



**משרד
הבריאות**
לחיים בריאים יותר



חטיבת טכנולוגיות רפואיות, מידע ומחקר
המרכז הלאומי לבקרת מחלות

מב"ת לרך

סקר לאומי שני בנושא מצב הבריאות והתזונה בתינוקות בגיל 9-11 חודשים 2019-2020

דצמבר 2022 פרסום מספר 418



המרכז הלאומי לבקרת מחלות,
חטיבת טכנולוגיות רפואיות, מידע ומחקר, משרד הבריאות
מכון גרטנר, המרכז הרפואי ע"ש שיבא, תל השומר, 5265601
טלפון: 03-7371500
E-mail: icdc@moh.gov.il

©
כל הזכויות שמורות
למשרד הבריאות
מדינת ישראל
2023

אין לשכפל, להעתיק, לצלם, להקליט, לתרגם, לאחסן במאגר מידע, לשדר או לקלוט בכל דרך או בכל אמצעי אלקטרוני, אופטי, מכני או אחר כל חלק שהוא מהחומרים המופיעים בפרסום זה ללא רשות מפורשת בכתב יד מידי המחברים. שימוש מסחרי בחומר הכלול בפרסום זה אסור בהחלט.

צוות החוקרים

פרופ' ליטל קינן-בוקר
פרופ' תמי שוחט
ד"ר מיכל ברומברג
טל שמעוני
רבקה גולדשמיט
ד"ר טלי סיני
לזלי ניצן

המרכז הלאומי לבקרת מחלות, משרד הבריאות
המרכז הלאומי לבקרת מחלות, משרד הבריאות
המרכז הלאומי לבקרת מחלות, משרד הבריאות
המרכז הלאומי לבקרת מחלות, משרד הבריאות
המרכז הלאומי לבקרת מחלות, משרד הבריאות
המרכז הלאומי לבקרת מחלות, משרד הבריאות
המרכז הלאומי לבקרת מחלות, משרד הבריאות
המרכז הלאומי לבקרת מחלות, משרד הבריאות

עיבוד הנתונים

לזלי ניצן
ריטה דכטיאר
מיכאיל רוזנשמידט

כתיבה, עריכה ועיצוב גרפי

לזלי ניצן
טל שמעוני
פרופ' ליטל קינן-בוקר
ד"ר טלי סיני
רחלי קולוף
רבקה גולדשמיט

חברי ועדת ההיגוי (בסדר אלפביתי)

עינת אופיר
חיה אלטמן
רונית אנדוולט
מיכל ברומברג
רבקה גולדשמיט
מוניק טולדנו
נירה פירר
דינה צימרמן
ליטל קינן-בוקר
טל שמעוני

תוכן עניינים

7	דבר מנהלת המרכז הלאומי לבקרת מחלות
9	רקע ושיטות
18	סיכום הממצאים וממצאים הדורשים התייחסות
19	ממצאים הדורשים התייחסות
21	סיכום ממצאים נבחרים
26	פרק 1 מאפיינים דמוגרפיים של אוכלוסיית המדגם
27	1.1: התפלגות תינוקות המדגם
28	1.2: נטייה דתית של האם ומצב משפחתי
30	1.3: השכלה ותעסוקת האם
31	1.4: מספר הילדים במשפחה וגיל האם
32	1.5: מקום לידת האם לפי יבשת
33	פרק 2 מאפיינים הקשורים לשהייה במחלקת היולדות
34	2.1: אופן הלידה
36	2.2: אופן השהות עם התינוק במחלקת היולדות
38	2.3: הזנת התינוק במחלקת היולדות
41	2.4: סיבות להזנת התינוק בתמ"ל במחלקת היולדות
43	2.5: מתן מוצץ לתינוק במחלקת היולדות
44	פרק 3 הדרכה בנושא הנקה
45	3.1: השתתפות בהדרכה להנקה מאיש מקצוע במהלך ההיריון האחרון
47	3.2: השתתפות בהדרכה בנושא הנקה במחלקת היולדות
49	3.3: השתתפות בהדרכה כלשהי בנושא הנקה במחלקת היולדות
50	3.4: סיבה עיקרית לבקשת הדרכה בנושא הנקה במחלקת היולדות
51	פרק 4 הנקה
53	4.1: כוונה להניק
54	4.2: אחוז התינוקות שינקו הנקה בלעדית (חודשים)
56	4.3: אחוז התינוקות שינקו אי פעם ואופן ההנקה
58	4.4: שיעורי הנקה משולבת עד גיל 6 חודשים
59	4.5: גיל התינוק בעת הפסקת ההנקה
61	4.6: ניסיון הנקה מיד לאחר הלידה

62	4.7: סיבות לאי הנקה בחדר הלידה
64	4.8.1: הזנה בתמ"ל במחלקת היולדות על פי משך הנקה – יהודים ואחרים
65	4.8.2: הזנה בתמ"ל במחלקת היולדות על פי משך הנקה – ערבים
66	4.9: סיבות להפסקת הנקה
67	4.10: הנקה בעבר
68	כאבים בשד
68	4.11: השפעת הכאב בשד על ההנקה
69	פרק 5 הנקה ויציאה לעבודה/לימודים
70	5.1: גיל התינוק בעת יציאת האם לעבודה/לימודים
71	5.2: המשך הנקה לאחר היציאה לעבודה/לימודים
72	5.3: תנאים במקום העבודה המאפשרים הנקה או שאיבת חלב אם
75	פרק 6 שימוש בתרכובת מזון לתינוקות (תמ"ל)
77	6.1: הזנה בתמ"ל
78	6.2: גיל בעת צריכת תמ"ל באופן קבוע
79	הוספת תמ"ל להנקה
79	6.3: הגורם הרפואי המקצועי שהמליץ על תוספת תמ"ל להנקה
80	6.4: סיבה עיקרית להוספת תמ"ל להנקה
81	6.5: סוג התמ"ל הנאכל
82	6.6: סיבה עיקרית לבחירת תמ"ל צמחי
83	פרק 7 הזנת התינוק – התנהגויות אכילה
86	7.1: תזמון האכלת התינוק בחודשים הראשונים
87	7.2: גיל (חודשים) בעת החשיפה הראשונה למזון כלשהו
88	7.3: חשיפה למזונות נבחרים לפני גיל חצי שנה
89	אלרגיה למזון
90	7.4: גיל בעת התחלת צריכת מזונות באופן קבוע
91	7.5: תדירות ארוחות משפחתיות
91	תפריט צמחוני או טבעוני
92	7.6: תדירות צריכת מזון מהיר
93	7.7: צריכת דגנים מלאים
94	7.8: אופן הגשת רוב המזון לתינוק
95	7.9: מסגרת אכילת הארוחות
98	פרק 8 תזונת התינוק
100	8.1.1: אחוז הצורכים וצריכה שבועית של פריטי מזון בקרב יהודים ואחרים
104	8.1.2: אחוז הצורכים וצריכה שבועית של פריטי מזון בקרב ערבים

108.....	8.2: גיל התינוק בעת מתן שתייה באופן קבוע
109.....	8.3: צריכת שתיה
110.....	8.4: צריכת רכיבי תזונה מאקרו, אחוז הצורכים בהתאם להמלצות
111.....	8.5: צריכת מינרלים, אחוז הצורכים בהתאם להמלצות
112.....	8.6: צריכת ויטמינים, אחוז הצורכים בהתאם להמלצות
113	פרק 9 מדדים אנתרופומטריים
114.....	9.1: התפלגות ציוני Z של משקל לגיל
115.....	9.2: התפלגות ציוני Z של אורך לגיל
116.....	9.3: התפלגות ציוני Z של משקל לאורך
117	פרק 10 תוספי תזונה לאם ולתינוק
121.....	10.1: נטילת חומצה פולית לפני הכניסה להיריון
123.....	10.2: נטילת תוסף תזונה המכיל יוד לפני הכניסה להיריון
124.....	10.3: נטילת ברזל/ויטמין D במהלך ההיריון
125.....	10.4: שימוש בתוספי תזונה או תרופות הקשורות להנקה
126.....	10.5: מתן ויטמין D לתינוק
127.....	10.6: גיל ממוצע בעת התחלת מתן ויטמין D לתינוק
128.....	10.7: מתן ברזל לתינוק
129.....	10.8: גיל ממוצע בעת מתן ברזל לתינוק
130	פרק 11 הרגלי שינה ועישון
132.....	11.1: מקום השינה של התינוק בגיל 4 חודשים
134.....	11.2: תנוחת השינה של התינוק בגיל 4 חודשים
135.....	11.3: עישון
137	שאלון הסקר

דבר מנהלת המרכז הלאומי לבקרת מחלות

סקר מב"ת לרך השני, סקר לאומי לבחינת מצב הבריאות והתזונה של בני 9-11 חודשים, בוצע בשנים 2019-2020 על ידי המרכז הלאומי לבקרת מחלות (מלב"ם) במשרד הבריאות בשיתוף אגף התזונה והמחלקה לאם, לילד ולמתבגר במשרד הבריאות. הסקר התבסס על ראיונות טלפוניים בקרב 1514 אימהות. סקר קודם בקבוצת גיל זו, שהתבסס גם הוא על ראיונות טלפוניים, נערך בשנים 2009-2012.

מטרותיו העיקריות של סקר מב"ת לרך השני היו להעריך את שכיחות, משך ואופי ההנקה והזנת התינוק בישראל, לאמוד את היקפם של מצבים והתנהגויות מעוררי דאגה כמו תת משקל, עודף משקל והשמנה, ובנוסף להעריך את ההיענות להמלצות המדיניות של משרד הבריאות. נאספו נתונים על התנהגויות בריאות, צריכת תוספי תזונה והרגלי תזונה שונים. כל אלה מספקים תמונת מצב הנכונה לעת הזו ומאפשרים להשוות את הממצאים בסקר מב"ת לרך השני לאלה של סקר מב"ת לרך הראשון (לפני כעשור) ולהעריך מגמות בזמן.

תוצאות הסקר מצביעות על עליה בשיעורי ניסיון הנקה מיד לאחר הלידה הן ביהודיות והן בערביות בהשוואה לעשור הקודם (מ-41.4% ל-62.3% כיום), בהתאמה להמלצות משרד הבריאות. עליה נצפתה גם באחוז האימהות הנמצאות ב"ביות מלא" במחלקות היולדות (28.7% לפני כעשור, 39.3% כיום). מגמות אלו מבורכות. יש להמשיך ולחזקן.

עם זאת, שיעור התינוקות שצרכו תמ"ל (תרכובת מזון לתינוקות) במחלקת היולדות עלה מ-67.2% לפני כעשור ל-80.1% כיום, וזאת בניגוד להמלצות משרד הבריאות.

שיעור התינוקות שינקו אי פעם עומד על 92.0%. שיעור התינוקות שינקו בלעדית לפחות עד גיל 6 חודשים הוא רק 15.3%.

נראה כי גם הנחיות אחרות של משרד הבריאות אינן מיושמות במלואן. הנחיה מרכזית בנוגע להזנת תינוקות, היא הוספת מזונות משלימים החל מסוף החודש השישי. 72.0% מהתינוקות נחשפו למזון משלים לפני מועד זה.

תופעה נוספת הדורשת התייחסות היא שתיית משקאות ממותקים. 14.7% מהתינוקות היהודים ו-63.4% מהתינוקות הערבים שותים משקאות ממותקים לפני גיל שנה. שתיית משקאות ממותקים מזיקה לבריאות השן, ומקבעת בתינוקות את הצורך בטעם מתוק, מה שמשליך על הרגלי תזונה ועל תוצאי בריאות בהמשך החיים.

3.5% מהתינוקות היהודים ו-4.7% מהתינוקות הערבים מוגדרים כבעלי עודף משקל או השמנה. זהו אחוז גבוה מהמצופה באוכלוסייה (מעל 2 סטיות תקן).

לסיכום, תזונת תינוקות חשובה לצורך גדילה תקינה; יש לחזק את הידע בקרב הורים ומטפלים לטובת עתיד בריא יותר.

סקר זה הוא נדבך נוסף בסדרת סקרי מב"ת, סקרי חתך על מצב הבריאות והתזונה בקבוצות גיל שונות בישראל שמתבצעים מאז שנת 1999. מסד נתוני סקרי מב"ת מהווה מאגר מידע חיוני שמשמש את קובעי המדיניות במשרד הבריאות ובעלי עניין נוספים. אני תקווה כי גורמים אלה ישכילו להיעזר במידע החשוב המופיע בפרסום זה ככלי לקבלת החלטות, למעקב אחרי הטמעת המלצות המשרד וכבסיס למחקר בתחום.

סקר זה לא יכול היה להתממש לולא עבודתם הקפדנית והמסורה של אנשים רבים, בכללם צוות המלב"ם והאגף לתזונה, הסוקרות וכמובן הנדגמות עצמן. תודתי שלוחה לכולכם.

בברכה

פרופ' ליטל קינן-בוקר

מנהלת המלב"ם

דצמבר 2022

רקע ושיטות

1. רקע

סקרים לאומיים המתמקדים בנושאי בריאות ותזונה הם אמצעי חיוני ויעיל לתיאור מצב הבריאות הכללי, מצב התזונה ואורחות החיים של האוכלוסייה. הסקר הלאומי הראשון בנושא מצב הבריאות והתזונה (מב"ת) בקרב תינוקות מהלידה ועד גיל שנתיים - מב"ת לרך - סקר עוקבה, נערך בשנים 2009-2012, וסיפק מידע נרחב על הנקה והזנת תינוקות.

סקר מב"ת לרך השני בוצע כעשור לאחר מכן, בשנים 2019-2020, בקרב תינוקות בני 9-11 חודשים¹ בישראל.

הסקר בוצע טלפונית על ידי המרכז הלאומי לבקרת מחלות במשרד הבריאות בשיתוף אגף התזונה והמחלקה לאם, לילד ולמתבגר במשרד הבריאות.

בשל הידע הנרחב הקיים על השפעותיה החיוביות (קצרות וארוכות טווח) של הנקה על בריאות האימהות והתינוקות, מדיניות משרד הבריאות, בתמיכת גופים רפואיים מובילים בישראל ובעולם, הינה עידוד הנקה בלעדית עד גיל 6 חודשים ובהמשך הנקה בתוספת מזון משלים מתאים. המלצות אלה עולות בקנה אחד עם המלצות ארגון הבריאות העולמי, וארגונים מובילים נוספים².

