התרומה הזאת אל הפועל.

גם הילדים עברו איתנו את המסע. ארבעת הגדולים תמכו, התרגשו והיו גאים. רק איתן, בן השמונה, טען: 'אני לא מסכים. אני מפחד שיקרה לך משהו'. נדמה לי שזה היה המשפט הכי קשה ששמעתי לאורך הדרך. כדי להרגיע אותו החלטנו שכל הילדים יהיו איתנו בבית החולים לפני הכניסה לניתוח.

רחל הבר, יו"ר עמותת מתנת חיים, הגיעה לאחל הצלחה, אבל מצאה את עצמה בעיקר יושבת עם הילדים, מסבירה ומרגיעה אותם".

ומה עם התלמידים? שיתפת אותם?

"אחת ההתלבטויות הייתה האם לשתף את התלמידים. בסופו של דבר רק חלקם ידעו. אבל היו מהם שריגשו אותי במילים שלא אשכח.

את צוות המורים הייתי חייב לשתף, משום שהניתוח נקבע ימים ספורים לפני מסיבת הסיום ולא הייתה ברירה אלא להיעדר. הם ספונטאנית התחילו למחוא כפיים. בהמשך קיבלתי הודעות מרגשות וביקורים, והם גם התארגנו יחד לשלוח לנו אוכל לשבת".

ויש גם דמויות נוספות שהיוו עבורו מקור השראה. "אמא שלי כבר איננה, גם סבתא שלי", הוא מציין. "אין לי ספק ששתיהן, שכל כך הרבה מהאהבה ומהנתינה שקיבלתי בחיי באו מהן, היו שמחות וגאות.

מצד אמי גדלתי בתוך שושלת משפחתו של הראי"ה קוק זצ"ל - הרב הגאון דב הכהן קוק זצ"ל, אחיו של הראי"ה, הוא סבא־רבא שלי. תמיד הבנתי שייחוס משפחתי כשלעצמו אינו בעל משמעות רבה, אם הוא לא מחייב אותך לנסות לחיות חיים של נתינה, אחריות ועשייה למען אחרים.

אבא שלי, כמעט בן 90, התקשה בתחילה לקבל את ההחלטה. הוא פשוט דאג. כמה ימים אחרי הניתוח הוא בא לבקר אותי, ראה שאני כבר הולך ומרגיש טוב יותר, ואז שאל ברצינות גמורה: 'תגיד... אתה חושב שגם אני יכול לתרום כליה, למרות הגיל?'

זה אבא שלי. גם בגיל כמעט 90, המחשבה הראשונה שלו היא עדיין איך אפשר לתת לאחרים".

עם אחד

מה עבר עליך ביום הניתוח?

"ביום הניתוח לא היה לי פחד", מדגיש דובי, "הייתה לי בעיקר תחושת הודיה - על הבריאות, על הזכות להיות בצד שנותן ועל האפשרות להציל חיים.

לפני שנכנסתי לחדר הניתוח, ד"ר נשר, המנתח, שהוא גם מנהל מחלקת ההשתלות בבלינסון, נתן לי צ'פחה על הכתף, חייך ואמר: 'יהיה בסדר'. עם החיוך הזה נרדמתי. כשהתעוררתי הרגשתי לא טוב וחזרתי שוב ושוב: 'לא נעים לי... לא נעים לי...'. האחיות שאלו מה בדיוק לא נעים, וכנראה שההרדמה עוד השפיעה, כי עניתי: 'המחלוקות בעם ישראל לא נעימות לי'. כשהן שאלו שוב מה אני מרגיש, עניתי: 'שאני אוהב את אשתי'. נדמה לי שבאותו רגע הן החליטו פשוט לתת לי להמשיך להתאושש בשקט..."

דובי מבקש להדגיש: "החשיפה הזו אינה נוחה לי, אבל אם הסיפור הזה יגרום אפילו לאדם אחד להתחיל לברר על תרומת כליה, או פשוט לעשות עוד מעשה קטן של חסד ונתינה - אז היא שווה לי.

בנוסף, אם יש מטרה לפרסום הסיפור, מעבר לעידוד תרומות כליה, היא להזכיר לכולנו מי אנחנו. אנחנו יכולים להתווכח על כמעט כל דבר, אבל ברגע האמת אנחנו יודעים לתת זה לזה חיים.

כליה של אדם אחד יכולה להציל אדם שמעולם לא פגש. משפחות זרות הופכות בן רגע למשפחה אחת. הלוואי שנזכור שגם מחוץ לחדר הניתוח אנחנו עם אחד". ◆

הידעת?
עובדות מעניינות על תרומת כליה

לא מעט מתורמי/ות הכליה תורמים גם דם או שיער בקביעות וממשיכים לחפש דרכים מגוונות לעשות טוב

אין הגבלת גיל מקסימלי לתרומת כליה
(זה לא תלוי גיל אלא תלוי מצב בריאותי, יצויין שלפני מספר חודשים תרמה אישה בת 78 לבעלה)

בגילאי 40 ומעלה היחס בין גברים לנשים בקרב תורמי הכליה הוא שווה
(מאחר ונשים תורמות רק לאחר שסיימו ללדת)

יש לא מעט משפחות בארץ שהן **משפחות תורמות כליה**: שלושה אחים/אחיות תרמו כליה, שני ההורים וכן אחד הילדים תרם כליה, שני בני הזוג תרמו כליה...

מתנת חיים
תורמים כליה באהבה



להרבות טוב בעולם

ענת קורנהויזר

„ אני מאמינה שתרומת הכליה היא מעשה אחד טוב ונקודה אחת בזמן, אבל בסופו של דבר המעשה הזה מייצר אצלנו סוג של מחוייבות להמשיך ולעשות טוב גם בהמשך הדרך. להרבות טוב בעולם". אם יש תובנה אחת לקחת איתנו מסיפור התרומה של הודיה, זו התובנה הזו.

הודיה יחזקאל, בת 36, היא תורמת הכליה כמעט הכי טרייה מהעיר ובין הצעירים שבהם. היא נשואה למתן ואמא לשישה ילדים, עובדת כגננת שילוב בגנים עירוניים ברמת השרון. היא מתגוררת בגבעת שמואל כעשור והגיעה לעיר מכוכב השחר בה גדלה, בעקבות בעלה שלומד בבית המדרש הקהילתי בעיר.

