

בלמ"ט

61.0109
פקודות מטכ"ל, מוצעת לעדכון
(בעבר פ"מ 1209.33)
פורסמה בשנת 2005
עודכנה באפריל 2015

61.0109 פגיעות אקלים – מניעתן והטיפול בהן

כללי

1. פקודה זו מפרטת את הפעולות הנדרשות ממפקדים על מנת למנוע פגיעות אקלים (פגיעות חום או פגיעות קור), את הפעולות הנדרשות לטיפול במקרים של פגיעה ואת נוהלי הדיווח במקרים של פגיעות אקלים. תקופות הקיץ והחורף וכן אזורי האקלים מפורטים בנספח לפקודה זו.
- פעילות – בפקודה זו, פעילות מחוץ למבנה, שהינה אימון, מיון פיזי, מסע או פעילות שכרוך בה מאמץ גופני דומה, ולמעט מרוצים.

פגיעות חום

הגדרות

2. פגיעת חום - פגיעת חום היא ירידה בתפקוד עד כדי פגיעה רב מערכתית הנוצרת כתוצאה מהצטברות עודף חום שהגוף אינו מסוגל לפזר. להתפתחות פגיעת חום מסייעים בעיקר מחסור בנוזלים, מאמץ עצים, מאמץ ממושך ללא מנוחה מספקת, מחלות חום, שלשולים והקאות. פגיעת חום יכולה לגרום לנכות ולמוות.
 3. מכת חום - מכת חום תאובחן על ידי רופא כאשר נמדדת בפי הטבעת טמפרטורה של 40 מעלות צלזיוס ומעלה בליווי אחד או יותר מהסימנים המפורטים בסעיף 7. יחד עם זאת, טמפרטורת הגוף עלולה להיות נמוכה יותר, לאור פער הזמנים בין זמן האירוע לזמן המדידה, לכן טמפרטורת גוף נמוכה מ-40 מעלות צלזיוס אינה שוללת בהכרח מכת חום.
 4. התייבשות - התייבשות משמעותה ירידה בכמות הנוזלים בגוף (הפרה במאזן הנוזלים בגוף), הנובעת משילוב של איבוד נוזלים מוגבר וצריכת נוזלים נמוכה מהנדרש. התייבשות הינה גורם סיכון לפגיעות חום.
 5. מפקד היחידה - לעניין סעיפים 6 ו-17, מפקד היחידה או מי שהסמיך לכך מטעמו, ובלבד שהוא לכל הפחות ברמת מפקד פלוגה או מקבילו.
- מפקד – מפקד אחראי, כמשמעו של מונח זה בהוראת מבק"א 2.1.

מניעת פגיעות חום והתייבשות

6. כדי למנוע פגיעות חום ומקרי התייבשות, יודא מפקד היחידה, לפני כל פעילות ובמהלכה, קיומם של התנאים המפורטים להלן:
 - א. כל החיילים בריאים ואינם סובלים ממחלות חום, משלשולים או מכל מחלה אחרת, שלדעת הרופא מונעת את השתתפותם בפעילות.
 - ב. התעדכנות בתחזית מזג האוויר המשוערת ועל ידי קביעה באמצעות אמצעי למדידת עומס חום ועומס קור, כמפורט בהוראות הבטיחות באימונים של מז"י, ובהוראת קרפ"ר 602.003.1.
 - ג. מתן מנוחה לכל המשתתפים בפעילות טרם הפעילות, כמפורט בהוראות הבטיחות של מז"י.
 - ד. קיומה של כמות מים מספקת, עידוד ווידוא שתייה ורוויה לפני היציאה לפעילות, קביעת נוהלי שתייה במהלכה בהתאם להוראת קרפ"ר 602.004.1. אם לא ניתן להבטיח כמות מספקת של מי שתייה לכלל החיילים, אין לבצע הפעילות.
 - ה. מתן הפסקות מנוחה והפסקות שתייה לחיילים במהלך הפעילות, בהתאם להוראות הבטיחות באימונים של מז"י.
1. אפשרות למתן טיפול מיידי ע"י גורם רפואי בחייל בו התגלו סימנים מחשידים לפגיעת חום.