מטרתו הכללית של הסקר הנוכחי היא לברר את הרגלי תזונת התינוקות ולהשוות להמלצות הקיימות. מטרה נוספת היא להשוות את שיעורי ההנקה כיום עם שיעורי ההנקה בישראל בעבר ועם שיעורי ההנקה במדינות השונות, כפי שמפורסמים ע"י ארגון הבריאות העולמי במסד נתונים עולמי. ממצאי הסקר ישמשו את מקבלי ההחלטות בישראל בעת ניסוח מדיניות וגיבוש תכניות התערבות. המידע יכול להיות לעזר גם עבור האקדמיה, התעשייה, ארגונים אל-ממשלתיים (Non-Governmental Organizations – NGOs) והתנדבותיים, ולייע בקידום תכניות לקראת ישראל בריאה יותר.

¹ בפועל, 98% מהתינוקות היו בני 9.0-11.99 חודשים, ו-2% היו בני 12.02-12.25 חודשים בעת המענה על השאלון
² The WHO Global Data Bank on Breastfeeding and Complementary Feeding

2. מטרותיו הייחודיות של הסקר

מטרות סגוליות (ספציפיות)

1. להעריך את שכיחות, משך ואופי ההנקה והזנת התינוק בישראל על פי משתנים דמוגרפיים הקשורים באם (גיל, השכלה, מוצא, קבוצה אתנית, רמת דתיות, מספר ילדים, מצב עבודה).
2. להעריך את שכיחות, משך ואופי ההנקה והזנת התינוק בישראל על פי משתנים התנהגותיים של האם (הרגלי עישון, ניסיון קודם בהנקה, כוונה להיניק).
3. להעריך את שכיחות, משך ואופי ההנקה והזנת התינוק בישראל על פי משתנים הקשורים ללידה ולתינוק (סוג לידה, משקל לידה, לידת יחיד או תאומים, שימוש במערכות תומכות).
4. לקבל מידע על הסיבות והגורמים השונים המשפיעים על הפסקת ההנקה.
5. לבדוק היענות להמלצות של משרד הבריאות בנושא מתן תוסף של ברזל ותוסף ויטמין D לתינוק.
6. לאסוף מידע על אופי השימוש בתרכובת מזון לתינוקות, תמ"ל (מועד התחלה, סוג תכשיר).
7. להשוות בין שיעורי ההנקה (בלעדית ולא בלעדית) בארץ לנתונים בין-לאומיים על פי הגדרות ארגון הבריאות העולמי.
8. להשוות את נתוני ההנקה הנוכחיים עם נתוני סקרים קודמים שנערכו בשנים 2000 ו-2009-2012.
9. לבנות מסד נתונים למעקב אחר מגמות הזנת תינוקות ופעוטות לאורך שנים, לשימוש קובעי מדיניות, מקבלי החלטות וחוקרים.
10. להעריך את השפעת התכניות הקיימות בישראל לעידוד ההנקה.
11. להעריך את תזונת התינוק בעת המעבר למזונות משלימים ולאחריו.

3. שיטות

3.1 תבנית המחקר

מחקר חתך.

3.2 מסגרת הדגימה

מדגם מב"ת לרך השני לתינוקות בריאים בני 9-11 חודשים העונים לתנאי ההכללה, הוצא מתוך רשימות של תינוקות הנמצאים במעקב של תחנות טיפת חלב של משרד הבריאות והעיריות של תל אביב וירושלים ופרטיהם מופיעים במערכת "מחשבה בריאה" של משרד הבריאות.

קריטריונים לאי הכללה

1. לידה נוכחית של שלישיות ומעלה.
2. תינוקות שנולדו בשבוע הריון קטן מ-37.
3. אימהות שאינן דוברות עברית או ערבית.

3.3 מדגם הסקר

הופק מדגם אקראי של תינוקות לפי חלוקה לקבוצות אוכלוסייה (יהודים ואחרים / ערבים) והתאמה להתפלגות לפי המחוזות.

גודל המדגם חושב בתוכנת WinPepi לפי שיעור האימהות המניקות הנקה בלעדית מתוך נתוני סקר מב"ת לרך 2009-2012. החישוב נעשה לפי הערכת פרופורציה של הנקה בלעדית בגיל 6 חודשים לפי קבוצת אוכלוסייה:

בקרב אימהות יהודיות – שיעור ההנקה הבלעדית בגיל ששה חודשים היה 22%. תחת הנחת רווח סמך ברמת סמך של 95% (CI=95%) ועם מתן אפשרות מקסימלית לסטייה של 3% לכל כיוון מהשיעור הקיים, נדרש מדגם של 733 אימהות לתינוקות.

בקרב אימהות ערביות - שיעור ההנקה הבלעדית בגיל ששה חודשים היה 12%. תחת הנחת רווח סמך ברמת סמך של 95% (CI=95%) ועם מתן אפשרות מקסימלית לסטייה של 3% לכל כיוון מהשיעור הקיים, נדרש מדגם של 451 אימהות לתינוקות.

הוחלט כי גודל המדגם יהיה סך הכל 1500 תינוקות, בחלוקה: 900 תינוקות יהודים ו-600 תינוקות ערביות.

אופן הדגימה

המדגם הופק במספר פעימות כפי שמוגדר להלן:

בכל פעם הופק מדגם אקראי על פי קריטריוני ההכללה בחלוקה לקבוצות אוכלוסייה (יהודים ואחרים / ערבים) והתאמה להתפלגות לפי המחוזות לתינוקות בגיל 9 חודשים (על פי תאריכי לידה) מתוך רישום הלידה במשרד הבריאות. רשימות אלו הוצלבו עם נתוני מערכת "מחשבה בריאה" הנמצאת בשימוש טיפות החלב של משרד הבריאות, כמו גם בטיפות החלב של עיריות תל אביב וירושלים לקבלת מספרי טלפון להתקשרות. במערכת זו מטופלים כ-70% מהתינוקות בישראל (השיעור מעט גבוה יותר באימהות ערביות).

טבלה 1: פרטי המדגמים שהופקו לטובת סקר מב"ת לרך השני - 2019-2020

תינוקות ערבים				תינוקות יהודים ואחרים				מספר מדגם
אחוז רשומות מוצלבות	מספר רשומות מוצלבות ב"מחשבה בריאה"	מספר רשומות מרישום הלידה	תאריכי ראיונות	אחוז רשומות מוצלבות	מספר רשומות מוצלבות ב"מחשבה בריאה"	מספר רשומות מרישום הלידה	תאריכי ראיונות	
88.2	352	399	01/12/2019-12/03/2019	68.3	547	801	19/8/2019-28/11/2019	1
83.8	503	600	09/03/2020-12/03/2020	69.8	559	801	18/11/2019-24/2/2020	2
85.6	428	500	31/05/2020-15/09/2020	68.5	549	801	30/01/2020-12/03/2020	3
85.2	511	600	08/09/2020-22/12/2020	73.2	366	500	13/05/2020-09/08/2020	4
				69.3	692	999	22/06/2020-23/09/2020	5
85.5	1794	2099		69.5	2713	3902		סך הכל

באמצע חודש מרץ 2020 הופסקה הסקירה עד אמצע חודש מאי 2020 עקב סגר הקורונה. הסקר נמשך לאחר היציאה מהסגר עד לחודש דצמבר 2020.

3.4 שיעור ההיענות

המדגמים השונים חולקו למנות והועברו לסוקרות בהדרגה על פי קצב ההתקדמות ועל פי אילוצי סגרי הקורונה, וזאת על מנת שהתינוקות הנסקרים יהיו בטווח הגיל של 9-11 חודשים, כמוסבר לעיל. נדגמים שלא התאימו לקריטריוני ההכללה לא הוכללו בחישוב ההיענות.

טבלה 2: ההיענות בסקר מב"ת לרך השני

סך הכל % N=4508	ערבים %	יהודים ואחרים %	ערבים N=1794	יהודים ואחרים N=2714	
--	--	--	842	516	לא מתאימים לקריטריוני ההכללה ¹
3150			952	2198	מכנה מעודכן לחישוב שיעור ההיענות (בניכוי מי שלא עונים לקריטריוני ההכללה)
18.5	8.0	23.0	77	505	סך סירובים להשתתף
5.7	11.7	3.1	111	69	סך האימהות שלא נוצר עמן קשר טלפוני ²
25.0	23.9	25.4	228	559	סך האימהות עמן נוצר קשר אך לא בוצע ראיון ³
50.8	56.8	48.5	536	1065	סך ראיונות

3.5 אוכלוסיית הסקר

סך הכל בוצעו 1,601 ראיונות (מלאים וחלקיים), עם שיעור היענות של כ-51%. בדוח הנוכחי נכללו כל השאלונים בהם היה מענה לשאלות בנושא הנקה עד שאלה 4.2 (ראו שאלון הסקר בעמוד 137). [98% מהתינוקות שנכללו בעיבוד הנתונים היו בני 9.00-11.99 חודשים, למעט 31 תינוקות (2%) שהיו בני 12 חודשים וימים בודדים (12.02-12.25)]. גם תינוקות אלה נכללו בתוצאות הסקר.

¹ גיל התינוק, התינוק נפטר, האם לא דוברת עברית או ערבית

² מספרי הטלפון לא מתאימים / לא נוצר קשר עם הנדגמת

³ ניסיונות ההתקשרות מוצו ולא בוצע ראיון או שהסקר הופסק מסיבות חיצוניות (למשל סגר) לפני מיצוי ההתקשרויות

טבלה 3: סך השאלונים שנכללו בעיבוד הנתונים של סקר מב"ת לרך השני

סה"כ	ערבים	יהודים ואחרים	
1601	536	1065	סך שאלונים שנכללו במערכת
87	24	63	מתוכם: סך שאלונים חלקיים שלא נכללו בעיבוד הנתונים
1514	512	1002	סך שאלונים שנכללו בעיבוד הנתונים
1294	444	850	סך שאלונים שנכללו בעיבוד נתוני התזונה
1211	460	751	סך שאלונים שנכללו בעיבוד נתוני הגדילה

3.6 אישור ועדת אתיקה

הסקר אושר על ידי הועדה לאתיקה של המרכז הרפואי שיבא, תל השומר (5052-18-SM).

4. הליך הסקר

4.1 ההתקשרות עם הנדגמות

סוקרות בעלות רקע מקצועי בתחום התזונה, שעברו הכשרה מתאימה על ידי רכזי הסקר, יצרו קשר טלפוני עם האימהות לצורך ביצוע הראיונות. מרואיינת שהסכימה, רואינה במשך כ-30 דקות. מרואיינת שלא יכלה לפנות זמן עבור הראיון נשאלה מתי תהיה פנויה, וניסיונות התקשרות נוספים בוצעו בשעות המתאימות לה. הראיונות בוצעו בימים א-ה בין השעות 16:00-21:00, ובעת הצורך גם בשעות הבוקר. כאשר מרואיינת נאלצה לסיים את השיחה לפני תום השאלון, בוצעו ניסיונות להשלמת הראיון במועד מאוחר יותר. הראיונות בוצעו בשפה העברית או בשפה הערבית, בהתאמה לקבוצת האוכלוסייה.

4.2 איסוף הנתונים ותהליך ביצוע הסקר

4.2.1 השאלון

בתקופת הראיונות הראשונה, שהתרחשה, כפי שהוזכר קודם, עד תחילת הסגר הראשון שבא בעקבות פרוץ פנדמית הקורונה, השאלון היה ארוך יותר. עקב ביצוע ראיונות חלקיים לא מעטים, הוחלט לקצרו. הראיונות בהם נעשה שימוש בשאלון המקוצר בוצעו החל מחודש מאי 2020, עם חידוש הסקירה לאחר החזרה מסגר הקורונה הראשון. השאלון כלל שאלות בנושאים הריון ולידה, השהות בבית היולדות, הזנת התינוק, נטילת תוספי תזונה לאם ולתינוק, מצב בריאות התינוק, הרגלי

שינה של התינוק, הרגלי העישון בסביבת התינוק וכמו כן שאלות דמוגרפיות, ושאלות בנושא תעסוקת האם.

שאלון הסקר הוטמע למערכת ממוחשבת לניהול סקרים (נמל"ה) ונוהל במערכת CATI (Computer assisted telephone Interview).

4.2.2 צריכת מזון

צריכת המזון והשתייה של התינוקות בתקופת הריאיון נאספה באמצעות סדרה של כ-30 שאלות שכללו את מירב המזונות והמשקאות הנצרכים בדרך כלל על ידי תינוקות מתחילת ההזנה במזונות משלימים עד גיל שנה לערך. האימהות התבקשו לדווח על תדירות הצריכה (מספר מנות ביום או בשבוע) של גודלי מנות מוגדרים מהמזונות והמשקאות שנכללו, בקרב התינוקות בתקופת הריאיון.

4.2.3 נתוני גדילה

מידע על מדידות אורך ומשקל שבוצעו במסגרת המעקב בתחנות לבריאות המשפחה, שימש לצורך הערכת הגדילה של התינוקות שהשתתפו בסקר. בעיבוד הנתונים נכללו ערכי אורך ומשקל שנמדדו בביקור אחד בתחנה לבריאות המשפחה, בין גיל 8-12 חודשים. מדידות שנערכו במועד הקרוב ביותר למועד הריאיון הטלפוני נכללו בעיבוד נתוני הגדילה. סך הכל נכללו נתוני הגדילה של 1211 תינוקות.

המידע עובד בתוכנת SAS תוך שימוש בתוכנית WHO ANTHRO של ארגון הבריאות העולמי, לחישוב ציוני התקן על פי נתוני סטנדרט הגדילה שהופקו על ידי ארגון הבריאות העולמי. בפרסום מוצגים שלושה מדדי גדילה: אורך-לגיל, משקל-לגיל ומשקל-לאורך.

4.3 בקרת איכות

בקרת איכות קפדנית בוצעה במספר דרכים:

4.3.1 בקרה על עבודת הסוקרות

עובדת שהוכשרה לכך בדקה את השאלונים במערכת הממוחשבת, ועל פי שיקול דעת האזינה להקלטות של הראיונות שבוצעו באמצעות מערכת "שירלי". הראיונות הראשונים של כל סוקרת חדשה עברו בקרת איכות קפדנית כולל האזנה לכלל הראיונות הראשונים ומתן משוב, עד הגעה לרמת ריאיון מספקת. כל הערות הסוקרות זכו להתייחסות ומענה מתאים.

4.3.2 בקרת איכות השאלונים

לאחר הוצאת דוחות בפורמט Excel של כל הראיונות, בוצעה בדיקה לשלמות הנתונים, טווחי הערכים ועקביות המידע. בוצעה התייחסות נוספת להערות הסוקרות. כל מקרה תוקן לגופו.