לא היה קל לשכנע את הודיה להתראיין. היא אישה צנועה ושקטה, ולא טבעי לה לעמוד בפרונט ולספר את הסיפור שלה. ועם זאת, היא לגמרי מבינה. מבינה שכל סיפור כזה על מישהי שקמה ויום בהיר אחד נכנסה מיוזמתה לחדר הניתוח כדי לתת איבר לאישה שאיננה מכירה, כל סיפור כזה יכול לקדם איש או אישה זרים בדרך לסיפור התרומה שלהם. ככה גם הסיפור שלה התחיל, כפי שהיא משתפת: "נחשפתי לאפשרות לתרום כליה לפני המון זמן, דרך חברים מכוכב השחר שעשו את זה. הרבה שנים רציתי לתרום, זה ישב לי בראש וחיכה לזמן המתאים, חיכינו לזמן המתאים. אחרי הלידה של הבן הקטן התפרסמה מודעה שמחפשים תרומת כליה לילדה בשם רוני, מישהי שלא הכרתי כמובן. הרגשתי שזה האות שלי. הגיע הזמן. התחלתי להתעמק יותר, קראתי על הסיכונים, על התהליך, והגעתי להחלטה שאני מגישה מועמדות כדי להציל את רוני. סוג הדם שלי לא התאים ו'מתנת חיים' הציעו לי להמשיך בתהליך. אמרתי שכמובן, כבר הייתי מושקעת רגשית בתהליך. חשוב לציין שכבר מתחילת התהליך מתן בעלי היה שותף מלא ותמך לאורך כל הדרך".

ממחשבה למציאות

כשאנחנו שומעים על מישהי שרוצה לעשות טוב, אנחנו מניחים שזה ילך לה בקלות. שהדרך שלה תהיה פשוטה. בחיים כמו בחיים, המציאות לעיתים מורכבת יותר: "שנה שלמה עברה מהבדיקה הראשונה ועד הניתוח, התהליך לא היה פשוט. היו בדיקות לא מעטות שהייתי צריכה לחזור עליהן שוב, זה לגמרי הצריך ממני מאמץ. במקביל זה היה גם תהליך נפשי, הרבה חוסר וודאות, לא ידעתי אם זה יצליח או לא. הרגשתי שזה בוחן את הרצון האמיתי שלי לתרום. את הילדים ואת ההורים שיתפתי באמצע התהליך וגם שם לא היה פשוט: חלקם חששו באופן טבעי. בשלב מסוים אפילו תהיתי אם באמת ללכת על זה עד הסוף. חששתי מתהליך ההחלמה, שאולי זה ייפול על הילדים קצת, לכן גם הייתה לי התלבטות- חששתי שהילדים צריכים לסבול מההחלטה שלי. אבל אז, הייתה לי הארה: עצם זה שהם יהיו שותפים לזה זה בדיוק ההפך, זה החינוך שאני רוצה להקנות להם. אנחנו הולכים לקראת זה כמשפחה והם לגמרי חלק מזה. זה משהו משותף שעשינו יחד, ככה אני מרגישה", היא מסכמת.

חיים חדשים

את ניתוח התרומה עברה הודיה בחודש מאי האחרון בביה"ח שיבא. "מעמד הניתוח היה מאד מרגש, הרגשתי ממש התרוממות רוח. היה שם רגע שהייתי לבד עם עצמי והרגשתי שזה מאד משמעותי, היה לי חשוב לבוא נקיה. להיכנס לניתוח בידיעה שאני הולכת לעשות משהו למען מישהו אחר. גם ההחלמה מהניתוח הייתה מהירה מאד, ברוך ה'. השתדלתי לעשות הליכות ולזוז כמה שיותר. הקהילה מאד עטפה אותי, שכנים, וכמובן המשפחה. הרגשתי חיבוק גדול מכולם".

הכליה של הודיה הושתלה בגופה של אישה בשנות הארבעים לחייה מדרום הארץ, אמא לילדים. כשהודיה מספרת עליה ההתרגשות ניכרת בקולה: "יש לה מחלת כליות גנטית ושני ההורים שלה נפטרו מזה. המפגש הראשון היה מאד מרגש, כאמא לאמא, עוצמתי במיוחד, הבנתי שיש לה בבית ילדים שמחכים לה בדיוק כמו שיש לי. נשארנו בקשר, היא מתקשרת אלי לפני שבת וזה משמח אותי בכל פעם מחדש".

לאחר הניתוח גילתה הודיה במקרה שחברה מהקהילה שלה היא קרובת משפחה של מושתלת הכליה, משהו ששתיהן לא ידעו טרם הניתוח. זה היה עוד סימן לכך שהכל מתחבר וזה היה המעשה הנכון לעשות.

חברה טובה חושבת לתרום כליה ומתייעצת איתך. מה תגידי לה?

"החיים שלי לא השתנו מאז התרומה. כפי שכבר אמרתי, אני ממש מאמינה שזו דרך להרבות עוד טוב בעולם. בקיצור, אם לא היה ברור, אני ממש ממליצה, אבל עם "כוכבית": כן חשוב שהמשפחה הקרובה תתמוך ותהיה שותפה, וגם שהתורמת תהיה שלמה עם זה. אני מאד ממליצה לדבר עם אנשים שתרמו ולשאול את כל השאלות שצריך כדי לקבל את ההחלטה הכי נכונה. אחת הסיבות שהסכמתי להתראיין לעלון הזה היא בדיוק זו", היא מחייכת. "אני כאן. תשאלו אותי מה שצריך ומבטיחה לענות בכנות". ◆



תרומה בזמן מלחמה

ענת קורנהויזר

את היום בו **ינון אנגלסמן** סיפר להוריו ולהורים של נעם אשתו על כוונתו לתרום כליה, אף אחד מהמשפחה לא ישכח: "כשבועיים לפני הניתוח המיועד נעם ואני ישבנו עם ההורים בסעודה משותפת ואמרנו להם שיש לנו משהו לספר להם. שלפנו צילום אולטרסאונד והצגנו אותו להורים. המתנו. התגובות לא איחרו להגיע: כולם צהלו, קיבלנו המון חיבוקים. אמרתי לאמא שלי: "את מורה לביולוגיה, את אמורה לזהות מה רואים פה. זה לא עובר. זו כליה, הכליה שלי, ואני מתכוון לתרום אותה. מיותר לציין שבניגוד אלי אמא שלי לא חשבה שזה מצחיק", הוא אומר בחיוך.

