

תאריך: 29 נובמבר 2016  
סימוכין: 31249

## ההמלצות המובאות להלן הינן **המלצות כלליות בלבד**.

על כל הורה או מטפל, לקחת בחשבון את יכולות הילד, להקפיד על הוראות הבטיחות והשגחה מתאימה.

## חנק כתוצאה משאיפת גוף זר (choking) <sup>1</sup>:

מאפייני מנגנון היפגעות זה הינם בליעת גופים זרים, כגון מזון, מטבעות, מגנטים וכדו'. גופים אלו חוסמים את דרכי הנשימה, ובכך מובילים לחנק. דרכי נשימה של הילדים צרות יותר משל מבוגרים ולכן סכנת החנק רבה יותר, זאת עקב שאיפת מזון וגופים זרים אחרים לריאות תוך כדי אכילה. מוצרים עגולים וחלקים מהווים סכנה ראשונה לחנק. ילדים בגילי 4-36 חודשים הינם קבוצת הסיכון הגדולה לשאיפת גופים זרים, כגון מוצרים חלולים, גליליים ושטוחים.

### חנק ממזון:

ילדים קטנים אינם יודעים ללעוס ולבלוע היטב את המזון ועלולים לשאוף אותו לריאות.

### בטיחות בזמן אכילה:

- בזמן האוכל הקפידו להושיב את הילד ליד השולחן.
- יש לחתוך את האוכל לחתיכות קטנות לילדים צעירים.
- חשוב ללמד ילדים כיצד ללעוס היטב ולהשגיח בהתאם לגיל ולהתפתחות, להגיש באופן הדרגתי מרקמים שונים ולאמן על אכילתם.

### עקרונות מנחים בנוגע למזונות מסוכנים לפעוטות:

- מאכלים עגולים המתיישבים בדיוק על פתח קנה הנשימה וחוסמים את מעבר האוויר.
  - מאכלים בעלי מרקם חלקלק הגולש במהירות לעבר בית הבליעה; מרקם הסופח מים מתנפח בקנה.
  - מאכלים בעלי מרקם דביק שנצמד לקנה הנשימה וקשה להסירו; מרקם קשה מקשה על הלעיסה והילד עלול לבלוע את המזון בשלמות.
  - מאכלים שגודלם קטן מדי או גדול מדי. חתיכות קטנות מדי נכנסות לקנה הנשימה כאשר מנסים לבלוע אותן לפני שהן נלעסו כראוי. חתיכות גדולות מדי קשה יותר ללעוס, הילד ישאף אותם וכך תחסמנה דרכי הנשימה.
- מובאים מטה המלצות על מאכלים וגילאים מתאימים (טבלה 1).

### חנק מצעצועים ומוצרים שונים:

בנוסף למזון, קיימים מספר מוצרים אופייניים, שגודלם ומאפייניהם (כגון חומר וצורה), גורמים לחנק כתוצאה משאיפת גוף זר בקרב ילדים צעירים. מומלץ להרחיק את המוצרים הללו מילדים. פירוט על המוצרים מובא בטבלה 2 מטה.

ועד מנהל:  
נאמן עופר, יו"ר  
ד"ר אברהם עדי  
אורלב זבולון  
אורן יצחק  
פרופ' דגון יהודה  
ד"ר דרייזן אורנה  
עו"ד וילק יהודה  
ד"ר חמו לוטם מיכל  
פרופ' ירב יעקב  
ד"ר ליכטנפלד יצחק  
עו"ד סובל רביב  
הרב צ'ולק חנניה  
הרב שי  
פרופ' רוח משה

מייסדים:  
פרופ' דגון יהודה  
ד"ר חמו לוטם מיכל

מטה הארגון:  
ת.ד. 7050

4917001 פתח תקוה  
office@beterem.org  
הסיבים 30, קרית מטלון, פ"ת  
פקס 03-7254668

מוקד מומחים:

[www.beterem.org](http://www.beterem.org)