4.4 עיבוד הנתונים

ניתוח הנתונים נערך באמצעות תוכנת SAS (גרסה 9.13). ההתפלגות מוצגת על פי השתייכות לקבוצת אוכלוסייה.

4.4.1 שקלול הנתונים

הנתונים המוצגים בפרסום משוקללים על פי רמת דתיות ומחוז מגורים.

4.4.2 עיבוד נתוני צריכת מזון

בעיבוד נתוני התזונה נכללו 1294 תינוקות עם מידע תזונתי מלא, שצרכו בין 1692-337 קק"ל ליום. 71 תינוקות שצריכת האנרגיה שלהם לא הייתה בטווח זה, לא נכללו בעיבוד נתוני התזונה. הטווח חושב על פי $2 \pm$ סטיות תקן מהממוצע.

בבקרת איכות נתוני התזונה נמצא דיווח כפול של צריכת פורמולה וצריכת דייסה (הנצרכים כאחד בדרך כלל). בוצע תיקון לערכי הצריכה של 32 תינוקות שעבורם היה דיווח של סה"כ 8 בקבוקים ומעלה ביום של דייסה ופורמולה או שהכילו ערכים חריגים של מעל 10 בקבוקים ביום סה"כ.

לתינוקות יונקים חושבה צריכה יומית מוערכת של 550 מ"ל חלב אם.^{3, 4}

4.4.3 השוואת צריכת רכיבי התזונה לערכי הייחוס התזונתיים

נתוני הצריכה של רכיבי התזונה הושוו לערכי ייחוס בין-לאומיים⁵ לגיל 6-11 חודשים, כפי שמפורט בפרק 8 של הפרסום. כבסיס לערכי ייחוס שימש ה- Dietary Reference Intake (DRI).

להשוואה בין רמת הצריכה של רכיבי תזונה שונים לבין ערכי הייחוס שימשו לרוב נתוני ה-AI, או נתוני ה-RDA.

³ Haisma H, Coward WA, Albernaz E, Visser GH, Wells JC, Wright A, Victora CG. Breast milk and energy intake in exclusively, predominantly, and partially breast-fed infants. *Eur J Clin Nutr.* 2003 Dec;57(12):1633-42. doi: 10.1038/sj.ejcn.1601735. PMID: 14647230.

⁴ Marshall TA, Eichenberger Gilmore JM, Broffitt B, Levy SM, Stumbo PJ. Relative validation of a beverage frequency questionnaire in children ages 6 months through 5 years using 3-day food and beverage diaries. *J Am Diet Assoc.* 2003 Jun;103(6):714-20; discussion 720. doi: 10.1053/jada.2003.50137. PMID: 12778043.

⁵ **Sources:** Institute of Medicine. *Dietary Reference Intakes: The Essential Guide to Nutrient Requirements.* Washington, DC: The National Academies Press; 2006. Institute of Medicine. *Dietary Reference Intakes for Calcium and Vitamin D.* Washington, DC: The National Academies Press; 2011. National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine. *Dietary Reference Intakes for Sodium and Potassium.* Washington, DC: The National Academies Press; 2019.

1. Adequate Intake (AI) - רמת הצריכה המספקת / ההולמת, בהיעדר מידע מספק, לקביעת ה-RDA או ה-EAR (Estimated Average Requirement).
2. Recommended Daily Allowance (RDA) - רמת הצריכה היומית המוערכת כמספקת את צרכיה של כמעט כל האוכלוסייה (98%) הבריאה בקבוצת גיל ומין מסוימת.

4.4.4 השוואת הנתונים לסקר מב"ת לרך 2012-2009⁶

בפרסום הנוכחי מוצגים נתוני השוואה לסקר מב"ת לרך 2012-2009. השוואות מוצגות רק במקרים בהם השאלות נשאלו באופן דומה בשני הסקרים.

יש לציין, כי סקר מב"ת לרך השני, 2019-2020, מתייחס לתקופת פנדמית הקורונה וחלקית גם לתקופות של סגרי הקורונה, דבר שעשוי היה להשפיע על מדדים המוצגים בפרסום (למשל, הנקה, אכילת ארוחות בבית, ועוד).

⁶ ממצאי הסקר פורסמו בדוח "סקר מב"ת לרך, סקר מצב בריאות ותזונה לאומי מלידה עד גיל שנתיים, 2009-2012. באתר האינטרנט של משרד הבריאות: [מעבר לאתר משרד הבריאות, ממצאי סקר מב"ת לרך מלידה עד גיל שנתיים, 2009-2012](#)



סיכום הממצאים וממצאים הדורשים התייחסות

ממצאים הדורשים התייחסות

מאפיינים הקשורים לשהייה במחלקת היולדות (פרק 2)

- בסקר הנוכחי, 2020-2019, נצפתה ירידה משמעותית באחוז האימהות שביקשו להניק בלעדית במהלך השהות במחלקת היולדות (35.9%) בהשוואה לסקר הקודם, 2012-2009, (60.4%).
- בסקר הנוכחי, 2020-2019, נצפתה עליה משמעותית באחוז התינוקות שקיבלו תמ"ל במהלך השהות במחלקת היולדות (80.1%) בהשוואה לסקר הקודם, 2012-2009, (67.2%).
- לא נמצא הבדל בהתפלגות הסיבות העיקריות להזנה בתמ"ל במחלקת היולדות, בין הסקר הנוכחי, 2020-2019, לעומת הסקר הקודם, ייתכן שממצא זה מצביע על מודעות נמוכה של אימהות לתינוקות – וללא שיפור בין שני הסקרים - לנושא של הזנת התינוקות בראשית ימיהם.

הדרכה בנושא הנקה במחלקת היולדות (פרק 3)

- בסקר הנוכחי, 2020-2019, נצפתה עליה באחוז האימהות שהשתתפו בהדרכה להנקה במהלך השהות במחלקת היולדות (70.7%) לעומת הסקר הקודם, 2012-2009, (57.7%). למרות זאת, פחות אימהות ביקשו להניק בלעדית במחלקת היולדות בהשוואה בין שני הסקרים.

הנקה (פרק 4)

- בסקר הנוכחי, 2020-2019, נצפתה ירידה באחוז האימהות שהניקו בלעדית למשך 6 חודשים ויותר, בהתאם להמלצות (15.3%) לעומת הסקר הקודם, 2012-2009, (20.0%). יש לציין כי בין שתי נקודות הזמן חלה הארכה בת שבוע במשך חופשת הלידה הממומנת ע"י המדינה (מ-14 ל-15 שבועות, החל משנת 2017).
- בסקר הנוכחי, 2020-2019, נמצא שיש עליה באחוז האימהות שלא הניקו בחדר הלידה בגלל חוסר רצון להניק לעשות זאת (16.4% מהיהודיות ו-14.6% מהערביות), זאת בהשוואה לסקר הקודם, 2012-2009, (11.2% מהיהודיות ו-4.3% מהערביות).

תזונת התינוק (פרק 8)

- 14.7% מהתינוקות היהודים ו-63.4% מהתינוקות הערבים שותים שתייה מתוקה. הצריכה הממוצעת בקרב השותים היא של 2.6 כוסות של משקה ממותק בשבוע (כוס=180 מ"ל).
- רק 29.4% מהתינוקות היהודים ו-35.6% מהתינוקות הערבים צורכים ברזל מהמזון על פי ההמלצות (RDA).
- רוב התינוקות צורכים נתון בכמות הגבוהה מההמלצות, רק 3.6% מהתינוקות היהודים ו-2.7% מהתינוקות הערבים צורכים נתון על פי ההמלצות (AI).

תוספי תזונה לאם ולתינוק (פרק 10)

- רק 42.0% מהאימהות נטלו חומצה פולית לפני הכניסה להיריון, בהתאם להמלצות (46.0% מהיהודיות ו-29.4% מהערביות).
- רק 7.2% מהאימהות נטלו תוסף תזונה המכיל יוד לפני הכניסה להיריון, בהתאם להמלצות (8.0% מהיהודיות ו-4.6% מהערביות).
- רק 28.5% מהאימהות נטלו ויטמין D במהלך ההיריון, בהתאם להמלצות (30.6% מהיהודיות ו-21.7% מהערביות).

הרגלי שינה ועישון (פרק 11)

- בגיל 4 חודשים, רק 46.8% מהאימהות השכיבו את התינוק לישון על הגב, בהתאם להמלצות (50.0% מהיהודיות ו-36.6% מהערביות).
- בסקר הנוכחי נמצא שיעור גבוה יותר של אימהות ערביות אשר עישנו במהלך ההיריון בהשוואה לסקר מב"ת לרך משנת 2009 (2.0%, 1.1% בהתאמה).

סיכום ממצאים נבחרים

פרק 1 – מאפיינים דמוגרפיים

- מדגם הסקר כלל תינוקות בני 9 עד 11 חודשים⁷, 50.2% בנות ו- 49.8% בנים, 23.3% ערבים ו- 76.7% יהודים ואחרים.
- 51.3% מהאימהות הצהירו כי אורח חייהן דתי או חרדי (50.6% מהיהודיות ו-53.8% מהערביות).
- רוב האימהות (97.0%) דיווחו כי הן נשואות (96.3% מהיהודיות ו- 99.2% מהערביות).
- כרבע (24.0%) מהאימהות דיווחו על 9 עד 12 שנות לימוד (18.0% מהיהודיות ו- 43.4% מהערביות). שיעור בעלות תואר אקדמי עמד על 51.9% בקרב היהודיות ו- 30.3% בקרב הערביות.
- הגיל הממוצע באימהות הוא 31.0 שנים (31.5 שנים בקרב היהודיות ו-28.8 שנים בקרב הערביות).
- ב-57.1% מהמשפחות יש 1-2 ילדים, לא היה הבדל מובהק בין היהודיות והערביות.
- ב-14.4% מהמשפחות יש 5 ילדים ויותר (15.2% בקרב היהודיות ו-11.9% בקרב הערביות).
- 85.2% מהאימהות היהודיות נולדו בישראל.

פרק 2 – מאפיינים הקשורים לשהייה במחלקת היולדות

- 17.3% מהאימהות ילדו בניתוח קיסרי, מתוכנן או שאינו מתוכנן.
- 39.3% מהאימהות דיווחו על ביות מלא (שהייה עם התינוק במשך כל היום וכל הלילה) בזמן השהייה במחלקת היולדות (39.7% בקרב היהודיות ו-38.1% בקרב הערביות).
- 15.3% דיווחו על שהייה עם התינוק בעיקר בשעות האכלה (13.3% בקרב היהודיות ו- 21.7% בקרב הערביות).
- רוב התינוקות (87.5%) הוזנו בחלב אם במחלקת היולדות (86.4% מהתינוקות היהודים ו- 91.1% מהתינוקות הערבים).
- רק 35.9% מהאימהות ביקשו להניק בלעדית במהלך השהות במחלקת היולדות (38.3% מהיהודיות ו-27.9% מהערביות).
- 80.1% מהתינוקות הוזנו בתמ"ל (תרכובת מזון לתינוקות) במהלך השהות במחלקת היולדות (78.1% מהתינוקות היהודים ו-86.7% מהתינוקות הערבים).

⁷ בפועל, 98% מהתינוקות היו בני 11.0-11.99 חודשים, ו-2% היו בני 12.02-12.25 חודשים בעת המענה על השאלון

- 34.4% מהאימהות ציינו שאחת הסיבות העיקריות להזנת התינוק בתמ"ל במחלקת היולדות הייתה רצון לנוח (35.9% מהיהודיות ו-29.8% מהערביות).
- כמחצית (58.2%) מהתינוקות קיבלו מוצץ במחלקת היולדות.

פרק 3 – הדרכה בנושא הנקה במחלקת היולדות

- 70.7% מהאימהות השתתפו בהדרכה להנקה במהלך השהות במחלקת היולדות (70.2% מהיהודיות ו-72.1% מהערביות).
- בזמן השהות במחלקת היולדות, אחוז גבוה יותר של אימהות שזהו ילדם הראשון השתתפו בהדרכה להנקה לעומת אימהות אחרות (87.6% ו-63.2% בהתאמה).
- 23.3% מהאימהות דיווחו שהן ביקשו הדרכה להנקה במחלקת היולדות בעקבות קשיים בהנקה לאם או לתינוק.

פרק 4 – הנקה

- רוב האימהות (90.1%) ציינו שבמהלך ההיריון הייתה להן כוונה להניק (88.7% מהיהודיות ו-94.8% מהערביות).
- 40.0% מהאימהות ציינו שהסיבה העיקרית לאי כוונתן להניק הייתה שהן לא התחברו להנקה (41.8% מהיהודיות ו-27.1% מהערביות).
- 15.3% מהאימהות הניקו בלעדית למשך 6 חודשים ומעלה, בהתאם להמלצות (17.6% מהיהודיות ו-7.9% מהערביות).
- רוב התינוקות ינקו אי פעם (92.0%), 95.0% מכלל האימהות שהניקו דיווחו כי אופן ההנקה היה ישירות מהשד או בשילוב עם חלב אם שאוב.
- 35.6% מהאימהות הניקו בשילוב תמ"ל ו/או מזון (הנקה משולבת) עד גיל 6 חודשים. יש לציין כי המלצת משרד הבריאות היא הנקה בלעדית עד גיל 6 חודשים.
- משך ההנקה הממוצע בקרב המיניקות אי-פעם היה 4.3 חודשים (4.5 חודשים בקרב היהודיות ו-3.8 חודשים בקרב הערביות).
- בסקר הנוכחי, 2019-2020, 60.6% מהאימהות הניקו 6 חודשים ומעלה (אם כי לא בהכרח הנקה בלעדית), זוהי עליה לעומת הסקר הוקדם, 2009-2012, (54.8%).
- 62.3% מהאימהות דיווחו על ניסיון הנקה מיד לאחר הלידה, זוהי עליה לעומת הסקר שבוצע בשנת 2009, שבו רק 41.1% דיווחו על כך.
- תינוקות שלא הוזנו בתמ"ל במחלקת היולדות ינקו תקופה ממושכת יותר. כשני-שליש מהתינוקות היהודים (65.7%), שלא הוזנו בתמ"ל במחלקת היולדות ינקו 9 חודשים

- או יותר. באופן דומה, 54.7% מהתינוקות הערבים שלא הוזנו בתמ"ל במחלקת היולדות ינקו 9 חודשים או יותר.
- 54.4% מהאימהות ציינו שהסיבה להפסקת ההנקה הייתה שלא היה להן מספיק חלב (53.4% מהיהודיות ו-57.5% מהערביות), 41.6% מהאימהות היהודיות ו-28.9% מהאימהות הערביות אמרו שהן רצו להפסיק להניק.
- בתקופת ההנקה, 69.6% מהאימהות היהודיות ו-59.1% מהאימהות הערביות דיווחו על כאבים בשד הקשורים להנקה (בקרוב כלל האימהות, 67.1%).
- רק 2.6% מהאימהות הפסיקו להניק עקב הכאבים בשד.