אבל כדי לשמוע את הסיפור המלא, נחזור קצת אחורה. ינון, בן 37, נשוי לנעם ואבא לשלושה ילדים, עובד בהייטק בחברת פאלו אלטו נטוורקס. הוא נולד בר"ג וגדל בגבעת שמואל מגיל 8. לאחר נישואיו עבר להתגורר בפדואל. ב-7.10.23, ערב שמחת תורה, בילה את החג בבית חמו וחמותו. עם פרוץ המלחמה ומשהתבררו הזוועות קיבלו הוא ונעם החלטה קשה שלא לחזור לביתם בשומרון וקבעו את מגוריהם מחדש בגבעת שמואל שם הם מתגוררים גם כיום.

הזרע שנזרע

החודשים שקדמו למלחמה היו לא פשוטים למדינת ישראל וגם עבור ינון באופן אישי. הקרע בעם והפילוג יצרו אצלו תחושה של חוסר אונים ורצון לעשות מעשה, כפי שהוא משתף בכאב: "הנושא ישב לי בראש כמה שנים. נחשפתי לאנשים שתרמו, מכרים רחוקים ושכנים. באחד הערבים כשהתגוררתי בפדואל ישבנו לקפה ספונטני אצל השכנים ועלעלנו בחוברת של 'מתנת חיים' שהוצמדה לאחד מעיתוני השבת. השכנה הראתה לנו את התמונה ושאלה חצי בצחוק: 'מי בא לתרום איתי כליה'? השתעשענו קצת ברעיון כאשר לאף אחד מאיתנו לא היה ממש ברור אם אנחנו רציניים בעניין. בתשעה באב שחל באוגוסט 23, בשיא ההפגנות והקרע בעם, כשהכעס בין שני צדי המתרס היה בשיא, קיבלתי את ההחלטה. את הטפסים הראשוניים לתרומה הגשתי באתר של העמותה עוד במהלך הצום. הרגשתי שאין תאריך יותר סימבולי מזה".

אשתו נעם הייתה שותפה מהרגע הראשון ותמכה בו לאורך כל הדרך, "היא גם רצתה לתרום אבל עוד לא סיימה ללדת באותה תקופה", הוא אומר. מהרגע שגמלה ההחלטה בליבו הוא נכנס לתהליך כל כולו: "ביקשתי מראש שהתהליך יהיה כמה שיותר קצר כדי שיהיה לי כמה שפחות זמן להתחרט".

כשאני שואלת אותו האם היו לו חששות הוא עונה בהומור האופייני לו: "חששתי משני דברים: הראשון שאני אמות על שולחן הניתוחים, השני והגרוע יותר- שלא אוכל לחזור לשחק כדורגל. את החשש הראשון הפרכתי כשהתעוררתי מהניתוח, גם את החשש השני הפרכתי די מהר למזלי הרב. תוך חודשיים כבר חזרתי למגרשים. מה שסייע לו בנוסף לאורך התהליך היה ליווי של תורם אחר מטעם מתנת חיים: "הוא עשה לי שיחות הרגעה לאורך התהליך ונתן לי את הבטחון שיהיה בסדר".

מתקדמים בתהליך

כאמור, תהליך הבדיקות של ינון היה קצר יחסית לבקשתו: "הייתי כל פעם צריך לתאם את הבדיקות כך שיפלו על חופש מהמילואים. שירתתי אז כנציג 8200 באוגדה 210 בגולן". הוא נזכר בפרט מרגש נוסף בהקשר הזה: "במהלך הבדיקות ולקראת התרומה התפרסם שחייל ששיחקתי איתו כדורגל נפצע ממטען בבטן התחתונה. שתי הכליות שלו נפגעו והוא נזקק לתרומה מיידית. ביקשתי לתרום לו כי כבר הייתי עמוק בתהליך הבדיקות והכרתי אותו אישית. בסוף לא תרמתי לו כי היו הרבה אנשים שנרשמו עבורו ולי הייתה התאמה נדירה למישהי שחיכתה שש שנים לכליה".

ניתוח התרומה של ינון התקיים בפברואר 24 בביה"ח בלינסון. אשתו והוריו ליוו אותו ביום הניתוח. הוא משתף בכנות שההחלמה ארכה יותר זמן ממה שציפה, להתחיל ללכת לקח לו יותר זמן ביחס לאחרים. כאמור כעבור תקופה חזר לעצמו לחלוטין. "אני חושב שנהייתי אפילו יותר טוב בכדורגל, הרי יש לי פחות 150 גרם לסחוב בעת ריצה לכדור", הוא קורץ.

הכליה של ינון הושתלה בגופה של אישה בשנות החמישים לחייה מאזור השפלה, וגם כאן יש לו אנקדוטה מרגשת לספר: "הרבה פעמים כשאנו חושבים על חולי כליות אנחנו מדמיינים מישהו מסכן וחולה. באופן מפתיע היא הייתה דומה מאד, בעיקר דמיון פיזי, לדודה שלי. זה הגדיל את ההתרגשות כי זה ממש הרגיש באופן סימבולי כאילו אני תורם לבן משפחה. המפגש הראשוני היה כמובן מרגש, שמרנו על קשר, יש לנו קבוצת וואטסאפ משותפת והיא בטוב היום".

חזרה לשגרה ותובנות

כשאני שואלת אותו מה התובנות שלו מהתהליך כולו הוא לוקח רגע לחשוב. "אני חושב שהתובנה העיקרית היא כמה זה ממש 'נון אישיו- לא עניין'. אני לא כ"כ זוכר את התרומה ביומיום. אם לא מדברים איתי על זה אז זה לא נוכח, אני באמת מופתע מכמה שזה לא משהו שמשפיע עלי בשום צורה. אני לפעמים צוחק שיותר קשה לי לתרום צדקה מאשר כליה, אבל זה באמת ככה. ואם להיות כנה- זה לא כזה מעשה גבורה כמו שדמיינתי או כמו שחשבתי על אחרים שתרמו כליה לפני שעברתי את זה בעצמי".

