

שבוע ההנקה 2025 "אפשריבריא להניק, מצמצמים פערים ומחזקים חוסן" מסמך רקע

ההנקה מהווה אבן יסוד לבריאות האם והתינוק, עם תרומה מוכחת לבריאות הציבור והשפעה חיובית על התפתחות תקינה של התינוק. חלב אם מספק הגנה חיסונית ייחודית, במיוחד בשבועות הראשונים לחיי התינוק, ותורם לבניית מערכת חיסונית בריאה – לצד החיסונים הניתנים בטיפות החלב. מעבר לכך, ההנקה מחזקת את החוסן המשפחתי והרגשי, במיוחד בתקופות של מתח או חוסר ודאות¹.

חוסר הנקה הוא אחד הגורמים המרכזיים להשמנת ילדים ונוער ולמצבים בריאותיים הקשורים בהשמנה. אך חשיבותה של ההנקה אינה מתמצה רק בתרומתה הבריאותית – היא גם תורמת לחיזוק הקשר בין האם לתינוקה, לבניית אמון, ביטחון והכלה, ומהווה בסיס לחוסן משפחתי וקהילתי בטווח הקצר והארוך.

למרות זאת, שיעורי ההנקה בישראל נמוכים באופן עקבי מיעדי משרד הבריאות וארגון הבריאות העולמי (אב"ע), ואף נמוכים בהשוואה לרוב מדינות המערב. יתרה מכך, קיימים פערים ניכרים בשיעורי ההנקה בין קבוצות אוכלוסייה שונות – לפי גיל, לידה קודמת, מצב בריאותי, לאום ורקע סוציו-אקונומי. פערים אלה משקפים את האתגרים הקיימים בנגישות לשירותי בריאות, לתמיכה לאחר לידה ולהדרכה מתאימה.

הפערים בשיעורי ההנקה אינם מנותקים מהפערים המערכתיים הקיימים במערכת הבריאות. דוח אי השוויון בבריאות שפרסם משרד הבריאות (2021) מצביע על הבדלים בזמינות, בנגישות ובאיכות של שירותי הבריאות – במיוחד בפריפריה, בקרב נשים ערביות ובקרב אוכלוסיות החיות בעוני. אותם גורמים משפיעים גם על היכולת של נשים להתחיל בהנקה ולהמשיך בה לאורך זמן.

מעבר לפערים הקיימים בשגרה, מצבי חירום, לחץ ואי ודאות – כגון משברים ביטחוניים, כלכליים או נפשיים – עלולים להחריף את הקשיים. מצבים אלה עלולים להשפיע על היכולת להניק, להאכיל תינוקות באופן מותאם ולהעניק מענה קשוב לצורכיהם. מתח נפשי, בפרט, עשוי לפגוע באינטראקציה בין הורה לתינוק ולהוביל להסתמכות מוגברת על מזון מתועש במקום על חלב אם, ובכך להשפיע על איכות התזונה ועל הרגלי האכילה של התינוק.

במצבים כאלה, תמיכה נפשית, חברתית ומערכתית, בשילוב הדרכה מותאמת להנקה ולהאכלה קשובה – היא חיונית לשמירה על תזונה מיטבית, לחיזוק הקשר בין ההורה לתינוק ולבניית חוסן משפחתי.

תמיכה באימהות מניקות, על כל מרכיביה – הפיזיים, הרגשיים, החברתיים והמערכתיים – היא חלק בלתי נפרד מקידום בריאות הציבור, מחיזוק החוסן הלאומי ומהמאמץ לצמצום פערים. קידום ההנקה אינו מהלך מבודד; הוא שזור במאבק רחב יותר למען שוויון בבריאות, נגישות לשירותים רפואיים וזכויות נשים.

שבוע ההנקה 2025 עוסק בחיזוק החוסן מההתחלה – באמצעות הנקה נגישה ושוויונית לכל משפחה בישראל.

מסמך זה מציג את תמונת המצב העדכנית בישראל, מצביע על הפערים הקיימים ומציע כיווני פעולה לצמצומם – ברמה המדינית, הקהילתית והקלינית.