 ארגון בטרם לבטיחות ילדים

A Member Of

**SAFE  
KIDS**  
WORLDWIDE™

  
EUROPEAN  
**child**  
SAFETY ALLIANCE



**טבלה 1: פירוט סוגי מאכלים עם המלצות**

מאכל	ההמלצה	הרחבה
<b>פירות יבשים ופיצוחים</b>		
כל סוגי האגוזים, שקדים, ופיצוחים	אסור עד גיל 5*	שברי (חתיכות) אגוזים נשאפים לקנה הנשימה
חרוסת שיש בה אגוזים טחונים	אסור עד גיל 5*	אם המרקם של החרוסת חלק לגמרי ואין חשש לשברי אגוזים – מותר
אגוזים ושקדים טחונים לפירורים	לא מומלץ בגיל צעיר, בהתאם ליכולת הילד	כל עוד יש שברים (חתיכות) אסור עד גיל 5, אם המרקם חלק לגמרי – מותר
פירות יבשים	הגשה עד גיל 4 בחתיכות קטנות (לאחר הוצאת גרעינים אם יש).	הפירות עלולים להיות דביקים ולהידבק בקנה הנשימה, להקפיד על כללי אכילה בטוחה כולל חיתוך והשגחה על לעיסה. אין הגבלה לגבי צימוקים קטנים בשל גודלם.
<b>פירות כללי - עד גיל 4, מומלץ לחתוך פירות קשים לחתיכות המתאימות לגיל הילד, לחלופין לבשל או לרסק.</b>		
ענבים	עד גיל 4 לחתוך לאורך ולהוציא גרעינים	מרקם ענבים חלק ועגול
בננה מקולפת	אין בעיה בכל גיל	אם יש חשש ניתן לחתוך לאורך או לרסק
<b>ירקות כללי – עד גיל 4, מומלץ לחתוך ירקות לחתיכות המתאימות לגיל הילד, לחלופין לבשל או לרסק.</b>		
אפונה, תירס, חמוס	עד גיל 4 אסור גרגירים מיובשים, ניתן להגיש רך - מבושל היטב	
עגבניות שרי	עד גיל 4 לחצות לחצי	מרקם חלק ועגול
מלפפון	עד גיל 4 לחתוך לאורך ולא לטבעות	מרקם חלק ועגול
גזר	עד גיל 4 לחתוך לאורך ולא לטבעות	מרקם חלק ועגול
זיתים	עד גיל 4 להוציא את הגלעין ולחתוך לאורך	מרקם חלק ועגול
<b>מאכלים אחרים – להקפיד לתת מאכלים בהתאם ליכולת לעיסה של הילד</b>		
נקניקיות	עד גיל 5 לחתוך לאורך*	עגול מתיישב בקנה הנשימה
מצה	מומלץ לרכך בגלל מרקם קשה ולתת בהתאם ליכולת לעיסה של הילד	
נתחי בשר או גבינה	עד גיל 4 לחתוך לקוביות קטנות	
חמאת בוטנים וממרחים דביקים	עד גיל 4 לתת כממרח בלבד, להימנע מהגשה בנתחים	

ועד מנהל:  
נאמן עופר, יו"ר  
ד"ר אברהם עדי  
אורלב זבולון  
אורן יצחק  
פרופ' דנון יהודה  
ד"ר דר׳׳זן אורנה  
עו"ד וילק יהודה  
ד"ר חמו לוטם מיכל  
פרופ' יעב יעקב  
ד"ר ליכטנפלד יצחק  
עו"ד סובל רביב  
הרב צ'ולק חנניה  
הרב שי  
פרופ' רוח משה

מייסדים:  
פרופ' דנון יהודה  
ד"ר חמו לוטם מיכל

מטה הארגון:  
ת.ד. 7050

פנת תקווה 4917001  
office@beterem.org  
הסיבים 30, קרית מטלון, פ"ת  
פקס 03-7254668