וחשוב לו להוסיף עוד משהו: "בפרספקטיבה של המלחמה שהתחילה בשביעי לאוקטובר, חיילים שיצאו להילחם וחלקם לא חזרו- ההקרבה שלהם מתחברת לי הרבה יותר לגבורה. יש לי בן דוד שאיבד רגל במלחמה, זה נותן לי פרופורציות, אני יודע מה זאת גבורה. אני לא מרגיש שאני שם".

לסיום, אני שואלת אותו מה יגיד לחבר טוב שמתייעץ איתו על תרומת כליה. הוא חוזר לתובנה הקודמת ופוסק: "אני בהחלט מעודד את זה אם מישהו מתייעץ איתי מאותן סיבות שציינתי קודם: אני זוכר שכששאלו אותי למה לתרום כליה עניתי "למה לא". מבחינתי זה הדבר ההגיוני לעשות. אם מישהו צריך משהו ואני יכול לתת לו את זה בלי לפגוע באורח החיים שלי, זה הדבר ההגיוני לעשות. אני מבין את הפחד של לפני התרומה, הרי אני חששתי. אבל במבט לאחור- קשה לי למצוא סיבה למה לא", הוא מסכם. ◆

זכות ולא חובה

ענת קורנהויזר



אם תשאלו את **רנה אולמן** אם היא גיבורה, היא כנראה תחייך לעצמה. כל מי שתרמ/ה כליה מכיר את מילות התואר הללו: 'גיבורה, אלופה, מלאכית'. אף תורם או תורמת כליה שראיינתי לא מרגיש הזדהות עם המילים הגדולות הללו, לפעמים הן אפילו מייצרות אנטגוניזם. או כפי שרנה מיטיבה להסביר: **"אני לא חושבת על עצמי כעל גיבורה. קיבלתי החלטה שבסופו של דבר נתנה למישהו אחר הזדמנות לחיים טובים יותר.** נשארתי עם כליה אחת, אבל קיבלתי הרבה יותר ממה שנתתי. ארבע שנים אחרי, אני יכולה לומר שהתרומה הפכה לחלק מהסיפור שלי - אבל היא לא כל הסיפור שלי".

רנה, בת 48, נשואה לאבנר ואמא לשישה ילדים, עובדת כממונה על פניות הציבור בהתפתחות הילד בקופת חולים מכבי. היא מתגוררת בגבעת שמואל מזה 24 שנה, וירושלמית במקור. גם אצל רנה, כמו אצל רבים מתורמי הכליה, המחשבה לתרום כליה התגלגלה בראש שנים רבות עד שקרמה עור וגידים, כפי שהיא מספרת: "קראתי בפייסבוק על חבר שתרם כליה. הוא עצמו עשה זאת (כמו רבים אחרים) בעקבות התרומה של חילי טרופר שתרם לפני מספר שנים. ראיתי תמונה של החבר יוצא מבית החולים, על שתי רגליים, הוא נראה בריא לחלוטין. הופתעתי. שם נבט הנבט הראשוני והידיעה שאם אוכל אז בשלב מסוים אעשה את זה גם. בפועל התהליך לקח המון זמן: עברתי שנה ורבע של בדיקות. בכל שלב כזה הבנתי יותר ויותר כמה אני מחויבת לתהליך, זה היה מבחן לסבלנות ולנחישות שלי. בוועדה הרפואית שממתקיימת כחודש לפני התרומה ונותנת אישור סופי לתהליך הרגשתי שאני מחוייבת סופית לתהליך".

תרומה בזמן קורונה

במדינת ישראל למודת הקרבות שלנו כבר הספקנו לשכוח, אבל לפני חמש שנים הייתה מגיפה עולמית. תרומה בזמן הקורונה מצריכה משנה זהירות, כפי שנזכרת רנה: "ניתוח התרומה שלי נערך בחודש יולי 22 בביה"ח שיבא. התאשפזתי ערב לפני מלווה בבעלי, היינו כמובן עם מסיכות. בניתוח עצמו אמא שלו הגיעה ללוות אותי, ההורים שלי היו בבידוד כי חזרו מחו"ל ולכן לא יכלו להגיע. הכליה שלי הושתלה באישה בשנות ה-60 לחייה, מאזור המרכז, אמא לשלושה ילדים. המושתלת חיכתה המון שנים להשתלה, במהלכן אף הייתה אמורה לעבור השתלה שבוטלה".

הרגע שכל תורם כליה זוכר בצורה מאד ברורה, זה הרגע בו הרופא המנתח מגיע לאחר הניתוח ומספר בחיוך שהכליה נקלטה בהצלחה. רנה חוותה דרמה לא קטנה באותו הערב: "לאחר הניתוח המנתח לא הגיע לומר לנו שהכל תקין, לא הבנו מדוע הוא מתעכב. בדיעבד הבנו שהניתוח של המושתלת היה מורכב והגיע למצב שהכליה כמעט ולא הושתלה. בנוסף היא הייתה בטיפול נמרץ וחלתה תוך כדי בקורונה. לשמחתי נפגשנו לפני שהשתחררתי- כשהיא עדיין בטיפול נמרץ. אחרי שחרורה מבית החולים נשארנו בקשר, כל שישי אני מקבלת ממנה הודעת שבת שלום, אנחנו נפגשים בחגים וברוך השם היא בטוב כיום".