בל"מ"ט

61.0109
פקודות מטכ"ל, 21 יולי 2005
(בעבר פ"מ 33.1209)
פורסמה בשנת 2005
עודכנה באפריל 2015

חשד לפגיעת חום

7. אם הופיע בחייל לפחות אחד מהסימנים המפורטים להלן בעקבות פעילות גופנית, וכל עוד לא קבע רופא אחרת, על המפקד לחשוך כי החייל סובל מפגיעת חום: חולשה ועייפות חריגה, אי התמצאות בזמן, במקום או במצב, סחרחורת, איבוד שווי משקל, שינוי חריג בהתנהגות, איבוד הכרה.

בכל מקרה של חשד לפגיעת חום על המפקד לפעול כמפורט בסעיפים 8 - 12 להלן.

הפסקת השתתפות החייל בפעילות בשל חשד לפגיעת חום

8. בכל מקרה של חשד לפגיעת חום על המפקד להפסיק את השתתפות החייל בפעילות. על המפקד לוודא, כי החייל יימנע מפעילות נוספת עד לאישורו של הרופא כי החייל כשיר להמשיך בפעילות. אם קבע הרופא, כי מדובר בחשד לפגיעת חום על הרופא לקבל אישור רופא המכון לחקר רפואת הלוחם (ענף פיזיולוגיה) טרם החזרת החייל לפעילות.

9. על המפקד לדאוג לכך שכלל החיילים ינוחו וישתו כמפורט בהוראות הבטיחות באימונים של מז"י ובהוראות קרפ"ר 602.002.1.

הטיפול הרפואי בחשד לפגיעת חום

10. הטיפול הרפואי בחשד לפגיעת חום יהיה כמפורט בהוראות קרפ"ר.

11. במהלך טיפול הגורם הרפואי, יודא המפקד ביצוע הוראותיו של הגורם הרפואי באופן מיידי.

הפסקת הפעילות בשל חשד לפגיעת חום לפי אבחנת רופא

12. בכל מקרה שרופא קבע, כי המדובר בחשד לפגיעת חום, על המפקד להפסיק את הפעילות.

חידוש פעילות, שהופסקה בשל חשד לפגיעת חום לפי אבחנת רופא, למעט מיון

13. ניתן לאשר חידוש פעילות, שהופסקה בשל חשד לפגיעת חום לפי אבחנת רופא, למעט מיון, בתנאים הבאים:

א. אם רופא קבע, כי מדובר בחשד לפגיעת חום, שאינה מכת חום, בחייל אחד – רשאי המפקד בדרגת רס"ן לפחות לאשר את חידוש הפעילות לאחר שקיבל את אישור הרופא לכך.

ב. אם רופא קבע שהחייל סובל ממכת חום או שקיים חשד ששני חיילים, לפחות, סובלים מפגיעת חום – הפעילות תחודש באישור מפקד בדרגת אל"מ ומעלה המהווה סמכות פיקודית כלפי היחידה, המבצעת את הפעילות, ולאחר שקיבל את אישורו של קר"פ זרועי או יחידתי בדרגת סא"ל ומעלה.

ג. אם הוחלט לחדש הפעילות, יודא המפקד כי החייל שנחשד כסובל מפגיעת חום יימנע מפעילות נוספת עד לקבלת אישור רפואי כמפורט בסעיף 8.

חידוש מיונים

14. ניתן לאשר חידוש מיון, שהופסק בשל חשד לפגיעת חום לפי אבחנת רופא בתנאים הבאים:

א. אם רופא קבע, כי מדובר בפגיעת חום שאינה מכת חום, בחייל אחד – רשאי המפקד בדרגת רס"ן לפחות לאשר חידוש המיון לאחר שקיבל אישור הרופא.

ב. אם רופא קבע, שחייל אחד סובל ממכת חום או קיים חשד ששני חיילים, לפחות, סובלים מפגיעת חום שאינה מכת חום, המיון יחודש באישור קרפ"ר או סגנו.

