

18.48x26.73	31	64	עמוד	להיות הורים	18/07/2010	23452594-4
מיכל אופיר וייזל פסיכולוגי - 27740						



● לאה רודיטי

איך תבחרו את רופא הילדים

לפי מיקום המרפאה ושעות הקבלה שלו?
בעקבות המלצות של הורים אחרים? בזכות
האישיות האמפתית שלו או בגלל המקצוענות?
קבלו מרשם בדוק לבחירה נכונה

תמיד יודעים להסביר בדיוק מה הם מרגישים, במיוחד לאדם זר. מי שצריך לטפל בילד בבית זה ההורה. ההורה הוא זה שמכיר את הילד ביומיום, ולכן יש הרבה מקום להורה לאבחן עד כמה התינוק שלו במצוקה. אף שהיום אנחנו בעידן המידע הנגיש, יש אינפורמציות סותרות. החרדות שמתעוררות בסיטואציה של הילד אצל הרופא הן מאוד בסיסיות – הפחד מאיבוד שליטה, וחרדת מוות.

לכן, מוסיפה אופיר-ויזל, רופא ילדים טוב צריך לפתח רגישות ולהיות אמפתי להורים, לא פחות מאשר לילדים:

א. רמות מרגיעה ולא מלחיצה, כי ההורים כבר ממילא לחוצים.

ב. שלא "אשים" את ההורים אלא

המלצת הפסיכולוגית: הרופא צריך להיות דמות מרגיעה, סמכותית ואמפתית

הפסיכולוגית מיכל אופיר-ויזל, מ"מרכז ד"ר טל" לתמיכה רגשית ונפשית, רמת אביב: "ברגע שגולדים ילדים זה מפגיש אותנו עם המון חרדות והרבה רגשות אשמה, ובייחוד כשהילד חולה, הורים נוטים לחשוש שהם עשו משהו לא בסדר או פספסו משהו, ולכן הוא הגיע למצב הזה. 'אולי לא הייתי צריך לקחת אותו לים', 'אולי הייתי צריך להלביש לו סוודר', 'אולי זה באשמת'. כשמדובר בילד קטן שעוד לא מתקשר מבחינה מילולית, קשה לדעת מה בדיוק הבעיה, וגם ילדים שכבר מדברים לא

את הביקור הזה אצל רופאת הילדים אני לא אשכח. "נרמה לי שיש בעיה עם הפרופורציות של הגוף של הילד", אמרה לי הרופאה עוד לפני שנכנסתי לחדרה, כשעמדתי בפתח, במרחק שלוש וחצי מטרים ממנה, אווזת את התינוק שלי בזרועותי. אני לא זוכרת מה קרה אחר כך, לא זוכרת מילה ממה שהיא אמרה – בשלושת הלילות הבאים לא עצמתי עין ורק בכיתי מרוב דאגה. עד שהגעתי לרופאת ילדים אחרת, שברקה את הילד ביסודיות והפריכה את כל החששות, שהיו מופרכים מלכתחילה, כמובן. בהחלט, הסיטואציה של ביקור אצל רופא ילדים, במיוחד עבור הורים טריים, עלולה להיות טעונה ולא נעימה, אבל אפשר גם אחרת.

17.79×26.83	32	עמוד 64	להיות הורים	18.07.2010	23452604-6
מיכל אופיר וייזל פסיכולוגית - 27740					



צילום: אימג'בנק/Images

ישכיל לתת תחושה מעצימה.
ג. עליו להקריין ביטחון ולהיות דמות סמכותית מספיק, שההורה ירגיש שהוא מקבל אינפורמציה שהוא יכול לסמוך עליה.
ד. עליו להיות מכוונן גם להורה ולדאגותיו, וסבלני וקשוב למה שההורה מתאר.

המלצת רופא ילדים: הקרבה של המרפאה לבית לא צריכה להוות שיקול

ואיך הדברים נראים דרך העיניים של הרופא? פנינו לד"ר יוסי לקס, מנהל המרכז לבריאות הילד, רמת אביב ג', "כללית" מחוזת "א"יפו:

"הורים רבים, לצערי, אינם מתנהגים כמו צרכנים מושכלים. ממשאלים שנערכו בנושא, עלה שהורים רבים שמים במקום הראשון קרבה למקום מגורים ולא ניסיון של הרופא, גישה של הרופא או איכות רפואית. הייתי שמח אם הורים ירימו טלפון לחברה, עוד בזמן ההריון, ושאלו על הרופא שלה, ואיך שעות הקבלה שלו, ואיך הוא עם ילדים. אנחנו בעידן אחר של צרכנות. התפיסה הזו של הרבה הורים שהרופא הטוב ביותר הוא זה שנמצא בקומת הקרקע של הבניין שלהם, אינה במקומה".