תובנות ממרום הזמן שחלף

"לפני התרומה אנשים שאלו אותי אם אני מפחדת לחיות עם כליה אחת. היום, ארבע שנים אחרי, **אני רוב הזמן שוכחת שיש לי כליה אחת.** אני ממשיכה בשגרה, הולכת, רצה ומתאמנת. אני מרגישה בריאה יותר מבעבר, מקפידה על ספורט בעיקר בשביל עצמי. לא מוותרת על אימונים כמעט על בסיס יומי. אני מבינה את החששות של אנשים, אבל אני מודה שהופתעתי. הפתיע אותי שרבים חושבים על הסיכון ועל 'להישאר עם כליה אחת', עוד לפני שהם חושבים על האדם שמקבל את הכליה ואיך זה משנה את החיים עבורו או עבורה. גם הפתיע אותי כמה פעמים הייתי צריכה להסביר למה אני רוצה לתרום. כי מבחינתי התשובה הייתה מאוד פשוטה: אם אני יכולה לעזור לאדם אחר לחיות חיים טובים יותר, למה לא".

לקראת סיום היא מהורהרת.

"בעצם", היא מוסיפה, "חשוב לי לחדד את המסר שלי: "אם חבר טוב יתייעץ איתי לגבי תרומת כליה, אספר לו מה עברתי, מה הפחדים שהיו לי ומה אני מרגישה היום. אבל- זו החלטה שהוא צריך, אולי אפילו חייב, לקבל בעצמו. בנוסף, הייתי אומרת לו שאם יש לו את היכולת לעזור לאדם אחר בצורה כל כך משמעותית, **זו זכות גדולה. אבל זכות היא לא חובה. הוא צריך להרגיש שזו בחירה שלו ורצון אמיתי.**

כפי שסיפרתי, התהליך עד התרומה הוא תהליך שואב שדורש השקעה. כמובן שמבחינתי זה היה שווה, אבל זה משהו שחשוב לשקף ולדעת". ◆

הידעת?

עובדות מעניינות על תרומת כליה

ירושלים היא שיאנית הארץ מבחינת מספר תורמים עם למעלה מ-200 תורמי/ות כליה

"כליה אחת אבל לפניך!"

ענת קורנהויזר

כל מי שאוהב ספורט ובפרט לרוץ, נחשף למשפט הזה המודפס על גב חולצות של רצי מרתון. למעלה ממאה וחמישים תורמי ותורמות כליה חברים בקבוצת הוואטסאפ שנושאת את אותו השם. הם חיים ונושמים ספורט, מסיימים מירוץ ובודקים מתי יהיה המירוץ הבא, הם משווים זמני ריצה, מתאמנים יחד ובעיקר: רצים 10, 21 וגם 42 ק"מ- עם כליה אחת.

ישי ורטהיימר, בן 55 ("כמעט", הוא מחייך), נשוי לרחל ואבא לחמישה ילדים, הוא אחד מהם. הוא יליד בני ברק, מנהל מוצרי סייבר בארגונים גדולים ומתגורר בגבעת שמואל כ-25 שנה. חיידק הריצה קיים אצלו כבר שנים: "לפני כ-15 שנים התחלתי לרוץ, מהר מאד הגעתי לריצות ארוכות, והשיא היה מירוץ של מאה קילומטרים שעשיתי פעם בשנה". ישי הוא תורם הכליה הראשון מגבעת שמואל, כפי שהוא משתף על התהליך שעבר בדרך לתרומה: "כמו רבים, נחשפתי לתרומות הכליה לראשונה מהעלונים של 'מתנת חיים' בבתי הכנסת. קראתי פעם ראשונה, פעם שניה, התרגשתי. הרגשתי שהרעיון גדול ומרתק ושזה משהו שאולי הייתי רוצה לעשות יום אחד. בגלל הספורט והריצות הייתי מוטרד, חששתי שלא אוכל לרוץ. קיץ 2019 היה הפעם האחרונה שרצתי 100 ק"מ: החלטתי להשלים את המירוץ ואז ללכת על זה. ביום ראשון שלאחר הריצה נכנסתי לאתר של 'מתנת חיים' ומילאתי את הטופס".

מרעיון לביצוע

את אשתו רחל שיתף ישי מההתחלה: "היא יודעת שאם אני רוצה לעשות משהו אני עושה אותו, היא תמכה לאורך כל הדרך". בני משפחה נוספים וחברים הוא לא שיתף בשלבים הראשוניים מתוך מחשבה שעד שאין אישור סופי לא בטוח שזה אכן יצא לפועל. עם הוריו היה מעט יותר מורכב: "את ההורים שיתפתי לקראת הבדיקות האחרונות, כשהבנתי שזה מתקרב. אני ממש זוכר את הסיטואציה: אנחנו עומדים במטבח, אני אומר להם- 'החלטתי שאני רוצה לתרום כליה'. התגובה הראשונית- 'מה פתאום, אתה אבא לילדים, מה אתה צריך את זה?'. לקח להם זמן, היה להם חשש, זה טבעי ומובן. יש המשך לסיפור, אבל אני לא רוצה להקדים את המאוחר", הוא אומר.

תהליך הבדיקות מתקדם ובוקר אחד ישי מקבל שיחת טלפון משנת חיים: "אני עומד במשרד שלי בירושלים ומקבל טלפון מהעמותה: הנציגה מ'מתנת חיים' מספרת לי על מישהי בת 67 שמאד סובלת ושואלת אותי האם אני רוצה להתקדם בתהליך התרומה, כי יש התאמה ביניינו. אמרתי לעצמי: בשביל זה אתה פה. השבתי לה 'בוודאי' ועברנו עוד שלב בתהליך". לגבי חששות כלליים שהיו לו, הוא חושב קצת ומשיב: "הייתי מוכוון מטרה, הסברים על הסיכונים שמעתי. אני אדם שהולך ללמוד דברים, קראתי, הבנתי שזה סיכון ראוי ומחושב וזה שווה את זה".

עיכובים לא צפויים

במחצית הראשונה של שנת 2020 פרצה מגיפה עולמית: "כשהסתיים תהליך הבדיקות פרצה הקורונה וכל בתי החולים נסגרו לניתוחים אלקטיביים. אני ממש זוכר את פסח של אותה השנה- עמדנו במרפסות של גבעת שמואל ושרנו "מה נשתנה" בקול ביחד, שומעים מהבתים הרחוקים את השירה. ואז- התפרסם שהרב הבר, מייסד עמותת 'מתנת חיים' נפטר מקורונה. כשבועיים אחרי שהוא נפטר אני מקבל טלפון מבלינסון- פותחים את חדרי הניתוח ויש תאריך פנוי לעוד עשרה ימים. באותו הזמן התחלתי בדיוק עבודה חדשה במייקרוסופט מהבית (עקב הקורונה), ועכשיו אצטרך לצאת לחופשת מחלה- קצת לא נעים. אני מתקשר לבוס שלי ומסביר לו, הוא שמע את זה וכמובן מאד תמך ועודד".