פרק 5 – הנקה ויציאה לעבודה/לימודים

- כמחצית מהאימהות (51.2%) יצאו לעבודה או ללימודים כשהתינוק היה בין גיל 3 עד פחות מ-6 חודשים.
- 65.1% מהאימהות המשיכו להניק כשהתחילו לעבוד או ללמוד / כשחזרו לעבודה או ללימודים (66.4% מהיהודיות ו-56.6% מהערביות).
- 31.5% מהאימהות, העובדות או לומדות מחוץ לבית, ציינו שאין תנאים המאפשרים להניק או לשאוב חלב אם במקום העבודה או הלימודים (28.3% מהיהודיות ו-51.8% מהערביות).

פרק 6 – שימוש בתרכובות מזון לתינוקות (תמ"ל)

- 83.9% מהתינוקות הוזנו בתמ"ל בתקופה שבין ההגעה הביתה ממחלקת היולדות ועד תאריך הריאיון (82.8% מהיהודים ו-87.6% מהערבים).
- 60.2% מהתינוקות הוזנו בתמ"ל באופן קבוע כשהיו בני פחות מ-3 חודשים (57.7% מהיהודים ו-67.3% מהערבים). 20.0% מהתינוקות היו בני 6 חודשים ומעלה כשהתחילו לצרוך תמ"ל באופן קבוע.
- בתקופת ההנקה, ל-23.1% מהאימהות היהודיות ול-18.7% מהאימהות הערביות הומלץ על ידי איש מקצוע להוסיף תמ"ל להזנת התינוק (לכלל האימהות, 22.0%).
- 57.8% מהאימהות ציינו שהסיבה העיקרית להוספת תמ"ל להנקה הייתה שהתינוק לא עלה מספיק במשקל.

פרק 7 – הזנת התינוק, התנהגויות אכילה

- 67.1% מהאימהות דיווחו שתזמון האכלת התינוק בחודשים הראשונים היה כשהיה רעב/לפי דרישה (70.9% מהיהודיות ו-54.8% מהערביות).
- עד גיל 6 חודשים 72.0% מהתינוקות נחשפו לראשונה למזון (לא כולל תמ"ל), שלא בהתאם להמלצות של משרד הבריאות (71.1% מהיהודים ו-75.0% מהערבים).
- הגיל הממוצע בעת צריכת מזונות באופן קבוע היה 6.5 חודשים, רוב התינוקות (89.4%) התחילו לצרוך מזונות באופן קבוע בהיותם בגיל 6 חודשים ומעלה, בהתאם להמלצות (89.8% מהיהודים ו-88.3% מהערבים).
- 4.8% מהאימהות דיווחו כי יש לתינוק אלרגיה למזון כלשהו (5.7% מהיהודיות, ו-1.9% מהערביות).
- 61.7% מהתינוקות היהודים ו-89.7% מהתינוקות הערבים אוכלים ארוחה אחת לפחות עם הורה כל יום או כמעט כל יום (68.4% מכלל התינוקות).
- 2.4% מהאימהות היהודיות ו-0.2% מהאימהות הערביות דיווחו כי התפריט המשפחתי הוא צמחוני עם/ללא דגים, או טבעוני (1.9% מכלל האימהות).
- 17.8% מהתינוקות צורכים מזון מהיר כמו פלאפל, המבורגר, פיצה, בורקס, מלאווח, ג'חנון, שניצל מעובד, קבב וכדומה (15.7% מהיהודים ו-25.0% מהערבים).
- 14.0% מהתינוקות היהודים ו-6.2% מהתינוקות הערבים צורכים דגנים מלאים באופן קבוע (12.1% מכלל התינוקות).
- 43% מהתינוקות לא אוכלים ארוחת צהריים בבית (אלא במשפחתון/מעון/אצל מטפלת/אצל סבתא), 48.7% מהיהודים ו-25.1% מהערבים.

פרק 8 – תזונת התינוק

- 94.1%, מהתינוקות היהודים ו-90.5% מהתינוקות הערבים צורכים ירקות מבושלים.
- 95.9% מהתינוקות היהודים ו-98.1% מהתינוקות הערבים צורכים פירות.
- 64.6% מהתינוקות היהודים ו-79.4% מהתינוקות הערבים צורכים חטיפים מלוחים.
- 56.7% מהתינוקות היהודים ו-81.7% מהתינוקות הערבים צורכים עוגיות או ביסקוויטים.
- 91.5% מהתינוקות היהודים ו-99.6% מהתינוקות הערבים שותים מים. הצריכה הממוצעת בקרב השותים היא של 1.1 כוסות ביום (כוס=180 מ"ל).
- 96.9%, מהתינוקות היהודים ו-98.0% מהתינוקות הערבים צורכים חלבון על פי ההמלצות (RDA).
- 78.9% מהתינוקות היהודים ו-79.5% מהתינוקות הערבים צורכים ויטמין C על פי ההמלצות (AI).

פרק 9 – מדדים אנתרופומטריים

- על פי ציוני Z להתפלגות המשקל ביחס לאורך, רוב התינוקות היהודים (80.9%), הם במשקל תקין (80.4% מהבנים ו-81.4% מהבנות), 14.3% מהתינוקות הם בסיכון לעודף משקל (15.3% מהבנים ו-13.4% מהבנות).
- על פי ציוני Z להתפלגות המשקל ביחס לאורך, רוב התינוקות הערבים (75.9%), הם במשקל תקין (79.2% מהבנים ו-72.5% מהבנות), 19.0% מהתינוקות הם בסיכון לעודף משקל (18.7% מהבנים ו-19.3% מהבנות).
- על פי ציוני Z להתפלגות המשקל ביחס לאורך, 3.5% מהתינוקות היהודים (2.6% מהבנים ו-4.4% מהבנות), ו-4.7% מהתינוקות הערבים (2.1% מהבנים ו-7.4% מהבנות), הם בעודף משקל או השמנה.

פרק 10 – תוספי תזונה לאם ולתינוק

- בתקופת ההנקה, 20.4% מהאימהות נטלו תוסף תזונה או תרופה להנקה, מאלה, 67.3% נטלו את התוסף או התרופה להגברת כמות החלב.
- רק 50.1% מהתינוקות קיבלו ויטמין D בהתאם להמלצות (47.1% מהיהודים ו-59.4% מהערבים). הגיל הממוצע בעת התחלת מתן ויטמין D היה 2.5 שבועות, החציון היה יום הלידה (אפס).
- רק 46.4% מהתינוקות קיבלו תוסף ברזל בהתאם להמלצות (45.9% מהיהודים ו-48.1% מהערבים). הגיל הממוצע בעת התחלת מתן תוסף הברזל היה 4 חודשים, כמו גם החציון.

פרק 11 – הרגלי שינה ועישון

- בגיל 4 חודשים, 71.9% מהתינוקות ישנו במיטה נפרדת או בעריסה בחדר ההורים, בהתאם להמלצות (69.3% מהיהודים ו-80.0% מהערבים).
- 3.5% מהאימהות דיווחו שעישנו במהלך ההיריון (4.0% מהיהודיות ו-2.1% מהערביות).
- 3.8% מהתינוקות נחשפו לעשן סיגריות בבית או ברכב (2.1% מהיהודים ו-9.2% מהערבים).

פרק 1
מאפיינים דמוגרפיים
של אוכלוסיית המדגם

Chapter 1
Demography of
study population

קבוצת אוכלוסייה Population group

טבלה 1.1: התפלגות תינוקות המדגם לפי קבוצת אוכלוסייה ומין

קבוצת אוכלוסיית התינוקות Infant population group	מין Sex	n	% משוקלל weighted	N	% משוקלל weighted
יהודים ואחרים Jews & others	בנים Boys	500	49.4	1002	76.7
	בנות Girls	502	50.6		
ערבים Arabs	בנים Boys	262	51.2	512	23.3
	בנות Girls	250	48.8		
סך הכל Total	בנים Boys	762	49.8	1514	100.0
	בנות Girls	752	50.2		

מאפיינים דמוגרפיים של האם

Mother's demographic characteristics

טבלה 1.2: נטייה דתית של האם ומצב משפחתי לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total	ערבים Arabs		יהודים ואחרים Jews & others		
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
Mother's religious observance			נטייה דתית של האם		
23.9	4.6	25	29.8	276	חילונית Secular
24.7	41.6	213	19.6	180	מסורתית Traditional
25.5	46.6	234	19.1	171	דתית Religious / Orthodox
25.8	7.2	36	31.5	369	חרדית Ultra-Orthodox
		508		996	סך הכל¹ Total²
Marital status			מצב משפחתי		
97.0	99.2	507	96.3	968	נשואה או חיה עם בן/בת זוג Married or living with spouse
1.0	0.8	4	1.1	10	גרושה/פרודה Divorced or separated
2.0	-	-	2.6	24	רווקה Single
		511		1002	סך הכל Total

Figure 1.2.1: Mother's religious observance - Jews survey 2019 compared to survey 2009

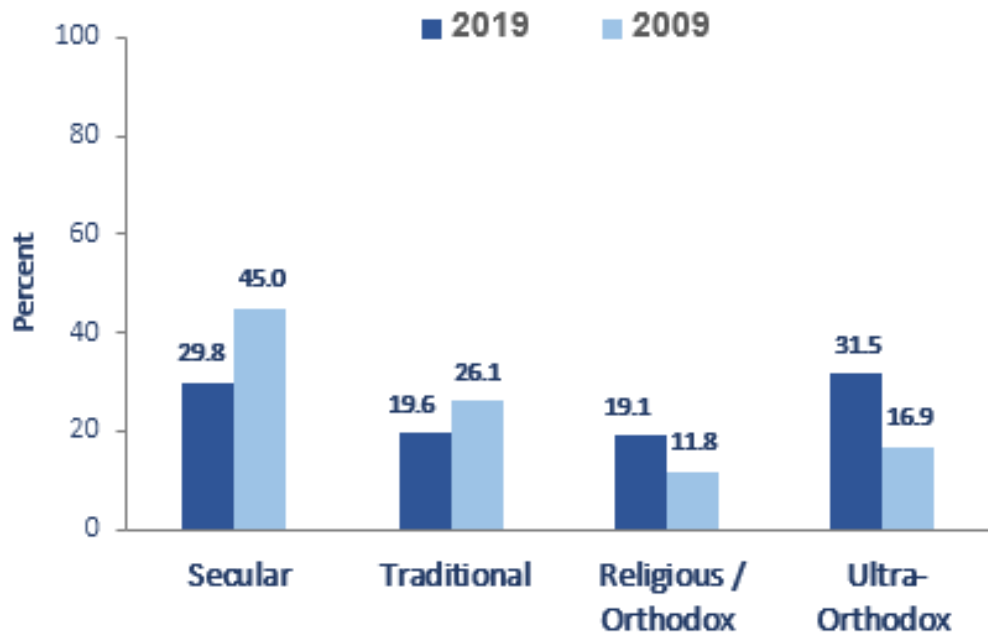
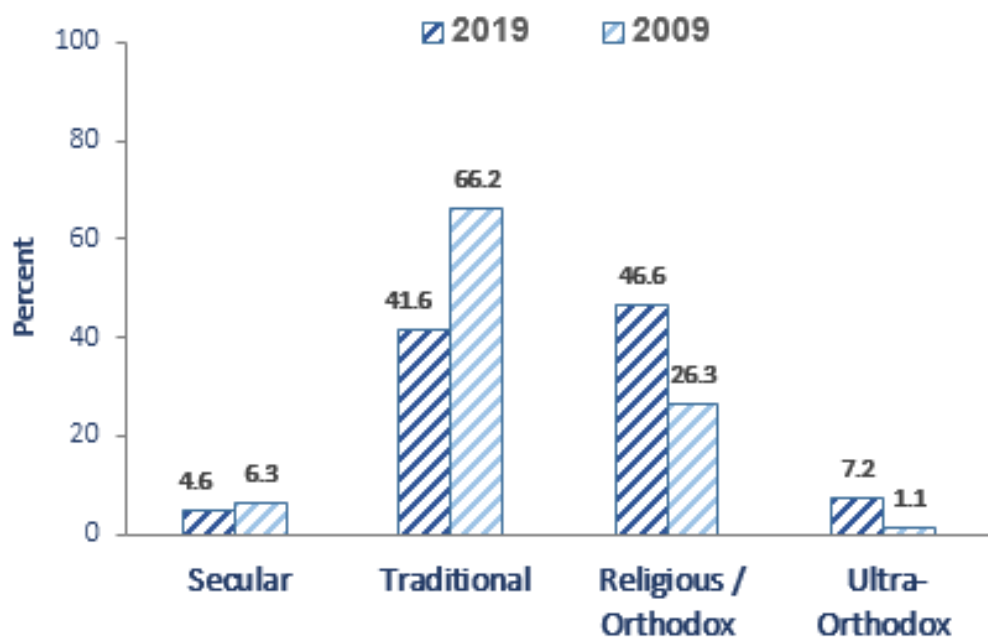


Figure 1.2.2: Mother's religious observance - Arabs survey 2019 compared to survey 2009



מאפיינים דמוגרפיים של האם

Mother's demographic characteristics

טבלה 1.3: השכלה ותעסוקת האם לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total	ערבים Arabs		יהודים ואחרים Jews & others		
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
השכלת האם (שנות לימוד)					
Mother's education (years attained)					
1.7	5.8	29	0.5	4	שנים 0-8 Years
24.0	43.4	220	18.0	177	שנים 9-12 Years
27.5	20.5	106	29.7	309	13 שנים ומעלה – לא אקדמית 13 years and above - not academic
46.8	30.3	156	51.9	501	13 שנים ומעלה – אקדמית 13 years and above - academic
		511		991	סך הכל Total
תעסוקת האם					
Mother's employment status					
57.7	34.1	160	65.1	574	עובדת/לומדת מחוץ לבית Works or study's away from home
9.2	4.5	21	10.7	88	עובדת מהבית Works from home
31.8	61.4	283	22.5	197	לא עובדת Doesn't work
1.3	-	-	1.7	16	עובדת מהבית ומחוץ לבית Works from home and away from home
		464		875	סך הכל Total

מספר הילדים במשפחה וגיל האם

Number of children and mother's age

טבלה 1.4: מספר הילדים במשפחה וגיל האם לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=1514	ערבים Arabs n=512		יהודים ואחרים Jews & others n=1002		מספר הילדים במשפחה Number of children in the family
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
29.8	26.9	138	30.7	307	ילד אחד One child
27.3	29.2	150	26.8	262	2 ילדים 2 children
18.3	19.6	101	18.0	177	3 ילדים 3 children
10.2	12.5	64	9.5	96	4 ילדים 4 children
14.4	11.9	59	15.2	160	5 ילדים ומעלה 5 children or more
ממוצע (סטיית תקן) Mean (SD) N=1514	ממוצע (סטיית תקן) Mean (SD)	n	ממוצע (סטיית תקן) Mean (SD)	n	גיל האם (שנים) Mother's age (years)
31.0 (5.8)	28.8 (5.6)	512	31.5 (5.8)	1002	

מקום לידת האם בקרב יהודיות Mother's place of birth – Jews only

טבלה 1.5: מקום לידת האם לפי יבשת

יהודים ואחרים Jews & others N=1002		מקום לידת האם לפי יבשת* Mother's place of birth by continent*
% משוקלל weighted	n	
85.2	858	ישראל Israel
8.6	86	אירופה Europe
2.7	23	אמריקה America
1.8	18	אפריקה Africa
1.4	14	אסיה Asia
0.1	1	אוסטרליה ואוקיאניה Australia
0.2	2	לא ידוע Unknown

* מקודד על פי "משרד הבריאות, האגף לשירותי מידע ומחשוב, תחום מידע, יבשות ומדינות"
* Coded according to "Ministry of Health, Division of Information and Computer Services, Information, Continents and Countries"

בסקר מב"ת לרך 2009 74.7% מהאימהות היהודיות נולדו בישראל.