בהתאם לכך, התוכנית האסטרטגית לשנת 2030, שגובשה על ידי הוועדה המייעצת לראש חטיבת בריאות הציבור בנושא הנקה, מציבה יעד ברור:
קידום הנקה שוויונית, נגישה ומותאמת לכל האימהות והתינוקות בישראל.

1. רקע כללי

שבוע ההנקה 2025 מתקיים תחת הסיסמה "אפשרו בריא להניק, מצמצמים פערים".

נושא זה נבחר ב-2024 [במסגרת קמפיין הבינלאומי "Closing the gap Breastfeeding support for all" – צמצום פערים – סגירת פערים, תמיכה בהנקה לכולם.](#)

משרד הבריאות בישראל מאמץ את המסר, ומבקש להדגיש את חשיבות ההנקה ככלי לקידום שוויון בבריאות.

2. שיעורי ההנקה בישראל בהשוואה ליעדים הלאומיים ולשיעורים במדינות אחרות

בישראל, שיעורי ההנקה נמצאים בירידה מתמשכת לאורך העשור האחרון. ניתוח נתונים של משרד הבריאות בין השנים 2016–2022, הכולל כ-70% מהילודים בישראל, מצביע על ירידה שנתית ממוצעת של כ-1% בשיעורי ההנקה הבלעדית והנקה משולבת.

כפי שניתן לראות בטבלאות מס' 1 ו-2, קיימים פערים גדולים בין שיעורי ההנקה בישראל ליעדים הלאומיים וליעדי ארגון הבריאות העולמי לשנת 2030 וכן פערים בין השיעורים בישראל למדינות מערביות אחרות.

טבלה 1: שיעורי הנקה: פערים מרכזיים בין המצב הקיים בישראל ליעדים שגיאה! הסימניה אינה מוגדרת.

ערך	מצב קיים בישראל (שנת 2022)	יעד ישראל 2030 ל	יעד WHO 2030 ל
ניסיון הנקה בתוך שעה מהלידה	מידע לא נאסף	70%	70%
הנקה בלעדית בגיל ששה חודשים	22.2%	50%	70%
הנקה משולבת בגיל שנה	25.5%	50%	80%

טבלה 2: השוואת שיעורי הנקה בלעדית ומשולבת בישראל לשיעורים במדינות מערביות

ערך	ישראל 2022	מדינות אחרות
הנקה בלעדית בגיל חודשיים	38.7%	גרמניה 68% (2017-2019) קנדה 66.9% (2017-2018)
הנקה משולבת בגיל חודשיים	71%	גרמניה 73% (2017-2019) קנדה 90% (2017-2018)
הנקה בלעדית בגיל ששה חודשים	22.2%	ארה"ב 24.9% (2019) בריטניה 18% (2020) השוואה בין 11 מדינות באירופה 14%-19%
הנקה משולבת בגיל ששה חודשים	47.2%	ארה"ב 55.8% (2019) בריטניה 48.3% (2020) מחקר במספר מדינות במערב אירופה 44.5% (2019) השוואה בין 11 מדינות באירופה 38%-71%
הנקה משולבת בגיל שנה	25.5%	ארה"ב 35.9% (2019) מחקר במספר מדינות במערב אירופה 28.5% (2019)

3. נתוני משרד הבריאות מראים על פערים בשיעורי הנקה בתוך החברה הישראלית:

3.1 אימהות אחרי לידה ראשונה לעומת לידה שנייה ויותר

שיעורי הנקה בלעדית בגיל חודש, בקרב אימהות אחרי לידה ראשונה, נמוכים יותר לעומת אימהות בלידות שנייה ויותר. שיעורי הנקה משולבת בגיל ששה חודשים, אף הם נמוכים יותר בקרב אימהות אחרי לידה ראשונה.

3.2 לידות מרובות (תאומים)

שיעורי ההנקה בקרב אימהות לתאומים נמוכים משמעותית, במיוחד בהנקה בלעדית.