מוקד מומחים:  
www.beterem.org

 ארגון בטרם לבטיחות ילדים

A Member Of

**SAFE  
KIDS**  
WORLDWIDE™

EUROPEAN  
**child**  
SAFETY ALLIANCE



\* בהתאם לתקנות בריאות הציבור (מזון) (סימון אזהרה מסכנת חנק), התשס"ו 2006

## טבלה 1: פירוט סוגי מאכלים עם המלצות, המשך

מאכל	ההמלצה	הרחבה
<b>ממתקים וחטיפים</b>		
פופקורן	אסור עד גיל 5*	קצוות חדים, בשאיפה עלול להתנפח בקנה הנשימה
סוכריות מציצה	אסור עד גיל 4	סוכריות קשות, חלקות ועגולות, יכולת ביתר קלות להישאף לקנה הנשימה. מקל שסוכריה יכול להתנתק בקלות ואז יש לסוכרייה מאפיינים דומים לסוכרית מציצה.
סוכריות על מקל		
מסטיק ומסטיקים עגולים		
מרשמלו	מותר מעל גיל 3	סכנת שאיפה ממסטיק מוגברת בגלל הזמן הרב בפה והמרקם הדביק, מסטיק עגול יכול להישאף ולחסום את קני הנשימה
סוכריות טופי		
סוכריות ג'לי		
סוכריות עדשים (M&M)		
ביסלי		
מרקם ביסלי קשה, לבדוק שמתאים ליכולות הלעיסה של הילד		
במבה, אפרופו, צ'יריוס, צ'יפס, ביסקוויט, בייגלה, גלידה, ארטיק/קרטיב, קרמבו, וופלים עוגה (ללא אגוזים), ושוקולד (ללא אגוזים). אלו ממתקים שעקרונות אין בעיה – בהתאם ליכולות לעיסה של הילד – ובמינון המתאים! * בהתאם לתקנות בריאות הציבור (מזון) (סימון אזהרה מסכנת חנק), התשס"ו 2006		

ועד מנהל:  
נאמן עופר, יו"ר  
ד"ר אברהם עדי  
אורלב זבולון  
אורן יצחק  
פרופ' דגון יהודה  
ד"ר דרייזן אורנה  
עו"ד וילק יהודה  
ד"ר חמו לוטם מיכל  
פרופ' יעב יעקב  
ד"ר ליכטנפלד יצחק  
עו"ד סובל רביב  
הרב צ'ולק חנניה  
הרב שי  
פרופ' רוח משה

מייסדים:  
פרופ' דגון יהודה  
ד"ר חמו לוטם מיכל

מטה הארגון:  
ת.ד. 7050

4917001 פתח תקוה  
office@beterem.org  
הסיבים 30, קרית מטלון, פ"ת  
פקס 03-7254668

מוקד מומחים:  
www.beterem.org

 ארגון בטרם לבטיחות ילדים

A Member Of

**SAFE  
K:IDS**  
WORLDWIDE™

  
EUROPEAN  
**child**  
SAFETY ALLIANCE

  
תו מידות  
לאפקטיביות  
Midot Seal of  
Effectiveness  
תחילת  
valid from  
12/2017

## טבלה 2: פירוט סוגי מוצרים עם המלצות

מוצר	ההמלצה	הרחבה
מגנטים ומשחקי מגנטים למיניהם	אסור עד גיל 5	תרחיש אופייני הוא חנק כתוצאה מבליעת מגנטים אצל ילדים דרך הפה או שאיפתם מהאף, בנוסף לחנק יכול לגרום לפגיעה קשה בדרכי העיכול.
בלונים	בלונים לא מנופחים, קרעי בלונים ובלוני מים עלולים להיות מסוכנים לילדים מתחת לגיל 8	בלונים מסוכנים במיוחד בגלל הגומי שעלול להידבק לקנה הנשימה ולחסום אותו כליל.
חרוזים, סיכות וחלקי צעצועים קטנים	חפצים קטנים – בגודל שלא מאפשר להכניס לביצת קינדר או קופסת עדשות - אסור עד גיל 3, גם לאחר גיל 3 בהתאם להתפתחות הילד, אם הילד עדיין נוטה להכניס לפה – אין לתת צעצועים קטנים	
פלסטלינה	עקרונית אין בעיה. יש לוודא שהפלסטלינה אינה מחומר רעיל.	בגילאים הקטנים לשים לב שלא מכניסים לפה גושי פלסטלינה