In the 2009 Mabat Infant survey, 74.7% of Jewish mothers were born in Israel.

פרק 2

**מאפיינים הקשורים
לשהייה במחלקת
היולדות**

Chapter 2

**Characteristics
associated with the
stay in the maternity
ward**

אופן הלידה Mode of delivery

טבלה 2.1: אופן הלידה לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=1513	ערבים Arabs n=512		יהודים ואחרים Jews & others n=1001		אופן הלידה Mode of delivery
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
75.6	75.8	387	75.5	761	לידה נרתיקית (ללא סיוע) Vaginal delivery (unassisted)
7.1	6.0	31	7.5	75	לידה מכשירנית (ואקום או מלקחיים) Assisted birth (with vacuum or forceps)
8.4	7.8	40	8.6	84	ניתוח קיסרי שאינו מתוכנן Non-elective Caesarean section
8.9	10.4	54	8.4	81	ניתוח קיסרי מתוכנן Elective Caesarean section

Figure 2.1.1: Mode of delivery - Jews survey 2019 compared to survey 2009

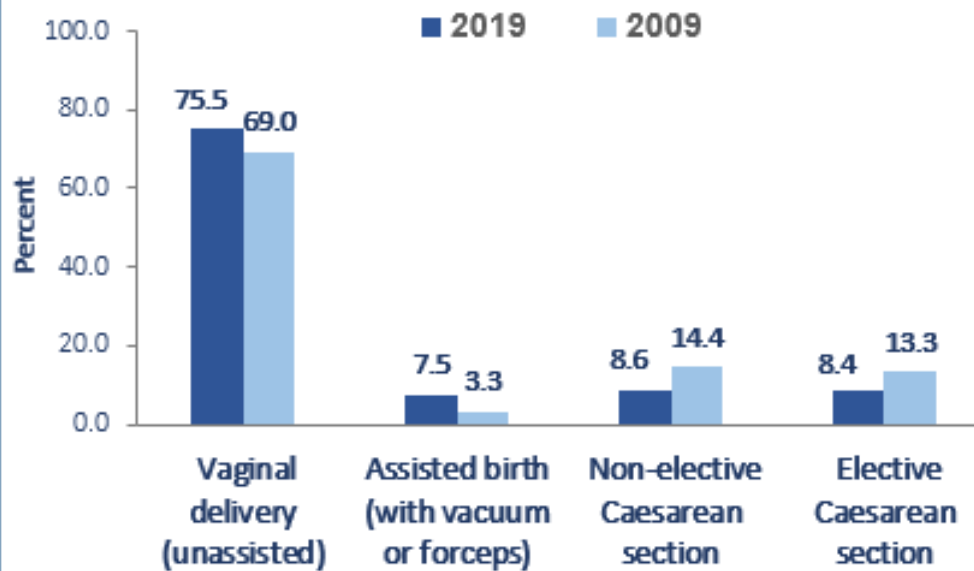
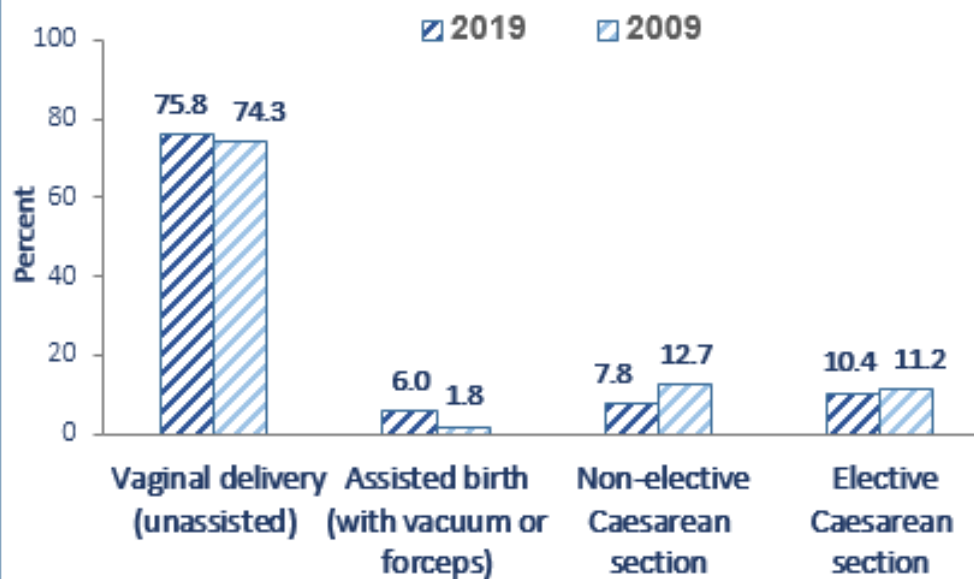


Figure 2.1.2: Mode of delivery - Arabs survey 2019 compared to survey 2009



אופן השהות עם התינוק במחלקת היולדות

Rooming-in arrangement in the maternity ward

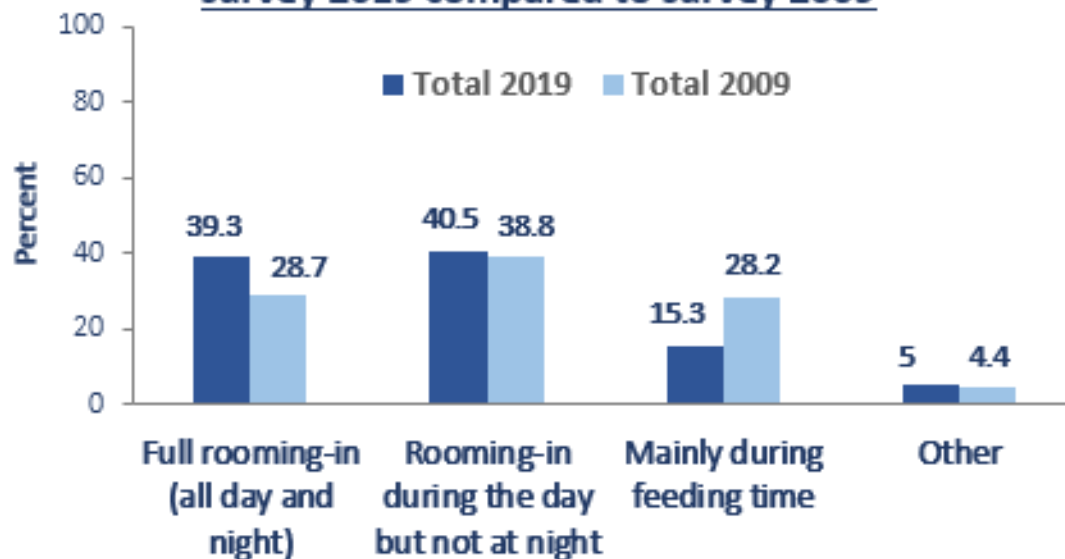
טבלה 2.2: אופן השהות עם התינוק במחלקת היולדות לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=1507	ערבים Arabs n=512		יהודים ואחרים Jews & others n=995		אופן השהות עם התינוק במחלקת היולדות - Rooming-in arrangement in the maternity ward
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
39.3	38.1	193	39.7	389	ביות מלא (במשך כל היום וכל הלילה) Full rooming-in (all day and night)
40.5	36.0	185	41.8	420	ביות חלקי (ביום אך לא בלילה) Rooming-in during the day but not at night
15.3	21.7	112	13.3	142	בעיקר בשעות האכלה Mainly during feeding time
2.2	2.6	13	2.0	18	התינוק הופרד מהאם מסיבות רפואיות ¹ Infant was separated from mother for medical reasons ²
2.8	1.7	9	3.2	26	אחר Other

¹ פגיה, טיפול נמרץ, צהבת היילוד, וכו'

² Neonatal ward, intensive care, neonatal jaundice etc.

**Figure 2.2.1: Rooming-in arrangement in the maternity ward
survey 2019 compared to survey 2009**



הזנת התינוק במחלקת היולדות

Feeding the infant in the maternity ward

טבלה 2.3: הזנת התינוק במחלקת היולדות לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total	ערבים Arabs		יהודים ואחרים Jews & others		
	% משוקלל weighted	n/N	% משוקלל weighted	n/N	
התחלת הזנה בחלב אם במחלקת היולדות Received breastmilk during the stay in the maternity ward					
87.5	91.1	466/512	86.4	864/997	כן Yes
בקשת האם להנקה בלעדית במחלקת היולדות Mother's request for exclusive breastfeeding during the stay in the maternity ward					
35.9	27.9	145/511	38.3	386/987	כן Yes
הזנת התינוק בתמ"ל (תרכובת מזון לתינוקות) במחלקת היולדות Feeding the infant with infant formula in the maternity ward					
80.1	86.7	440/508	78.1	765/992	כן Yes

Figure 2.3.1: Mother's request for exclusive breastfeeding during the stay in the maternity ward survey 2019 compared to survey 2009

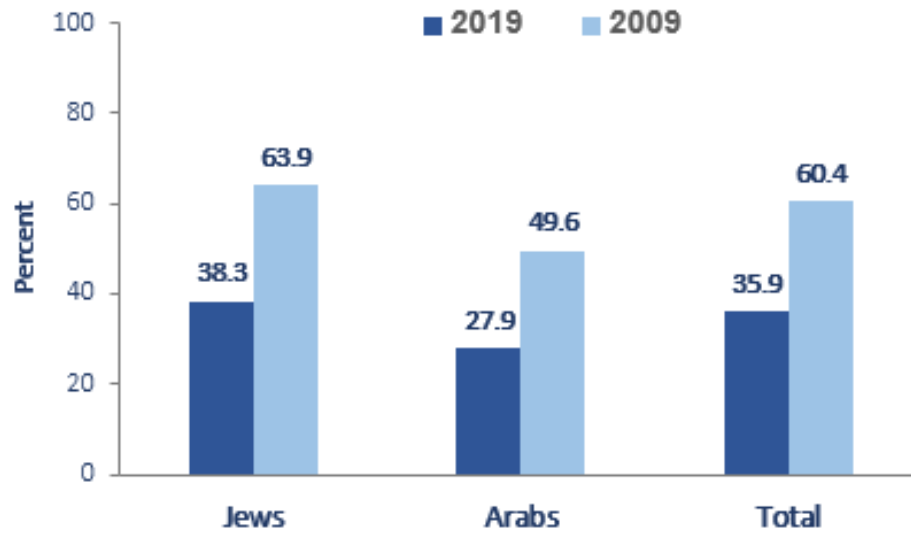
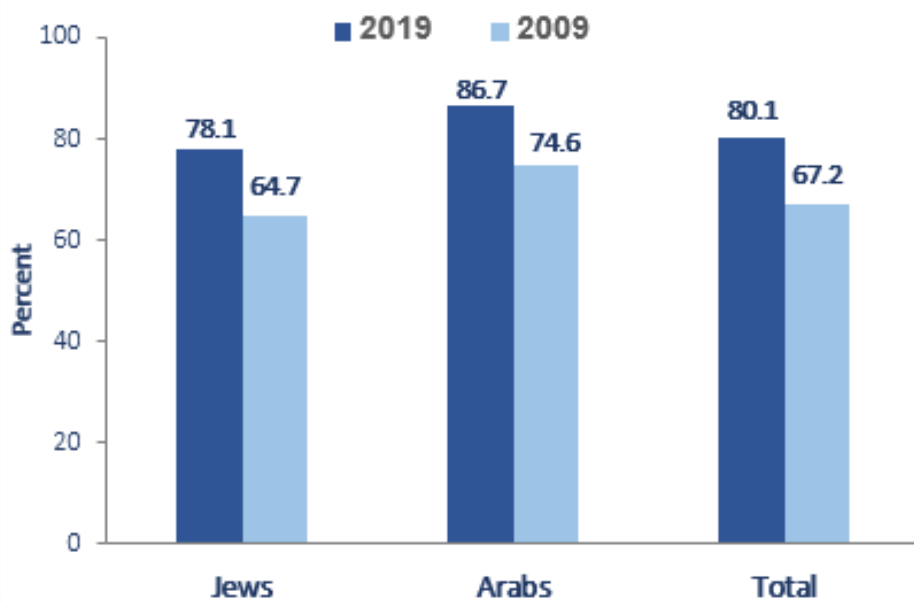


Figure 2.3.2: Feeding the infant with infant formula in the maternity ward survey 2019 compared to survey 2009



הזנת התינוק בתמ"ל במחלקת היולדות לפי סוג הלידה

- ❖ 75.8% מהתינוקות של אימהות יהודיות אשר ילדו בלידה נרתיקית קיבלו תמ"ל במחלקת היולדות לעומת 89.7% מהתינוקות של אימהות יהודיות אשר ילדו בניתוח קיסרי (בסקר מב"ת לרך 2009, 58.6% ו-80.7%, בהתאמה).
- ❖ 86.1% מהתינוקות של אימהות ערביות אשר ילדו בלידה נרתיקית קיבלו תמ"ל במחלקת היולדות לעומת 89.3% מהתינוקות של אימהות ערביות אשר ילדו בניתוח קיסרי (בסקר מב"ת לרך 2009, 69.9% ו-87.8%, בהתאמה).