3.3 לידה מוקדמת ומשקל לידה נמוך

אימהות לילודים שנולדו לפני שבוע 37 או במשקל פחות מ-2.5 ק"ג, מניקות בשיעורים נמוכים יותר.

3.4 גיל האם

שיעורי ההנקה הבלעדית בגיל חודשיים גבוהים ביותר בקרב אימהות בגילאים 20–24 שנים (42%-45%), והנמוכים ביותר בקרב אימהות בנות 40 ומעלה (כ-31%). (שיעורי הנקה בלעדית, מהשיעור הגבוה לנמוך, לפי גיל האם: 20-24; 30-34; 35-39; פחות מ-20; 40 ויותר). מגמה דומה נצפית גם בהנקה משולבת: הגבוהים ביותר בקרב אימהות בנות 20-24, כ-77%, והנמוכים ביותר בקרב אימהות בנות 40 ויותר, כ-71%, ובקרב שאר קבוצות הגיל השיעורים דומים, סביב 73%.

3.5 מרווח בין לידות

שיעורי הנקה גבוהים יותר נצפו כאשר עברו 21–23 חודשים בין לידות. כאשר ההפרש היה פחות משנה, שיעורי ההנקה ירדו משמעותית: הנקה בלעדית 54.9% ו-18.5% בהתאמה והנקה משולבת 82% ו-20.8% בהתאמה.

3.6 לאום

בקרב נשים ערביות חלה ירידה משמעותית יותר בשיעורי ההנקה הבלעדית בעשר השנים האחרונות בהשוואה לנשים יהודיות.

4. התערבויות לצמצום פערים

4.1 יישום עשרת הצעדים להנקה מוצלחת וקידום אקרדיטציה לבתי חולים ידידותיים לתינוקות (BFHI)

"עשרת הצעדים" הינם העקרונות לפעולה בבתי חולים ידידותיים לתינוקות (BFHI). זוהי יוזמה של UNICEF ו-WHO שמטרתה ליצור סביבה תומכת בהנקה. (ראו נספח 1).

על אף שבמדינות רבות ברחבי העולם מיושמת התוכנית במלואה, בישראל טרם הוסמך אף לא בית חולים אחד על פי הקריטריונים הבינלאומיים. משרד הבריאות פועל לגיבוש אקרדיטציה ישראלית, ותהליך זה נמצא בעיצומו בימים אלה.

4.2 תמיכה בנשים לאורך כל תקופת ההנקה, ובמיוחד בתקופות מאתגרות כמו השבועות הראשונים לאחר הלידה, תקופת החזרה לעבודה, אירועי דחק כגון מלחמה

נשים רבות מפסיקות להניק בתקופות מאתגרות, ומכאן הצורך במעגלי תמיכה חזקים בקהילה, במערכת הבריאות ובמקומות העבודה.

נתוני סקר ידע, עמדות והתנהגות 2024 של משרד הבריאות (טרם פורסם) מראים כי 92% מהנשאלים מסכימים שמקום העבודה צריך לספק לעובדות מניקות מקום מתאים לשאיבת חלב ושמירתו עבור התינוק ו-84% מסכימים שעל הרשות המקומית ליצור תנאים מתאימים לאימהות מניקות בשטח הציבורי העירוני.

עלון למעסיק – מקום עבודה מעודד הנקה -

https://www.gov.il/BlobFolder/reports/breastfeeding-employer/he/files_publications_units_public_health_services_Breastfeeding_employer.pdf

4.3 הנגשת מידע בהתאמה תרבותית

קידום הנקה אפקטיבי דורש מסרים מותאמים לשפה, לערכים ולאורח החיים של כל קבוצה ואוכלוסייה. אתר משרד הבריאות מנגיש מידע בנושא הנקה בשפות שונות

אתר הורות והורים משרד הבריאות: [/https://me.health.gov.il/parenting](https://me.health.gov.il/parenting)

עמוד הנקה באתר משרד הבריאות :

<https://www.gov.il/he/departments/topics/breastfeeding/govil-landing-page>

חוברת הביתה בבטחה רבה, מדריך להורים לפני שמשתחררים:

<https://www.gov.il/he/pages/early-discharge-after-birth>

4.4 רצף תמיכה לדיאדה אם – תינוק, השרשרת החמה (The Warm Chain)

קמפיין השרשרת החמה של WABA מדגיש את הצורך ברצף תמיכה סביב הדיאדה אם-תינוק, לאורך 1000 הימים הראשונים. שיתוף פעולה של מערכות בריאות, ממשל, קהילות ועמותות מקומיות מהווה מפתח להצלחה. זהו שותפים פוטנציאליים כגון רשויות מקומיות, תכניות חוסן, עמותות נשים, עמותות בריאות, וצרו שיתופי פעולה ליצירת רצף תמיכה.

[/https://waba.org.my/warm-chain](https://waba.org.my/warm-chain)

4.5 שיתוף קהלי היעד (הורים, משפחה מורחבת, מעגלים חברתיים, מעסיקים ומעסיקות ועוד)

לקידום הנקה ולהפחתת פערים בהנקה, נדרשת מעורבות פעילה של כלל קהלי היעד הרלוונטיים ולא רק של האם המניקה. קיימת חשיבות רבה לשיתוף הסובבים כגון סבים וסבתות, בני ובנות זוג, המשפחה המורחבת, חברים וחברות, מעגלים חברתיים, מקום העבודה, הקהילה ומוסדות הבריאות והחינוך.

תמיכה רחבה של הסביבה הקרובה והרחוקה יכולה לחזק את תחושת המסוגלות של האם, להפחית לחצים וחסמים, ולאפשר הנקה מיטיבה.

לשם כך, יש להעמיק את ההיכרות עם הצרכים, התפיסות, והחסמים של קהלי היעד השונים בהקשר להנקה. למשל:

בני ובנות זוג עשויים לתפוס את ההנקה כתחום שאינו נוגע להם, ולחוש חוסר אונים או הדרה מהתהליך מעסיקים ומעסיקות לעיתים אינם מודעים לזכויות הקיימות בחוק ולאופן שבו סביבת עבודה תומכת יכולה להשפיע על מידת שביעות הרצון של העובדות

סבים וסבתות נושאים לעיתים תפיסות מהעבר שאינן מעודכנות לאור הידע הקיים היום.

חברים, שכנים או נותני שירותים בקהילה עשויים להשפיע על חוויות האישה המניקה, לטוב או לרע, על פי נורמות ותפיסות חברתיות.

למידה מעמיקה של הצרכים והעמדות של קהלי יעד אלה תאפשר פיתוח מענים מותאמים – החל מהנגשת מידע, דרך הכשרות ייעודיות ועד למהלכים של שינוי חברתי ותרבותי רחב יותר.

5. סיכום והמלצות

שיעורי ההנקה בישראל נמוכים מהמומלץ, ובמיוחד בקרב קבוצות פגיעות. והפערים בין קבוצות האוכלוסייה מדגישים את הצורך בפעולה מערכתית. צמצום הפערים בהנקה הוא לא רק יעד בריאותי – הוא יעד חברתי, מערכתי ותרבותי, שמטרתו לקדם **שוויון הזדמנויות בבריאות** לכל התינוקות והאימהות.

בהתאם לכך, אנו ממליצים על:

1. **קידום בתי חולים ייחודיים לתינוקות – (BFHI)** יישום מלא של עשרת הצעדים ויצירת מסלול אקדמיטציה ישראלי תוך ליווי, הכשרה ובקרה.
2. **רצף תמיכה לדיאדה אם-תינוק** – מההיריון ועד גיל שנתיים, כולל במצבי חיים מאתגרים כגון חזרה לעבודה, לידה מוקדמת או מצבי חירום (כגון מלחמה).
3. **הנגשת מידע מותאמת תרבות ושפה** – פיתוח חומרי הסברה והכשרות מותאמות לקבוצות אוכלוסייה שונות, בדגש על קבוצות בהן נצפו פערים.
4. **שיתוף קהלי יעד רחבים** – שילוב פעיל של בני משפחה, מעסיקים, קהילה וצוותי מקצוע, על בסיס הבנת הצרכים, החסמים והעמדות שלהם כלפי הנקה.
5. **קידום מדיניות ברמה המקומית והארצית** – עידוד משרדים ממשלתיים ורשויות מקומיות לפעול לטובת סביבות תומכות הנקה – במרחב הציבורי, בעבודה, ובמערכות הבריאות והחינוך.