ב-30 של הרב הבר ז"ל, ביוני 2020, נכנס ישי לניתוח התרומה בביה"ח בלינסון: "אני והמושתלת שלי נפגשנו מעט לפני הניתוח. היה מביך קצת, סיטואציה מיוחדת מאד, שנינו מאד התרגשנו. ופה מגיע הטוויסט שהבטחתי עם הוריי: אמנם המחלקה הייתה סגורה בעקבות הקורונה אבל אפשרו להם לבוא לבקר. כשהם פגשו את המושתלת- דעתם על כל התהליך השתנתה. הם הבינו את המטרה וראו אותה אל מול עיניהם וזו הייתה סגירת מעגל מרגשת. היא ואני שומרים על קשר, הייתה לה ערמת תרופות ולאט לאט זרקה אותן. היא חזרה לאכול ולחיות, היא דואגת לנכדים במקום שהמשפחה תדאג לה, זה משמח אותי מאד".

ספורט ותרומת כליה

כל החששות שהיו לישי לפני הניתוח, התבדו לשמחתו: "חזרתי לרוץ אחרי חודש. אחרי כשנה, ביום הולדת 50, רצתי ריצה של 50 ק"מ עם חברים. חזרתי לחיים רגילים לגמרי. התרומה הפכה לחלק ממני, זה לא כמו לתרום כסף. זה מעשה שנוכח שם תמיד. שנה אחרי התרומה התחלתי ללוות תורמים חדשים ואני מנסה לעזור איפה שאפשר, ממשיך את הקו הזה ומתרגש כל פעם מחדש. יש לנו קבוצת ריצה של תורמי ותורמות הכליה ויש בה לא



מעט חברים".

עם איזה מסר תרצה לסיים?

"לשאלה הגדולה אם לתרום כליה או לא יש שני צדדים: יש את הסיכונים של 'למה לא': אז כן, יש סיכון, אבל הוא לא גדול מאד. אנחנו בחיים לוקחים הרבה סיכונים: ספורט אקסטרימי למשל. אנחנו עושים את זה כי אנחנו אוהבים את זה וחושבים שהסיכון ראוי. הצד של ה'למה כן'- לדעתי זו הנקודה החשובה. רוב האנשים לא מכירים מספיק אנשים שסובלים ולא מבינים כמה הם יכולים לגאול אותם מהסבל העצום. לראות מישהו בדיאליזה- זה מסביר הכל. אני מאמין שכל מי שתרם כליה זה שינה את חייו לטובה. נהייתי בן אדם יותר מאושר. לא לכל אחד זה מתאים, אני לגמרי ממליץ על זה למי שזה כן מדבר אליו". ◆

כשאני שואלת את **עירית לוי**, בת 55, נשואה לאודי ואמא לשישה ילדים, כמה זמן היא מתגוררת בעיר, היא מספרת בחיוך: "אני ילידת חולון, ואודי בעלי גדל בבני ברק הסמוכה. אחרי שהתחתנו חיפשנו דירה במרכז. בוקר שישי אחד אודי ישב עם עוד שני חברים והם דנו באפשרויות המגורים שלהם אחרי החתונה, איפה כדאי לקנות דירה. אנחנו תמיד צוחקים שזו ארוחת בוקר הכי יקרה שהייתה אי פעם- כל שלושת הגברים סיימו עם דירה בגבעת שמואל".

יש יותר מדרך אחת לעשות טוב

עירית עובדת יחד עם אודי בעסק משפחתי לשיווק קפואים ובזמנה החופשי עושה הרבה ספורט, עוסקת בהתנדבויות שונות וגם סבתא גאה לשתי נכדות. על תרומת הכליה שלה והסיפור המיוחד שמאחוריה, היא משתפת: "הרבה זמן היה לי רצון לעשות משהו משמעותי. זה התבשל המון זמן בראש. נחשפתי לאפשרות לתרום כליה לפני שנים רבות. גם בן דוד של בעלי תרם ברבות השנים. לקח לי הרבה זמן להוציא את זה לפועל כי היה לי חלום אחר בכלל: היינו משפחה ממתינה למשפחת אומנה, זה היה החלום שלי. לקח לנו זמן להתניע את תהליך האומנה, חיכינו שהילדים יגדלו כדי שיהיה קל יותר להתמודד. זה היה תהליך מאד ארוך ולכן שמתי בצד את רעיון תרומת הכליה, לא רציתי 'לערבב' כדי שזה לא יפריע לאישור האומנה. בסופו של דבר כן קיבלנו אישור לאומנה ואז התחילה הקורונה, מה ששוב שיבש את הכל. בסוף זה לא התקדם ושמנו את הרעיון בצד- זה היה הרגע בו החלטתי שזו הזדמנות שלי לחזור למחשבה השנייה שהייתה לי ולקדם אותה. עוד לפני שהתחלתי את תהליך הבדיקות אבא של חברה מאד טובה של הבת שלי הזדקק לתרומת כליה, זה הפך את העניין למוחשי הרבה יותר. בסופו של דבר ולשמחת כולם נמצאה לו תרומת כליה ואז באמת הבשיל הרגע והחלטתי סופית להתחיל בתהליך".

עירית התחילה את תהליך הבדיקות באמצע שנת 2023, לפני שפרצה המלחמה. זה לקח לא מעט זמן, וחשוב לה להגיד בכנות: "התבשלתי עם זה תוך כדי הבדיקות. זה לקח כשנה, הבנתי שאני ממש הולכת על זה. במקביל הרגשתי שאני צריכה את הזמן ולכן לא דחקתי בעצמי, היו בדיקות שלקחו יותר זמן והיה לי חשוב לעשות את זה בזמן שלי ולהרגיש שלמה תוך כדי".