Feeding infant formula to the infant in the maternity ward

- ❖ 75.8% of the Jewish infants whose mothers gave birth by vaginal delivery received infant formula in the maternity ward compared to 89.7% of the Jewish infants whose mothers gave birth by caesarean section (in the 2009 Mabat Infant Survey, 58.6% and 80.7%, respectively).
- ❖ 86.1% of the Arab infants whose mother gave birth by vaginal delivery received infant formula in the maternity ward compared to 89.3% of the Arab infants whose mothers gave birth by caesarean section (in the 2009 Mabat Infant Survey, 69.9% and 87.8%, respectively).

סיבות להזנת התינוק בתמ"ל

Reasons for feeding the infant with infant formula

טבלה 2.4: סיבות להזנת התינוק בתמ"ל במחלקת היולדות לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=1197	ערבים Arabs n=436		יהודים ואחרים Jews & others n=761		סיבות להזנת התינוק בתמ"ל במחלקת היולדות Reasons for feeding the infant with infant formula in the maternity ward
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
34.4	29.8	130	35.9	281	האם רצתה לנוח The mother wanted to rest
26.4	34.3	149	23.7	188	לא היה לאם מספיק חלב Not enough breast milk
8.4	3.5	15	10.0	70	האם לא רצתה להניק The mother did not want to breastfeed
2.5	3.4	15	2.2	17	התינוק לא רצה לינוק The infant did not want to breastfeed
7.0	4.8	21	7.8	58	היו לאם קשיים עם ההנקה The mother had difficulties breastfeeding
8.1	9.6	42	7.6	56	לפי החלטת הצוות הרפואי מסיבה רפואית At the decision of the medical staff with a medical reason
4.1	4.7	21	3.9	27	לפי החלטת הצוות הרפואי מסיבה שאינה רפואית At the decision of the medical staff without a medical reason
3.1	3.3	14	3.0	21	היו לתינוק קשיים עם ההנקה The infant had difficulties breastfeeding
3.6	5.1	22	3.0	21	רצון האם לשלב הנקה ותמ"ל The mother wanted to combine breastfeeding with infant formula
2.5	1.6	7	2.8	22	אחר Other

Figure 2.4.1: Main reason for feeding the infant with infant formula in the maternity ward - Jews survey 2019 compared to survey 2009

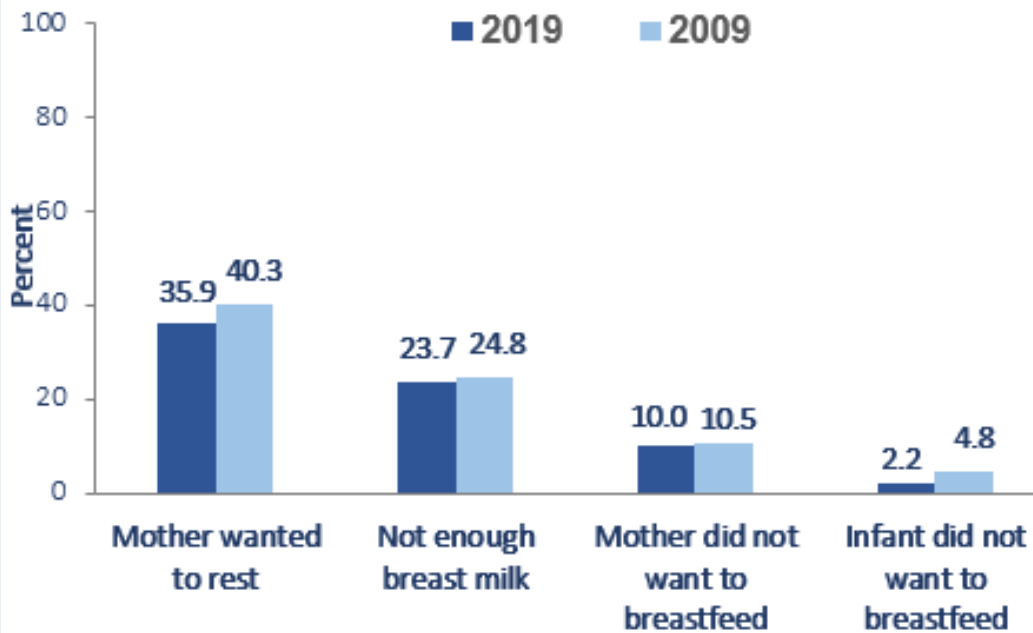
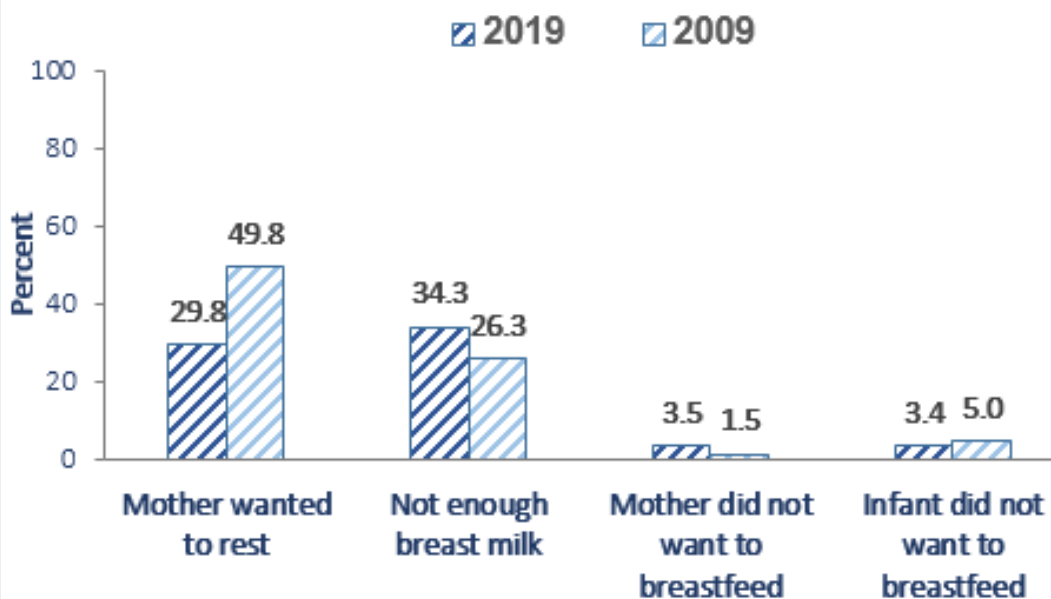


Figure 2.4.2: Main reason for feeding the infant with infant formula in the maternity ward -Arabs



מתן מוצץ Giving a pacifier

טבלה 2.5: מתן מוצץ לתינוק במחלקת היולדות לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total	ערבים Arabs		יהודים ואחרים Jews & others		
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
מתן מוצץ במחלקת היולדות Giving a pacifier in the maternity ward					
58.2	49.5	252	60.8	614	כן Yes
40.3	49.7	256	37.4	370	לא No
1.5	0.8	4	1.7	15	לא יודעת Don't know
		512		999	סך הכל Total
גיל התינוק בעת מתן מוצץ (ימים) Infant's age when first receiving a pacifier (days)					
67.8	57.6	293	71.0	703	עד 7 ימים Up to 7 days
3.9	2.7	14	4.2	42	8 ועד 21 ימים 8 to 21 days
10.8	11.8	61	10.5	102	מעל 21 ימים Above 21 days
17.5	27.9	142	14.3	140	אף פעם Never
		510		987	סך הכל Total

פרק 3

הדרכה בנושא הנקה

Chapter 3

Breastfeeding guidance

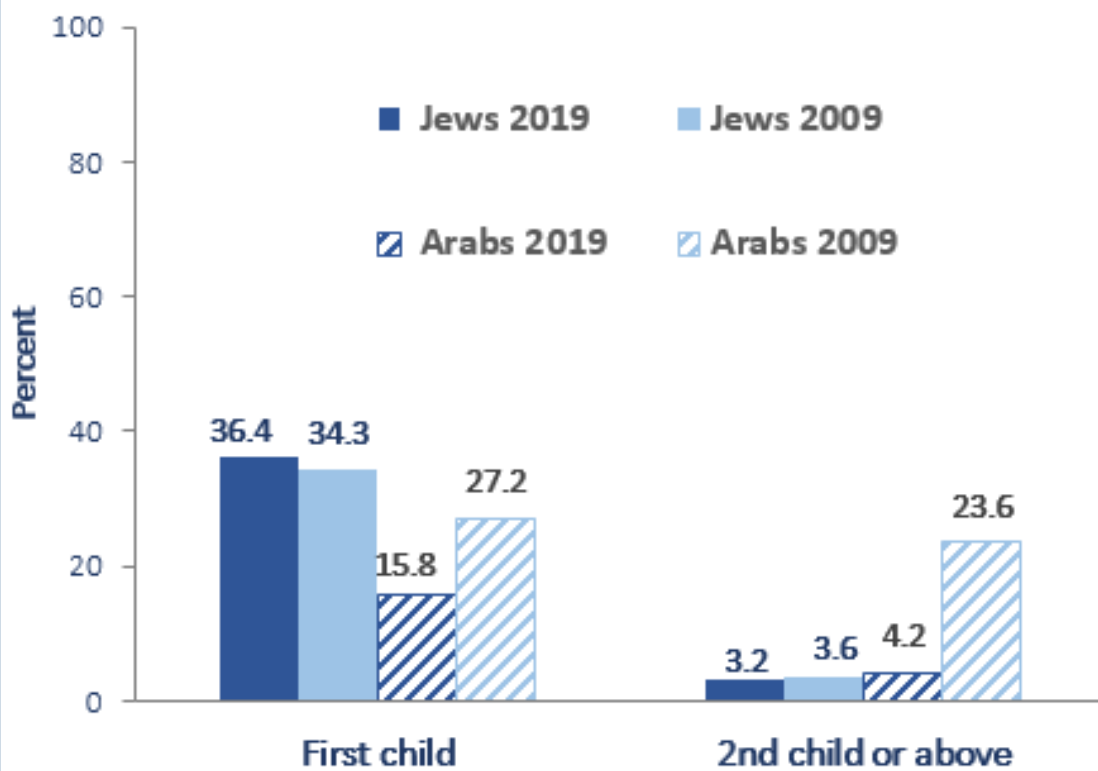
הדרכה להנקה במהלך ההיריון האחרון

Breastfeeding guidance during the recent pregnancy

טבלה 3.1: השתתפות בהדרכה להנקה מאיש מקצוע במהלך ההיריון האחרון לפי מספר הילדים במשפחה וקבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total % משוקלל weighted	ערבים Arabs		יהודים ואחרים Jews & others		מיקום הילד במשפחה The child's position in the family
	השתתפות בהדרכה להנקה במהלך ההיריון Participated in breastfeeding guidance during pregnancy				
	% משוקלל weighted	n/N	% משוקלל weighted	n/N	
32.0	15.8	23/144	36.4	116/315	ילד ראשון First child
3.4	4.2	16/366	3.2	22/685	ילד שני ומעלה 2nd child or above
12.2	7.5	39/510	13.7	138/1000	סך הכל Total N=1510

Figure 3.1.1: Participated in breastfeeding guidance during the recent pregnancy according to number of children survey 2019 compared to survey 2009



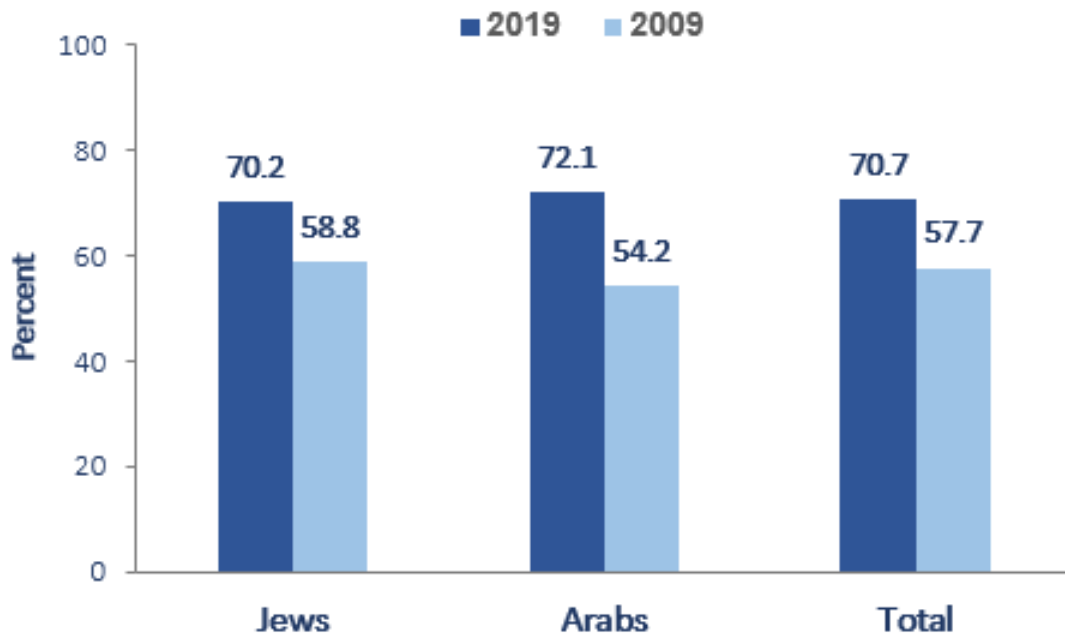
הדרכה בנושא הנקה במחלקת היולדות

Breastfeeding guidance in the maternity ward

טבלה 3.2: השתתפות בהדרכה בנושא הנקה במחלקת היולדות
לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total % משוקלל weighted	ערבים Arabs		יהודים ואחרים Jews & others		אופן ההדרכה להנקה במחלקת היולדות Manner of the breastfeeding guidance in the maternity ward
	% משוקלל weighted	n/N	% משוקלל weighted	n/N	
70.3	58.0	294/506	74.2	731/964	<u>הוצעה הדרכה פרטנית</u> Individual guidance was <u>offered</u>
58.6	56.2	287/507	59.3	575/931	<u>הוצעה הדרכה קבוצתית</u> Group guidance was <u>offered</u>
54.2	46.2	236/509	56.6	563/988	<u>השתתפות בהדרכה</u> <u>פרטנית</u> Participation in individual guidance
27.3	36.5	190/511	24.5	253/988	<u>השתתפות בהדרכה</u> <u>קבוצתית</u> Participation in group guidance
45.1	32.4	168/512	49.0	491/992	<u>השתתפות בהדרכה על</u> <u>פי בקשת האם</u> Participation in guidance upon request
70.7	72.1	370/511	70.2	700/991	<u>השתתפות בהדרכה</u> <u>כלשהי</u> Participation in any guidance

Figure 3.2.1: Participated in breastfeeding guidance in the maternity ward survey 2019 compared to survey 2009



הדרכה כלשהי בנושא הנקה במחלקת היולדות

Any Breastfeeding guidance in the maternity ward

טבלה 3.3: השתתפות בהדרכה כלשהי בנושא הנקה במחלקת היולדות לפי מספר הילדים וקבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=1502 % משוקלל weighted	ערבים Arabs n=511		יהודים ואחרים Jews & others n=991		מיקום הילד במשפחה The child's position in the family
	השתתפות בהדרכה להנקה במחלקת היולדות Participation in breastfeeding guidance in the maternity ward				
	% משוקלל weighted	n/N	% משוקלל weighted	n/N	
87.6	84.8	122/144	88.3	278/312	ילד ראשון First child
63.2	67.2	248/367	61.9	422/679	ילד שני ומעלה 2nd child or above

לא נמצא הבדל בין ההצעה להדרכה להנקה או להשתתפות בהדרכה להנקה במחלקת היולדות על פי יום בשבוע של הלידה, בקרב אימהות יהודיות וערביות.