מה לדעתך הכי חשוב להורים:
שהרופא שלהם יפגין חיבה לילדים,
שיהיה רגוע ולא מלחיץ, שיהיה ענייני
וקורקטי, שישדר מקצוענות?

"אין רופא ילדים אידיאלי. אצלנו במרפאה יש עשרה רופאים, ולכל אחד מהם יש עדת מעריצים והם שונים זה מזה באישיותם הרפואית. מצד שני, אני חושב שכל הורה צריך להתוות בפני עצמו את ציפיותיו מהרופא. יש רופאים שמסתכלים בעיניים של הילד ויש כאלה שמדברים אל ההורה. אני לא יודע מה יותר טוב, אני רק יודע שכל הורה מעדיף משהו אחר, וזה בסדר שההורה ימצא את הרופא שמתאים לגישה שלו. יש רופא יותר מחויך, יותר מכיל, יש רופא יותר רציני, שמשדר רק מקצועיות – אין טוב ואין רע בתחום הזה. את המזיגות השונות בתוך התמהיל הזה – ההורה בוחר.

"באשר למיקום וזמינות המרפאה: אני

23452513-5	18.07.2010	להיות הורים	עמוד 64	33	17.48x25.31
מיכל אופיר וייזל פסיכולוגית - 27740					

הקדימו בחירה למכה 6 עצות חשובות

ד"ר יוסי לקס ממליץ:

1. נסו לעשות וינדו שופינג.

תתייעצו עם הורים ממקום מגוריתם, בעלי תפיסת עולם דומה לשלכם, הורים שאתם חושבים שהפתרונות שמצאו לעצמם מתאימים לכם. אפשר אפילו להצטרף פעם להורה אחר שהולך עם ילדו לרופא, ולהתרשם. בשנה הראשונה לחיי הילד מגיעים לרופא מספר רב של פעמים (6-8 פעמים). לכן כדאי להתייעץ ולהתנסות, לא תמיד הקרוב ביותר הוא הטוב ביותר.

2. כדאי שכל הורה יכין רשימה קצרה של ציפיות, מה שחשוב לו במרפאת הילדים. האם חשוב לו שתהיה שם חניה זמינה לרכב? אולי יש שם רופאים נהדרים, אבל יש תורים מאוד ארוכים והמרפאה שלהם פתוחה רק שעתיים ביום? האם קיימים שירותים נוספים? אחיות? מכשור מתקדם?

3. אומנם לעולם לא תמצאו משהו אידיאלי, אבל לא כדאי להשאיר את ההחלטה לרגע האחרון, אלא כבר בזמן ההריון לחפש רופא ילדים, אפילו לבקר במרפאות ובחדרי בדיקה כדי להתוודע לדמויות הפועלות.

4. ברפואת ילדים בדרך כלל המצב הוא של "כיבוי שריפות", של טיפול במקרים דחופים. את הרפואה המונעת ונושאים של התפתחות הילד, למשל, משאירים לתחנות טיפת חלב. מערכת טובה אמורה לזמן את הילד בגילאים שונים. הרופא צריך להיות מוכן להיפגש עם ההורים והילד גם בנושאים שאינם פתורנה של מחלה.

5. צריך לחפש רופא ילדים כשהילד בריא. רופא צריך לבחור כשיש זמן, ולא כשמוכרחים למצוא רופא בדחיפות.

6. לא לזלזל בתחומים כמו זמינות קביעת תורים ומרפאה נוחה ואסתטית. כשממתנינים לרופא, יש לפעמים הרבה בדיקה וציפיות, והחוויה של הילד לא נעימה.

מקדם לא אותי, לא את הילדה ולא את הסיטואציה. החלפתי בעבר רופאה, בגלל סביבת המגורים. מיתר היא אסתטית, ורציתי רופא שמתמצא בנושא הזה של התקפי אסתמה. יש רופאים שאין להם גישה לילדים. היינו פעם אצל רופא אוזניים ומיתר מאוד נלחצה מהגישה שלו. צריך קצת השקעה מצד הרופא, אני לא בעד שיעשה דברים בכוח ושהבת שלי תצרת. רופאת המשפחה שלי מאוד מעודדת קשר במייל במקרים דחופים, וזה יכול סייע."