בל"ט

61.0109

פקודות מטכ"ל, מוצעת לעדכון
(בעבר פ"מ 1209.33)
2005
עודכנה באפריל 2015

ג. אם הוחלט לחדש המיון, יוודא המפקד כי החייל שנחשד כסובל מפגיעת חום, יימנע מלשוב ללוחמה עד לטיפול רפואי כמפורט בסעיף 8. נוספת עד לקבלת אישור רפואי כמפורט בסעיף 8.

פגיעות קור

רקע

15. חשיפה לקור עלולה לגרום לנזקים גופניים עד כדי נכות ומוות. נזקי הקור עלולים לגרום להפרעה לזרימת הדם ברקמות ההיקפיות והופעת נזק עד כדי נמק באזורים הפגועים. חשיפת חלק גוף לקור עז או מגע במתכת קרה בטמפרטורה שמתחת לנקודת הקיפאון, עלולים לגרום לקיפאון מיידי של החלק החשוף. חוסר פעילות פיזית (כגון: מארבים או שהייה בעמדות), חשיפה לרוח ולתנאי רטיבות מחמירים את השפעת הקור.

הגדרות

16. פגיעת קור – פגיעת קור היקפית או מרכזית

א. פגיעת קור היקפית - נזק מקומי לרקמות הגוף הנוצר בעקבות חשיפה לקור.

ב. פגיעת קור מרכזית-ירידה של טמפרטורת הגוף מתחת ל-35 מעלות צלזיוס.

מניעת פגיעות קור

17. כדי למנוע פגיעות קור, יוודא מפקד היחידה כפי המפורט להלן, לפני כל פעילות ובמהלכה התקיימותם של התנאים המפורטים להלן:

א. כל החיילים בריאים ואינם סובלים ממחלות חום, משלשולים או מכל מחלה אחרת שלדעת הרופא מונעת את השתתפותם בפעילות.

ב. התעדכנות בתחזית מזג האוויר המשוערת באמצעות אמצעי למדידת עומס חום ועומס קור כמפורט בהוראות הבטיחות באימונים של מז"י ובהוראת קרפ"ר 602.005.1.

ג. לכל חייל יש ציוד אישי מתאים למזג האוויר בהתאם להוראות הבטיחות של מז"י-מבק"א יבשה.

ד. באימונים - בהתאם להוראות בטיחות באימונים של מז"י מספר 5.3.

ה. החלפת בגדים רטובים ביבשים בכל פעילות בעומס קור 1 ומעלה. ניתן לקבוע בפקודות חיליות או זרועיות פרקי זמן מוגבלים של שהייה בבגדים רטובים במהלך פעילות, ובלבד שניתן לכך אישור קרפ"ר, או מי שהסמיך לכך מטעמו.

ו. יוודא, כי החיילים יאכלו כנדרש לפי הוראת קרפ"ר 602.004.1 טרם היציאה לפעילות בתנאי קור ולאחריה. לחיילים השוהים בעומס קור 1 ומעלה תסופק שתייה חמה.

18. המרפאות היחידתיות יהיו מחוממות בטמפרטורה של כ-22 מעלות צלסיוס לפחות.

19. בתקופת החורף, באזורים א ו- ב יחוממו כל המבנים שבהם נמצאים חיילים ובאזורים ד ו- ה יחוממו חדרים המגורים וחדרי הלימודים.

20. עד ה-15 באוקטובר מדי שנה, יתודרכו כל חיילי צה"ל כיצד להתנהג בתנאי קור - ההגנה מפניו, לבוש והסקה. בתדרוך יודגש גם האיסור על שתיית אלכוהול, לאור היותו גורם סיכון לפגיעות קור.

21. כל חיילי יחידה היוצאת לשהייה, לתקופה כלשהי, באזורים א ו- ב, בין ה-1 בנובמבר לבין ה-31 במרץ, יתודרכו בנושאים הנזכרים לעיל, ימים ספורים לפני כניסתם לאזורים הנ"ל.