תוך כדי תהליך הבדיקות שיתפה עירית בהתחלה רק את אודי בעלה, הוא הופתע אבל זרם. את הילדים שיתפה בהדרגה כשהתהליך התקדם, ואת הוריה רק לאחר האישור הסופי של הוועדה של משרד הבריאות. "ההורים היו בהלם, אבל הם נשמו עמוק ולא ניסו להניא אותי מזה", היא נזכרת.

מרעיון למציאות

ניתוח התרומה של עירית התקיים בחודש יוני 2024, בביה"ח שיבא תל השומר. את יום הניתוח היא זוכרת בחיוב: "אודי הגיע איתי לאשפוז. ערב קודם באו חברים טובים לעודד, ירדנו ל'גלידה גולדה' לאכול, זה היה ערב משמח, עשינו 'יציאה בתל השומר'". בכניסה לחדר הניתוח היא חוותה רגע מיוחד: "רק כששכבתי במיטה והובילו אתי לחדר ניתוח קלטתי מה אני עושה, פתאום עברה בי מחשבה שזו בדיוק משמעות הפתגם 'ראש בריא למיטה חולה'. לאורך כל התהליך מדגישים שאפשר להתחרט עד השנייה האחרונה, אבל היה לי ברור שלא אתחרט. מאד רציתי להגיד פרקי תהילים ברגע המיוחד הזה אבל בניגוד לזמן שגרה-לא זכרתי כלום. מלמלתי מה שזכרתי, ואז הורדמתי. שניה לפני שנרדמתי הייתה לי מין וודאות פנימית שיהיה בסדר".

והיא צדקה. ההתאוששות של עירית מהניתוח הייתה מהירה להפליא: "באמת שהתאוששתי



יש הרבה דרכים לעשות טוב

ענת קורנהויזר

תיק תק. חודש וחצי אחרי הניתוח כבר הייתי עם הילדים באילת, נסענו לחופשת צלילה. אז כן, עזרו לי עם המיכלים, אבל חודש וחצי אחרי הניתוח כבר הייתי מתחת למים. לא האמנתי שזה יהיה ככה", היא אומרת.

על המפגש עם האישה לה תרמה את הכליה, היא מספרת בהתרגשות: "תרמתי לאישה שכיום קרובה לשנת ה-70 שלה ממרכז הארץ, חולת סכרת שגם עשתה לא מעט זמן דיאליזה. המפגש בינינו היה מאד מרגש. לפני השחרור באתי אליה למיטה, אושפזתי שני חדרים ממנה. כל המשפחה שלה חיכתה לי עם פרחים ושוקולדים והילדים היו עם דמעות בעיניים. אנחנו בקשר, היא באה לבקר עם החתן ועם הנכדים והיא בסדר גמור היום".

חברה טובה מתייעצת איתך לגבי תרומת כליה. מה תאמרי לה?

"רוב האנשים אומרים שאין סיכוי שיעשו את זה אי פעם, זה קשה להם. אני לא מנסה לשכנע, זה לא ממקומי. אני כן חושבת שלא כדאי לשלול על הסף כי זה כן משהו מטורף בעיניי, המעשה הזה. חשוב לי גם להגיד שאני לגמרי רואה את הצורך בלפרסם ולהפיץ כי אני יודעת שזה מה שיכול לעשות את השינוי ולהעלות מודעות. בשורה התחתונה", היא מסכמת: "תעשו טוב. זה לגמרי שווה את זה". ◆

הידעת?

עובדות מעניינות על תרומת כליה

תהליך הבדיקות להתאמה עבור תרומת כליה אורך בין חצי שנה לשנה בממוצע

מטרתנו לוודא שהתורם כשיר מבחינה נפשית ופיזית ושבריאותו לא תפגע לאחר התרומה

מסע משפחתי לתרומת כליה

הדס אפיק



"תרמתי כליה בזכות הבן שלי, יוסף חיים", אומר **הראל יונגשטין**, בן 33, נשוי ואבא לשישה ילדים, אברך בבית המדרש בגבעת שמואל, כשהוא מספר על מה שהוביל לתרומת הכליה שלו. "זה היה לפני חמש וחצי שנים, כשאשתי הייתה בהיריון, ובאחת הבדיקות התברר לנו שלעובר יש סיבוכים רבים. הרופאים אבחנו 'בקע סרעפתי - CDH', ובנוסף גילו שהכליות שלו גדולות ולבנות והעלו את החשש ל'כליות פוליציסטיות'. זו הייתה תקופה לא פשוטה", הוא נזכר. "לקח לי זמן עד שהצלחתי לחזק את עצמי ולהבין שלי, כאבא של הילד הזה, יש כוח גדול יותר מאשר לכל הרופאים, ויש לי יכולת אמיתית לשנות את המצב באמצעות תפילה, ביטחון ואמונה. הגעתי להבנה שבורא עולם לא הביא לי את ההתמודדות הזו כדי שאסבול, אלא שיש לי תפקיד. בעקבות כך החלטתי יחד עם אשתי שאנו נלחמים על חיי התינוק שלנו". אלא שבאותו זמן הוא לא העלה בדעתו שבתוך פחות משנה ימצא את עצמו בבית החולים דווקא במחלקת ההשתלות, כשהוא תורם כליה לאדם שלא הכיר מעולם.

רגע של החלטה

הראל מחזיר אותנו לימים של טרום הלידה: "החלטנו, לצד הבדיקות הרפואיות, להיכנס גם למאמץ מרוכז רוחני, ובמשך כל תקופת ההיריון השתדלנו להיות כמה שיותר טובים - לקבל קבלות בעבודת השם, ועוד דברים נוספים שתמיד רצינו להשתפר בהם, והרגשנו שהגיע הרגע לעשות זאת", הוא מספר.