מרינה בורוביצ'יק, 37, אחות,

אם לאפרת, בת 9, ולאיתי, בן 7:

"נכנסתי פעם לרופא ילדים והרגשתי שהילד בכלל לא עניין אותו, העיקר שנגמור את הביקור, שאין לו זמן בשבילי. אז עברנו לרופא אחר, ושם השיקול היה שהוא בקרבת מקום לאמא שלי. המלצות אני מבקשת רק כשמדובר ברופא מקצועי מומחה, למשל כשהילדה הייתה צריכה ללכת לאורתופד. אחרי הקרבה הגיאוגרפית, האינדיקציה העיקרית לבחירת הרופא הייתה שהילד יאהב אותו, לפעמים הרופא נותן להם סוכריה – נושא היחס הוא קריטי."

"לי חשוב שהרופא יענה לשאלות שלי ויסביר. העצה שלי להורים היא שאם הם לא מרוצים מהרופא – לא להסס ולהחליף אותו. הגיל של הרופא לא חשוב, אני למודת ניסיון ויודעת שיש רופאים צעירים מאוד טובים, וגם המוצא לא חשוב, אם זה ערבי, יהודי, עולה מרוסיה."

הרצל כהן, 40, איש מחשבים, אב

לבנימין, 5, מיכל, 7, אוריא, 8,

ותמר, 9: "הלכנו לרופאת ילדים שנחשבה לטובה, לפי שמועות מחברים. בשלב מסוים היא הפכה להיות עמוסה מאוד, חדר ההמתנה היה קטן וכל הילדים שם היו משתעלים ביחד ומדביקים אחד את השני, אז החלטנו שהתנאים לא נוחים וצריך להחליף. עברנו למרפאה ששם לא צריך לחכות הרבה בתור, ויש מספר רופאים זמינים במשך היום. עדיף תמיד שהרופא יהיה עם חיוך, אבל היחס לילד הוא לא שיקול מרכזי אצלנו, הילדים שלנו לא כאלה מפונקים."

גם הקרבה לבית היא לא שיקול, אצלנו באשקלון, עם רכב, הכל קרוב והמרחקים קצרים. אנחנו לא הורים היסטריים, ואם לילד יש חום יומיים – שלושה, מבחינתנו זה לא נורא ולא חייבים אנטיביוטיקה מיד, אז אנחנו מעדיפים רופא עם גישה דומה, שייתן אישור לדרך שלנו."



ד"ר יוסי לקס: "הורים רבים, לצערי, אינם מתנהגים כמו צרכנים מושכלים. הייתי שמח אם הורים ידימו טלפון לחברה, עוד בזמן ההריון, ושאלו על הרופא שלה, ואיך שעות הקבלה שלו, ואיך הוא עם ילדים"

מנהל מרפאה ברמת אביב בה מטופלים שמונת אלפים ילדים, מתוכם אלף מתגוררים מחוץ לתל-אביב ובכל זאת העדיפו לבוא למרכזנו. לנושא הזמינות של הרופא, למשל, חשיבות רבה: ימי ושעות הפתיחה, מספר הרופאים המתפקדים בה, האפשרות לתאם תור בלוח זמנים קצר, המוניטין המקצועי של אותם רופאים בעיני מטופליהם. כל אלה אמורים להיות גורמים בשיקולי בחירת המרפאה."

המלצות של הורים: זמינות וקרבה גיאוגרפית הם שיקולים מרכזיים

שאלנו כמה הורים שהתמודדו עם הנושא של בחירת רופא ילדים מתאים, אם קרה אי פעם איזושהו אירוע שגרם להם להחליט לא לחזור לרופא שהיו אצלו, ומה הכי חשוב להם כשהם בוחרים רופא ילדים.

ורד הראל, 35, רכזת שיווק, אם למיתר, בת ארבע ושלושה חודשים: "לי חשוב קודם כל שרופא הילדים יהיה קשוב, חביב ואמפתי. מאוד משפיע גם העניין של מיקום, ורצוי שתהיינה המלצות מאמהות בגן או מהישוב שלי, קדימה. גם המעורבות של הרופא והבקיאות בהיסטוריה הרפואית של הילדה הן קריטריון – אומנם הכל רשום, אבל יש מעבר לזה. מבחינתי, זה עקרוני שהרופאה של הילדה תפגין מיומנות וידע, אבל אם יש משהו לא ברור חשוב לי הכנות, אני רוצה שהיא תפנה אותי לרופא אחר. "אני לא בעד רופא שמלחיץ, זה לא

→