בל"ט

בלמ"ט

61.0109
פקודות מטכ"ל, 21 יולי 2005
(בעבר פ"מ 1209/33)
הנהלים לטיפול בקשת פיקוד
עודכנה באפריל 2015

22. ההדרכה האמורה - באחריות מפקדי היחידות. יבצעו אותה גופי הרפואה ביחידות לפי הנהלים לטיפול בקשת פיקוד
הרפואה.

התנהגות בשלג

23. לא יבוצעו אימונים בשלג ללא אישור מפקד הפיקוד או הזרוע של היחידה המבצעת.

סימנים מחשידים לפגיעות קור

24. א. אם חייל התלונן על כאבים ממושכים בקצות הגפיים בעת חשיפה לקור והכאבים אינם מיוחסים לגורם אחר, או שמופיע בו אחד או יותר מהסימנים האחרים, שיפורטו להלן, יש לחשוד בפגיעת קור היקפית: ירידת תחושה בגפיים, חוסר תחושה בגפיים ושינוי צבע הגפיים (לגווני כחול וסגול או חיוורון), כאבים בגפיים המתגברים עם משך החשיפה לקור.

ב. חייל שמופיעים בו אחד או יותר מהסימנים הבאים יש לחשוד בפגיעת קור מרכזית (תת-חום הגוף): האטה בתגובות פיזיות או נפשיות, שינוי חריג בהתנהגות, מבט חסר הבעה ("פני מסכה"), הפרעות בשיווי משקל וערפול הכרה, טמפרטורה נמוכה מ- 35 מעלות צלסיוס במדידת חום רקטלית.

הפסקת השתתפות החייל בפעילות בשל חשד לפגיעת קור

25. בכל מקרה של חשד לפגיעת קור היקפית או מרכזית, יוודא המפקד בדיקתו של החייל על ידי רופא במהירות האפשרית. המפקד יוודא, כי החייל יימנע מפעילות נוספת עד לבדיקת רופא ואישורו, כי החייל כשיר להמשיך בפעילות. בנוסף לכך, על המפקד לבדוק האם ישנם חיילים נוספים המגלים סימנים מחשידים לפגיעות קור. המפקד יבצע הפסקה יזומה כמפורט בהוראות מבק"א באימונים, בה יוודא אספקת שתיה חמה לחיילים.

הטיפול הרפואי במקרה של חשד לפגיעת קור

26. בכל מקרה של חשד לפגיעת קור היקפית או מרכזית - חייב מפקד ליצור קשר עם גורם רפואי מוסמך, באופן מיידי.

27. הטיפול הרפואי במקרה של חשד לפגיעת קור יהיה כמפורט בהוראות קרפ"ר.

הפסקת הפעילות בשל חשד לפגיעת קור

28. במקרה של פגיעת קור מרכזית או אם אירעו שני מקרים לפחות של פגיעת קור היקפית, יורה המפקד להפסיק את הפעילות ויפעל להעביר את החיילים למקום מוגן מרוח ומגשם כמפורט בהוראות הבטיחות באימונים של מז"י ובהוראות קרפ"ר 602.005.1.

חידוש פעילות שהופסקה בשל חשד לפגיעת קור

29. א. ניתן לחדש פעילות שהופסקה בשל פגיעת קור כאמור בסעיף 28 לעיל באישור מפקד בדרגת רס"ן לפחות לאחר אישור רופא לחידוש.

ב. במקרה של שתי פגיעות קור מרכזיות ומעלה - תחודש הפעילות באישור מפקד בדרגת אל"מ ומעלה המהווה סמכות פיקודית כלפי היחידה המבצעת ולאחר שקיבל את אישורו של קר"פ זרועי או יחידתי בדרגת סא"ל ומעלה.

ג. אם הוחלט לחדש הפעילות, יוודא המפקד, כי החייל הסובל מפגיעת קור, יימנע מפעילות נוספת עד לבדיקת רופא ואישורו כי החייל כשיר להמשיך בפעילות.