כאן עוצר הראל ומציין כי כבר זמן רב שהוא נשא בליבו חלום לתרום כליה, הוא גם בדק את הנושא והגיע למסקנה שהוא מעוניין לתרום, אך בשל גילו הצעיר (27 בלבד באותם ימים) התמהמה. כשהרעיון עלה שוב, בעקבות הממצאים המדאיגים אצל בנו, הוא התייעץ עם הרופאים, אך הם אמרו לו: 'בשום פנים ואופן אל תתרום, עליך לשמור את הכליה לבן שלך, שהכליות שלו חולות מאוד'. "הבנתי זאת והמשכנו להתמקד בקבלות טובות אחרות", הוא אומר. "היה מרגש מאוד לראות, לאורך כל ההיריון, כי בזמנים שבהם אנחנו מתמידים בקיום הקבלות, המצב של העובר משתפר, ואילו כשאנחנו מרפים מעט, יש נסיגה".

"בסופו של דבר הבן שלנו נולד עם בקע סרעפתי, אך עם כליות רגילות לחלוטין, כמו של כל תינוק בריא. הוא עבר שני ניתוחים בשבוע הראשון לחייו ואושפז במשך חודש וחצי בטיפול נמרץ, אך מאז הוא ברוך השם בריא ושלם. הסנדק שלו היה ר' חיים קנייבסקי זצ"ל והענקנו לו את השם 'יוסף חיים'. כיום הוא בגן חובה, ילד רגיל, מתוק וחכם. זאת אחרי שהרופאים הכינו אותנו לכך שלא ישרוד את הלידה, וגם אם יישאר בחיים הוא לא ישרוד את הניתוח, ובוודאי יהיה חולה כל חייו. העובדות האלו כל כך ריגשו אותנו, וההתרגשות הגדולה ביותר הייתה כשהתייעצתי עם הרופאים שוב על תרומת כליה, ונאמר לי: 'אין סיבה שלא תתרום'. באותם רגעים היה ברור לי שאני הולך לעשות זאת".

כל התשובות נכונות

לצד סיפור הנס של יוסף חיים הקטן, יש גם דמות נוספת שהשפיעה על הראל לתרום - יהונתן חברוני ז"ל, אחד מ-48 קדושי מירון. "הוא היה חבר טוב שלי עוד מימי התיכון", מספר הראל. "למדנו יחד גם בישיבה, וכשעברנו לגבעת שמואל הוא ואשתו קיבלו אותנו, ועזרו לנו בהתאקלמות. בליל ל"ג בעומר, בו התרחש האסון, יצאנו למירון יחד עם קבוצה מאברכי בית המדרש, והתחלנו לעלות על ההר. בשלב מסוים התפצלנו, אני הייתי רחוק מן הדוחק, ואילו יהונתן הגיע אל מדרגות המוות, שם מצא את מותו. ההתמודדות עם האובדן הייתה קשה ומטלטלת. דמותו המיוחדת של יהונתן מלווה אותי עד היום, וזו גם הסיבה שכאשר שאלו אותי בבית החולים: 'למה אתה רוצה לתרום בגיל כה צעיר?' השבתי בכנות שקודם כל זה החלום שלי, אך בנוסף לכך, אחרי מה שקרה לחברי הטוב, אני לא יכול להרגיש שכל החיים עוד לפניי, ואם אני יכול לעשות היום משהו טוב - אני ממהר לעשות זאת".

והייתה גם ברכת הדרך שהוא קיבל מרבניו. "התייעצתי עם הרב שלי, הרב מרדכי שטרנברג ראש ישיבת הר המור, שאמר לי: 'אם אדם רוצה לתרום כדי להרגיש שעושה משהו משמעותי בחייו - עדיף שלא יתרום. כי האדם נמדד בדברים הקטנים, ובניסיונות של חיי היום יום'. זה כיוון אותי מאוד, ואני זוכר שכשהייתי בדרך לאחת הבדיקות והתכוונתי לעקוף מישהו בכביש, מתוך מחשבה ש'אני הולך להציל חיים', עצרתי, והזכרתי לעצמי: 'האדם נמדד בפרטים הקטנים'. בערב התרומה אבא שלי התקשר אליי ואמר לי בשם הרב אבינר: 'הכליה שנשארת אצלך - אחרי מאה ועשרים כבר לא תהיה שלך, אבל הכליה שתרמת - תישאר איתך לנצח, ותמיד תלך איתך'".

כיום, לדבריו, חמש וחצי שנים אחרי התרומה, הוא כמעט לא זוכר שתרם. "עברו מאז כל כך הרבה דברים, ואין לכך שום השפעה על הגוף שלי ולא על החיים שלי", הוא מבהיר. "אבל בכל פעם שמדברים על תרומות כליה אני נזכר בדבריו של הרב הבר, על השאלה: 'למה תורמי כליה מאריכים ימים?' נתון שמגובה גם במספרים. הוא משיב שיש אומרים שבגלל שמראש הם נמנים על האוכלוסייה הבריאה יותר, ויש אומרים שבגלל שהם עושים בדיקות מקיפות מדי שנה, יש שטוענים שזה קשור לכך שהם שמחים יותר, ויש שאומרים ש'צדקה תציל ממוות' ויש להם יותר סייעתא דשמיא. 'ואני', אמר הרב הבר, 'אומר שכל התשובות נכונות'".

הידעת?

עובדות מעניינות על תרומת כליה

תורם/ת כליה חוזר לשגרה מלאה

לאחר תקופת ההחלמה מהניתוח, לכל צורך בנטילת תרופות מיוחדות וללא מגבלות גופניות

מתנת חיים
תורמים כליה באהבה



הדרך שלך להעניק מתנת חיים

מתקשרים ומבררים על אפשרות לתרומת כליה
בטלפון: 02-5000755 / במייל: tormim@kilya.co.il

תרומות כספיות מאפשרות לנו לגייס תורמי כליה חדשים

העברות בנקאיות: בנק מרכנתיל (17) סניף כנפי נשרים (661) מספר חשבון 62951787 על שם מתנת חיים
צ'קים לפקודת מתנת חיים יש לשלוח ל: בית מתנת חיים רח' נחום חפצדי 17 מגדל רם 9548407

לתרומות מאובטחות באשראי:
kilya.org.il/he/donations25

עיגול לטובה:
קונים בכרטיס אשראי מעגלים לשקל הקרוב והאגורות נתרמות למתנת חיים!

שאלון התאמה:
סרקו את הקוד ובדקו התאמה תוך 30 שניות!

SARAF® 052.7137529