No difference was found between the day of the week of the birth and the offering of or participation in breastfeeding guidance in the maternity ward among Jewish and Arab mothers.

סיבות לבקשת הדרכה בנושא הנקה

Reasons for requesting breastfeeding guidance

טבלה 3.4: סיבה עיקרית לבקשת הדרכה בנושא הנקה במחלקת היולדות לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=657	ערבים Arabs n=168		יהודים ואחרים Jews & others n=489		סיבה עיקרית לבקשת הדרכה להנקה במחלקת היולדות The main reason for requesting breastfeeding guidance in the maternity ward
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
32.4	38.4	65	31.1	152	זו הייתה הפעם הראשונה, לאם לא היה ניסיון בהנקה It was the first time, the mother had no breastfeeding experience
19.3	20.5	34	19.1	94	לתינוק היו קשיים עם ההנקה The infant had difficulty breastfeeding
17.9	19.0	32	17.7	89	האם לא הייתה בטוחה שהתינוק מקבל מספיק חלב אם The mother was not sure that the infant was getting enough breast milk
14.4	11.7	19	14.9	72	היו לאם כאבים The mother had pain
5.6	4.0	7	6.0	30	*לוודא שתהליך ההנקה נכון ¹ *To be sure the breastfeeding process is correct ²
4.0	4.7	8	3.8	19	*קושי של האם עם ההנקה *Mother's difficulty with breastfeeding
3.2	1.8	3	3.6	15	משקל התינוק/ת The infant's weight
3.2	-	-	3.9	18	אחר Other

¹ שתי התשובות המסומנות ב-* לא נשאלו בשאלון, קובצו מתוך תשובות הטקסט

² The 2 marked with * were not asked in the questionnaire, added from the text answers

פרק 4

הנקה

Chapter 4
Breastfeeding

המלצות משרד הבריאות להזנת התינוק על פי המדריך לאנשי מקצוע להזנת התינוק והפעוט 2020

הנקה

- ❖ הנקה היא הנורמה בהזנת תינוקות. מומלץ להתחיל להניק מיד לאחר הלידה.
- ❖ מומלצת הנקה בלעדית (הנקה ללא תוספת מזון או נוזלים) עד סביבות גיל 6 חודשים, והמשך הנקה בתוספת מזון משלים, לפחות עד גיל שנה ואף יותר מכך, וכל עוד ההנקה מתאימה לאם ולתינוק.
- ❖ ההנקה אינה מומלצת במקרים נדירים, במקרים הללו אנשי מקצוע ימליצו על הזנה חלופית.

[למעבר לאתר משרד הבריאות: המלצות להזנת התינוק](#)

The Ministry of Health's recommendations for infant feeding

According to the infant and toddler feeding guide for professionals 2020

Breastfeeding

- ❖ Breastfeeding is the norm in infant feeding. It's recommended to start breastfeeding immediately after birth.
- ❖ Exclusive breastfeeding (breastfeeding without additional food or liquids) is recommended until around 6 months of age, and continued breastfeeding with the addition of complementary food, at least until the age of 12 months or even more, as long as breastfeeding suits the mother and baby.
- ❖ In rare cases, breastfeeding is not recommended. In these cases professionals will recommend alternative feeding options.

[To the Ministry of health's website: recommendations for infant feeding](#)

כוונה להניק במהלך ההיריון

Intention to breastfeed during pregnancy

טבלה 4.1: כוונה להניק לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total % משוקלל weighted	ערבים Arabs		יהודים ואחרים Jews & others		
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
כוונת האם להניק במהלך ההיריון Mother's intention to breastfeed during pregnancy					
90.1	94.8	486	88.7	894	כן Yes
7.1	4.4	22	7.9	73	לא No
2.9	0.8	4	3.5	34	לא בטוחה/התלבטה Not sure/undecided
		512		1001	סך הכל Total
סיבה עיקרית לאי כוונה להניק Main reason for not intending to breastfeed					
40.0	27.1	7	41.8	41	לא התחברה להנקה Didn't feel connected to breastfeeding
34.3	42.1	11	33.2	35	חוסר הצלחה בהנקה בעבר Lack of success in the past
9.4	19.2	5	8.0	10	קושי להניק Difficult to breastfeed
16.3	11.7	3	16.9	20	אחר Other
		26		106	סך הכל Total

הנקה בלעדית Exclusive breastfeeding

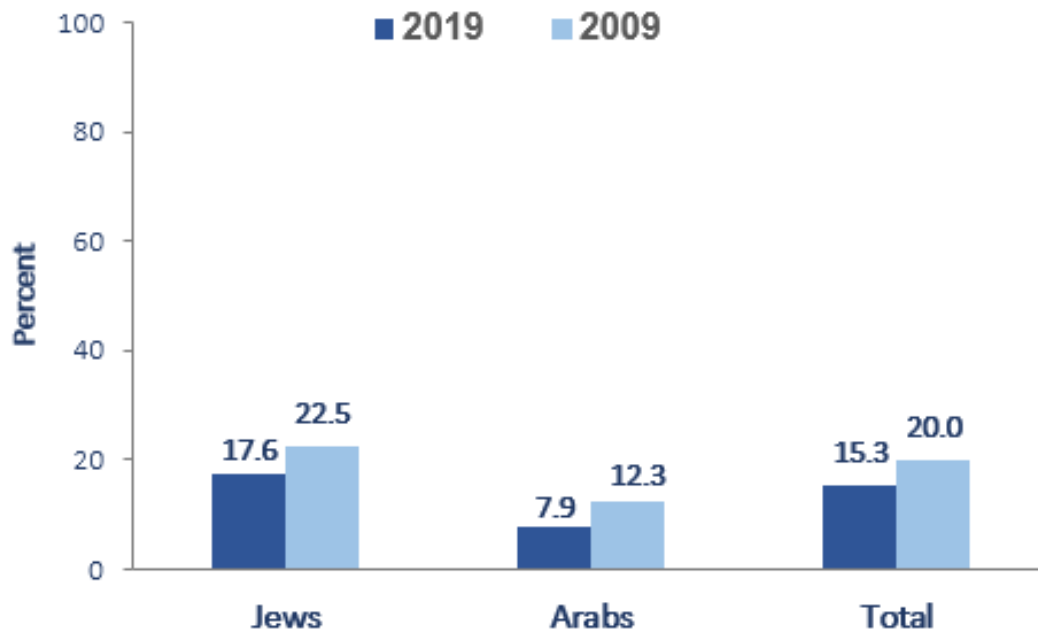
טבלה 4.2: אחוז התינוקות שינקו הנקה בלעדית (חודשים) לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=1507	ערבים Arabs n=510		יהודים ואחרים Jews & others n=997		משך הנקה בלעדית (חודשים) Exclusive breastfeeding duration (months)
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
36.7	45.7	233	34.0	333	לא ינק בלעדית כלל ¹ Did not breastfeed exclusively at all ²
9.4	11.2	57	8.8	77	פחות מחודשיים Less than 2 months
9.8	13.8	70	8.5	86	חודשיים עד פחות מ-4 חודשים 2 to less than 4 months
28.8	21.3	110	31.1	312	4 עד פחות מ-6 חודשים 4 to less than 6 months
אחוז התינוקות שינקו הנקה בלעדית בהתאם להמלצות Percentage of infants exclusively breastfed according to recommendations					
15.3	7.9	40	17.6	189	6 חודשים ומעלה 6 months and over

¹ כולל את התינוקות שלא ינקו כלל

² Including infants who were not breastfed at all

**Figure 4.2.1: Exclusive breastfeeding
6 months and above
survey 2019 compared to survey 2009**

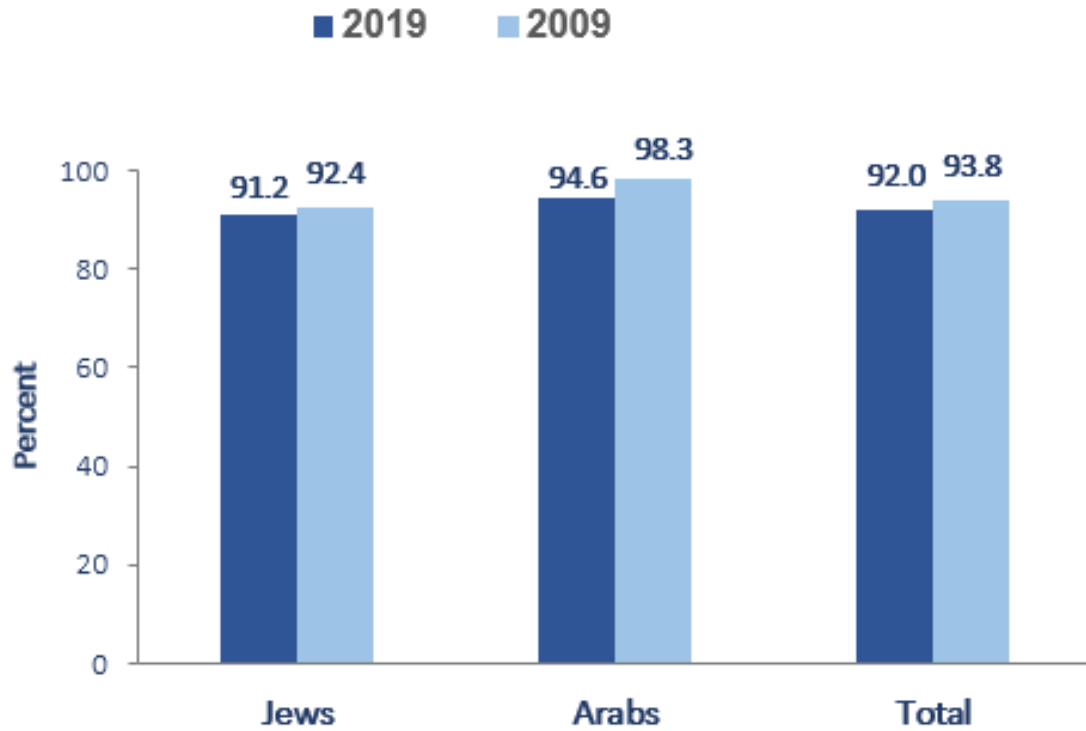


שיעורי הנקה Rates of breastfeeding

טבלה 4.3: אחוז התינוקות שינקו אי פעם ואופן ההנקה לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total % משוקלל weighted	ערבים Arabs		יהודים ואחרים Jews & others		
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
ינק אי פעם Ever breastfed					
92.0	94.6	484	91.2	918	כן Yes
8.0	5.4	28	8.8	84	לא No
אופן ההנקה Method of breastfeeding					
70.5	73.4	202	69.7	463	ישירה מהשד Direct from the breast
24.5	20.7	59	25.5	171	לרוב הנקה ישירה עם חלב אם שאוב מידי פעם Usually direct breastfeeding, occasionally expressed breast milk
4.2	5.9	16	3.8	23	בעיקר חלב אם שאוב Mainly expressed breast milk
0.8	1.0	-	1.0	7	אחר Other
941		277		664	סך הכל Total

**Figure 4.3.1: Ever breastfed
survey 2019 compared to survey 2009**



שיעורי הנקה משולבת Mixed breastfeeding

טבלה 4.4: שיעורי הנקה משולבת (הנקה בשילוב תמ"ל ו/או מזון)
עד גיל 6 חודשים לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=1402	ערבים Arabs n=484		יהודים ואחרים Jews & others n=918		הנקה משולבת עד גיל 6 חודשים Mixed breastfeeding under 6 months ¹
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
35.6	50.0	239	31.0	278	כן Yes
64.4	50.0	239	69.0	626	לא ² No ³

¹ Feeding infant formula and/or food in addition to breast milk

² כולל תינוקות שינקו בלעדית מעל 6 חודשים (עם או ללא תוספת תמ"ל/מזון לאחר 6 חודשים) או תינוקות שינקו בלעדית, גם אם פחות מ-6 חודשים, ולאחר מכן צרכו תמ"ל/מזון מבלי שנחשפו להנקה בשילוב עם תמ"ל/מזון.

³ Including infants who were exclusively breastfed for more than 6 months (with or without the addition of formula/food after 6 months) or infants who were exclusively breastfed, even if for less than 6 months, following that, food/formula was added, there was no mixed breastfeeding.