משרד הבריאות קורא לגופים מקצועיים, קובעי מדיניות, קופות החולים, מוסדות בריאות, מקומות עבודה וקהילות להצטרף למאמץ ולפעול יחד למען עתיד בריא ושוויוני יותר.

מקורות:

1. Meek JY, Noble L. Policy Statement: Breastfeeding and the Use of Human Milk. *Pediatrics* (150)1:2022
2. Goldshtein I, Sadaka Y, Amit G, et al. Breastfeeding Duration and Child Development. *JAMA Netw Open*. 2025;8(3).
3. Horta BL, Rollins N, Dias MS, Garcez V, Pérez-Escamilla R. Systematic review and meta-analysis of breastfeeding and later overweight or obesity expands on previous study for World Health Organization. *Acta Paediatr*. 2023;112(1):34-41.

משרד

4. המלצות ועדת העשור לצמצום אי השוויון בבריאות,

הבריאות נובמבר 2022 - [https://www.gov.il/BlobFolder/news/14112022-](https://www.gov.il/BlobFolder/news/14112022-02/he/NEWS_misc_files_inequality-2021-t.pdf)

[02/he/NEWS_misc_files_inequality-2021-t.pdf](https://www.gov.il/BlobFolder/news/14112022-02/he/NEWS_misc_files_inequality-2021-t.pdf)

5. הוועדה המייעצת לחטיבת בריאות הציבור בנושא הנקה, משרד הבריאות. הנקה בכל

מדינות, אסטרטגיה לקידום ההנקה בישראל עד 2030, ינואר 2024

נספח 1 - בתי חולים ידידותיים לתינוקות – הגיע הזמן לצמצם פערים

bfhinet.com

מהם בתי חולים ידידותיים לתינוקות?

בתי חולים ידידותיים לתינוקות (BFHI) זוהי יוזמה עולמית אשר נוסדה על ידי ארגון הבריאות העולמי (WHO) ו UNICEF. יוזמה זו מתמקדת בשיפור פרקטיקת הטיפול בנשים בתקופת ההיריון, הלידה ובתקופה שלאחר הלידה, במטרה ליצור סביבה מותאמת לתמיכה במשפחות והעצמתן לקבלת החלטות מושכלות בנושא הנקה.

בתי החולים המקבלים הסמכה כידידותיים לתינוקות פועלים על פי עשרה צעדים להנקה מוצלחת, המבוססים על הנחיות בעלות בסיס מדעי לשימור וביסוס ההנקה.

הרציול מאחורי בתי חולים ידידותיים לתינוקות

הרציול של היוזמה טמון בהבנה כי השעות הראשונות לחיי התינוק הן קריטיות להתחלת ההנקה והקניית הכלים הדרושים לביסוסה והצלחתה לאורך זמן. באמצעות שינויים במערכת הטיפול (כגון: תמיכה בהנקה מיד לאחר הלידה, עידוד לקיום קשר עור לעור, מתן מידע מקצועי להורים בנושא הנקה) ניתן לשפר את שיעורי ההנקה ולתרום לבריאות האימהות והתינוקות. בנוסף, בתי חולים אלה נועדו לשחרר משפחות מהשפעות מסחריות של חברות מזון לתינוקות ולאפשר להן בחירה מודעת בתהליכי ההנקה.

פערים בין ישראל לעולם בתחום בתי החולים הידידותיים לתינוקות

על פי המידע באתר, Baby-Friendly Hospital Initiative Network ניתן לזהות מספר פערים משמעותיים:

יישום והסמכה: בעוד שמדינות רבות אימצו את יוזמת BFHI באופן נרחב והובילו ליישום מלא של עשרת הצעדים, בישראל עדיין קיימים אתגרים ביישום אחיד ובהסמכת בתי החולים.