בלמ"ס

61.0109
פקודות מטכ"ל, מוצעת לעדכון
(בעבר פ"מ 1209.33)
פורסמה בשנת 2005
עודכנה באפריל 2015

חידוש מיון שהופסק בשל חשד לפגיעת קור

30. ניתן לחדש מיון שהופסק בשל פגיעת קור כאמור בסעיף 28 לעיל בתנאים הבאים:

- א. חידוש מיון מותנה באישור מפקד רפואה פיקודי או קצין רפואה זרועי.
- ב. אם הוחלט לחדש המיון, יוודא המפקד כי החייל שנחשד כסובל מפגיעת קור, יימנע מפעילות נוספת עד לבדיקת רופא ואישורו כי החייל כשיר להמשיך בפעילות.

הוראות כלליות

31. מבלי לגרוע מהאמור בהוראה זו, באימונים יש לנהוג כאמור בהוראות בטיחות באימונים של מז"י מספר 5.3 ובהוראת קרפ"ר 602.003.1.
32. מבלי לגרוע מהאמור בהוראה זו, לגבי מיונים יפעל המפקד כאמור בהוראת קחצ"ר בנושא ביצוע מיונים פיזיים וכאמור בהוראת קרפ"ר 607.005.
33. בכל מקרה של פגיעת אקלים ישקול קרפ"ר להמליץ לאלוף הפיקוד על וח"ק בהתחשב בנסיבות האירוע וחומרתו.
34. מפקד היחידה אחראי לביצוע הוראות פקודה זו. באחריותו לדווח באופן מיידי על כל מקרה של פגיעת קור מרכזית או פגיעת חום ביחידתו לאלוף הפיקוד או למפקד הזרוע המתאים ולרופא היחידה. באחריות רופא היחידה לדווח באופן מיידי על כל מקרה של פגיעת קור מרכזית או פגיעת חום למפקד הרפואה הפיקודי או הזרועי, ולחמ"ל הרפואה המטכ"לי.
35. מפקד היחידה אחראי לתדרוך חייליו בדבר סעיפי הפקודה, העוסקים בפגיעות חום. התדרוך ייעשה מדי שנה, בחודשים אפריל עד אוקטובר, על ידי פרסום הסעיפים בפקודות השגרה.
36. מפקד היחידה אחראי לתדרוך חייליו בדבר סעיפי הפקודה העוסקים בפגיעות קור. התדרוך ייעשה מדי שנה, בחודשים נובמבר עד מרץ, על ידי פרסום הסעיפים בפקודות השגרה.

נספח

1. תקופת הקיץ - מה- 1 באפריל עד ה- 31 באוקטובר.

בלמ"ט

61.0109
פקודות מטכ"ל, 21 יולי 2005
(בעבר פ"מ 33.1209)
פורסמה בשנת 2005
עודכנה באפריל 2015

2. אזורי האקלים בתקופת הקיץ הם:

- א. אזור א – צפון רמה"ג, גליל עליון.
 - ב. אזור ב - בקעת כנרות, עמק יזרעאל, עמק החולה (עמקים צפוניים).
 - ג. אזור ג - גליל תחתון, כרמל.
 - ד. אזור ד - הרי שומרון והרי יהודה.
 - ה. אזור ה - מישור החוף והשפלה הפנימית.
 - ו. אזור ו - צפון הנגב.
 - ז. אזור ז - הרי הנגב והרי אילת.
 - ח. אזור ח - עמק בית שאן, בקעת הירדן, הערבה.
 - ט. אזור ח 1 - דרום רמה"ג, מורדות מזרחיים של הרי שומרון ויהודה, מדבר יהודה.
3. תקופת החורף - מה- 1 בנובמבר עד ה- 31 במרץ.

4. אזורי האקלים בתקופת החורף הם:

- א. אזור א - אזורים מעל 1000 מ' (אזורים מושלגים)
- ב. אזור ב - אזורי ההר: גליל עליון, רמה"ג, הרי שומרון ויהודה, הרי הנגב והרי אילת.
- ג. אזור ג - מישור החוף.
- ד. אזור ד - השפלה הפנימית, הגליל התחתון, עמק יזרעאל, עמק החולה, כרמל.
- ה. אזור ה - צפון הנגב, דרום הנגב, מדבר יהודה, מורדות מזרח יהודה ושומרון.
- ו. אזור ו - עמק בית שאן, בקעת הירדן והערבה.