מעקב ובקרה: בחלק מהמדינות מתקיימות מערכות מעקב וניתוח נתונים יעילות, המאפשרות שיפור מתמיד של הפרקטיקות, לעומת זאת בישראל יש מקום לשיפור בתחום ניהול המידע והפיקוח על יישום ההנחיות.

הכשרת צוותים רפואיים: במדינות מתקדמות קיימות תוכניות הכשרה מקיפות ומחויבות להבטיח שכל אנשי הצוות יקבלו את המיומנויות הדרושות לתמיכה בהנקה, בעוד שבאשראי יש צורך בהרחבת ההכשרות והסמכות מקצועיות בתחום.

שיפור ביישום ההנחיות ובקידום בתי חולים ידידותיים לתינוקות מהווה חלק מהמאמץ לצמצום הפערים ולהבטחת תמיכה הולמת בהנקה בכל שלבי הטיפול בנשים: בהריון, בתקופת הלידה ובתקופת ההנקה.

על פי הנתונים העולמיים מהיוזמה לבתי חולים ידידותיים לתינוקות, מדינות רבות (מערביות ואחרות) אימצו את העקרונות של היוזמה, כך שמעל ל-20,000 מחלקות יולדות ברחבי העולם כבר מוגדרות כידידותיות לתינוקות. למרות שבתי חולים בישראל אימצו חלק מהצעדים (כמו מגע עור לעור והנקה מידית בחדר הלידה), עד כה לא קיים אף לא בית חולים אחד העונה במלואו על כל הקריטריונים הבינלאומיים להגדרה כ"בית חולים ידידותי לתינוקות.

משרד הבריאות מודע לפערים, והחל בתהליך עבודה לבניית אקדמיטציה של BFHI לכל בתי החולים. בתי חולים המעוניינים בפרטים ו/או מעוניינים להצטרף לתהליך מוזמנים לפנות אל הוועדה המייעצת לחטיבת בריאות הציבור בנושא הנקה במייל: hanaka@moh.gov.il

נספח 2: עשרת הצעדים להנקה מוצלחת בבתי"ח, גרסה מעודכנת 2018

1. עמידה מלאה בקוד הבינלאומי לשיווק תחליפי חלב אם
 1. א. קיום מדיניות כתובה להאכלת תינוקות. הצוות מעודכן בקביעות במדיניות, והיא מועברת באופן שוטף להורים
 1. ב. קיום מערכות לתיעוד, ניטור מתמשך ולניהול נתונים
2. הבטחת ידע, מיומנות וכשירות לצוות, לתמיכה בהנקה
3. שיחה עם נשים הרות ובני משפחותיהן על חשיבות ההנקה ואופן ניהולה
4. עידוד מגע עור לעור, מידי וללא הפרעות, לאחר הלידה, ותמיכה באימהות להתחיל בהנקה בהקדם
5. תמיכה באימהות להתחלת הנקה והמשכה, וסיוע בהתמודדות עם קשיים נפוצים
6. הימנעות ממתן מזון או נוזלים אחרים לתינוקות יונקים - פרט לחלב אם - אלא אם קיימת התוויה רפואית
7. מתן אפשרות לאימהות ולתינוקות לשהות יחד בתנאי בית מלא (במשך 24 שעות ביממה)
8. תמיכה באימהות בזיהוי סימני רעב ושובע של התינוק, והיענות להם
9. ייעוץ לאימהות באשר לשימוש - ולסיכונים הנובעים משימוש - בבקבוקי האכלה, פטמות מלאכותיות ומוצצים
10. תיאום שחרור מבית החולים לקהילה, כך שההורים והתינוק יקבלו מענה זמין לתמיכה ולמעקב

Protecting, promoting and supporting breastfeeding in facilities providing
maternity and newborn services: implementing the revised Baby-friendly Hospital
Initiative 2018.

ISBN 978-92-4-151380-7

© World Health Organization and the United Nations Children's Fund (UNICEF) 2018