משך ההנקה Breastfeeding duration

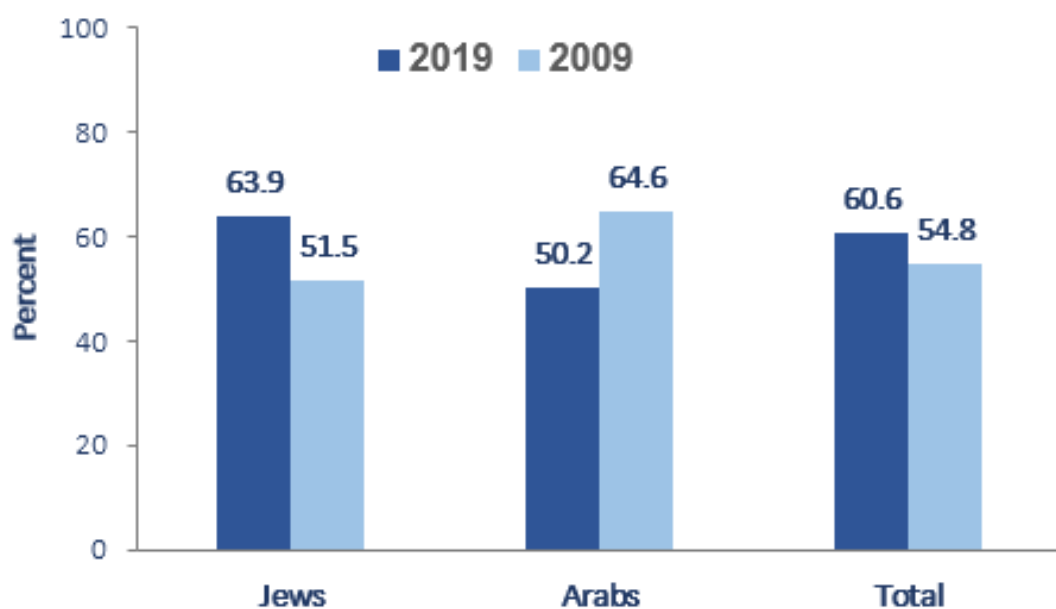
טבלה 4.5: גיל התינוק בעת הפסקת ההנקה לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=1382	ערבים Arabs n=478		יהודים ואחרים Jews & others n=904		משך ההנקה (חודשים) Breastfeeding duration (months)
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
14.5	17.2	83	13.6	116	פחות מחודשיים Less than 2 months
13.1	19.4	92	11.1	95	חודשיים עד פחות מ-4 חודשים 2 to less than 4 months
11.8	13.2	64	11.4	98	4 עד פחות מ-6 חודשים 4 to less than 6 months
15.7	12.9	67	16.6	153	6 עד פחות מ-9 חודשים 6 to less than 9 months
44.9	37.3	172	47.3	442	9 חודשים או יותר 9 months or more
ממוצע (סטיית תקן) Mean (SD) N=839	ממוצע (סטיית תקן) Mean (SD)	n	ממוצע (סטיית תקן) Mean (SD)	n	משך הנקה ממוצע ¹ Average breastfeeding ²
4.3 (2.9)	3.8 (2.7)	321	4.5 (3.0)	518	חודשים Months

¹ נכון למועד הריאיון, 543 תינוקות עדיין ינקו

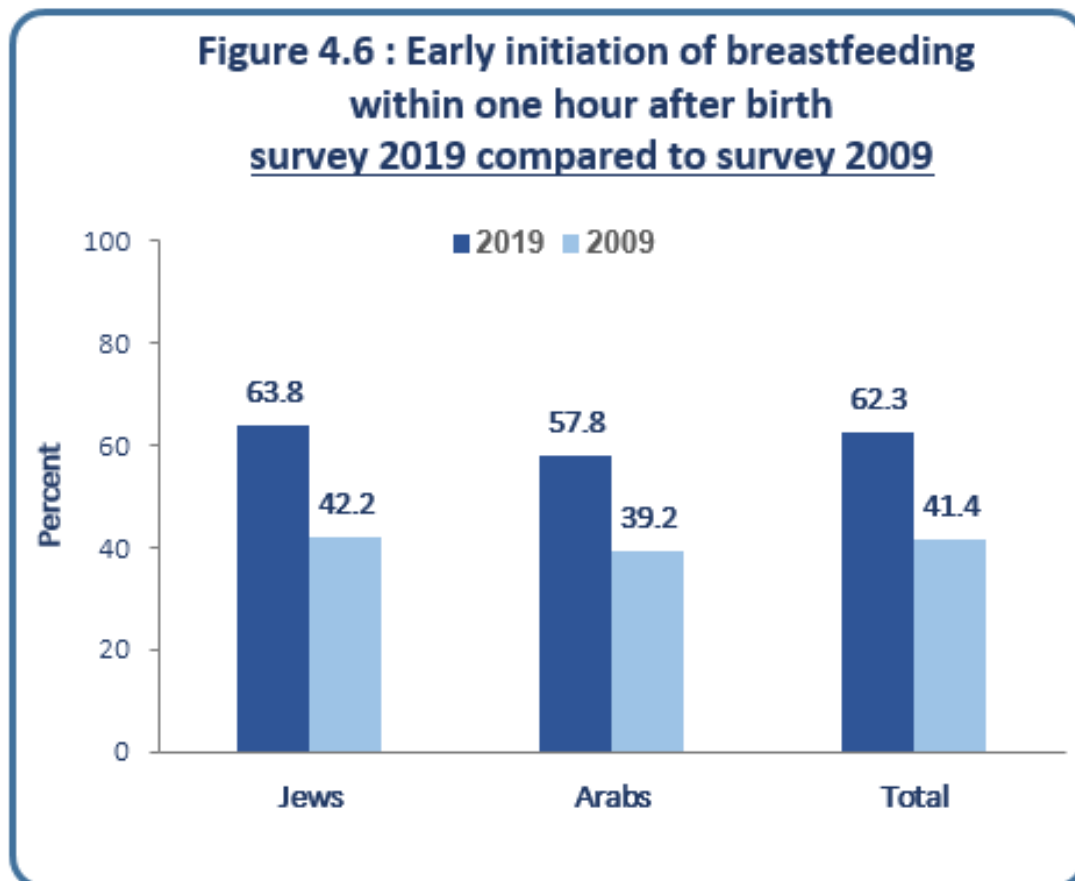
² As of the date of the interview, 543 infants were still breastfeeding

**Figure 4.5.1: Breastfeeding duration
6 months and more
survey 2019 compared to survey 2009**



ניסיון הנקה מיד לאחר הלידה Early initiation of breastfeeding immediately after birth

ניסיון הנקה מיד לאחר הלידה לפי קבוצת אוכלוסייה



סיבות לאי הנקה בחדר הלידה

Reasons for not breastfeeding in the delivery room

טבלה 4.7: סיבות לאי הנקה בחדר הלידה לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=564	ערבים Arabs n=214		יהודים ואחרים Jews & others n=350		סיבות לאי הנקה בשעה הראשונה לאחר הלידה Reasons for not breastfeeding within one hour after birth
	% משוקלל % weighted	n	% משוקלל % weighted	n	
32.1	27.3	59	33.8	116	לא התאפשר להניק, כי האם לאחר ניתוח קיסרי Wasn't able to breastfeed since the mother had a Caesarean section
18.1	25.1	53	15.6	58	לא הוצע ע"י הצוות בחדר הלידה The delivery room staff didn't suggest it
15.9	14.6	31	16.4	56	חוסר רצון להניק Reluctance to breastfeed
12.9	8.0	17	14.7	54	לא התאפשר להניק מסיבה רפואית הקשורה בתינוק Mother wasn't able to breastfeed since the infant had a medical problem
11.1	14.8	32	9.8	35	לא התאפשר להניק מסיבה רפואית הקשורה באם, לא כולל ניתוח קיסרי Wasn't able to breastfeed since the mother had a medical problem, not including a Caesarean section
8.5	10.3	22	7.9	24	*הרגשה לא טובה של האם לאחר הלידה ¹ *Mother didn't feel well after the birth ²
1.5	-	-	2.0	7	אחר Other

¹ לא נשאל בשאלון, קובץ מתוך תשובות הטקסט

² Was not asked in the questionnaire, added from the text answers

Figure 4.7.1: Reasons for not breastfeeding in the delivery room - Jews survey 2019 compared to survey 2009

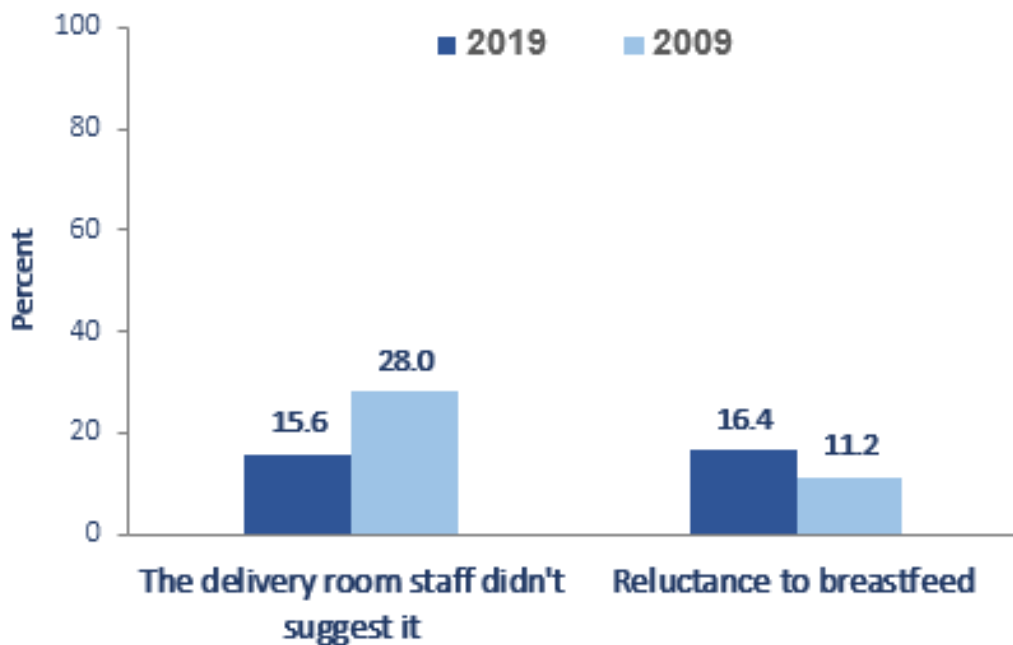
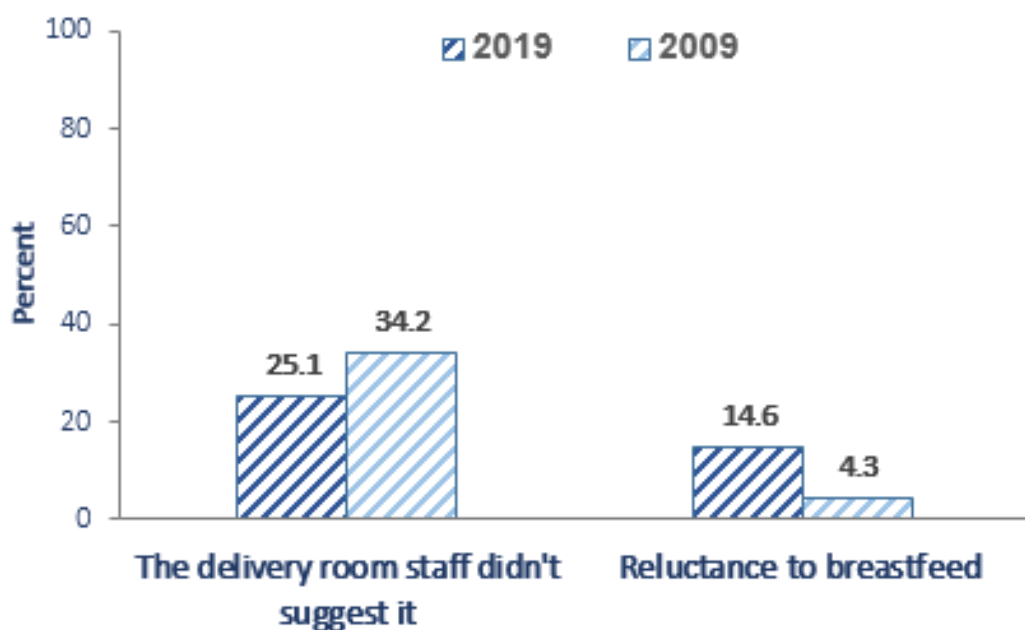


Figure 4.7.2: Reasons for not breastfeeding in the delivery room - Arabs survey 2019 compared to survey 2009



הזנה בתמ"ל במחלקת היולדות על פי

משך הנקה – יהודים ואחרים

Infant formula feeding in the maternity ward by breastfeeding duration – Jews & others

טבלה 4.8.1: הזנה בתמ"ל במחלקת היולדות על פי משך הנקה –יהודים ואחרים

יהודים ואחרים Jews & others n=978				
הזנה בתמ"ל במחלקת היולדות Infant formula feeding in the maternity ward				
לא No n=227		כן Yes n=751		משך ההנקה Breastfeeding duration
% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
---	---	11.4	83	ללא הנקה No breastfeeding
3.6	8	15.0	108	פחות מחודשיים Less than 2 months
4.9	10	11.7	85	חודשיים עד פחות מ-4 חודשים 2 to less than 4 months
9.1	19	10.8	79	4 עד פחות מ-6 חודשים 4 to less than 6 months
16.7	39	14.7	112	6 עד פחות מ-9 חודשים 6 to less than 9 months
65.7	151	36.3	284	9 חודשים או יותר 9 months or more

הזנה בתמ"ל במחלקת היולדות על פי

משך הנקה - ערבים

Infant formula feeding in the maternity ward by breastfeeding duration - Arabs

טבלה 4.8.2: הזנה בתמ"ל במחלקת היולדות על פי משך הנקה - ערבים

ערבים Arabs n=502				
הזנה בתמ"ל במחלקת היולדות Infant formula feeding in the maternity ward				
לא No n=66		כן Yes n=436		משך ההנקה Breastfeeding duration
% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
---	---	6.4	28	ללא הנקה No breastfeeding
8.7	6	17.3	76	פחות מחודשיים Less than 2 months
12.4	8	19.4	84	חודשיים עד פחות מ-4 חודשים 2 to less than 4 months
7.3	5	13.2	58	4 עד פחות מ-6 חודשים 4 to less than 6 months
16.9	11	11.6	50	6 עד פחות מ-9 חודשים 6 to less than 9 months
54.7	36	32.2	140	9 חודשים או יותר 9 months or more

סיבות להפסקת הנקה

Reasons for discontinuing breastfeeding

טבלה 4.9: סיבות להפסקת הנקה לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total % משוקלל weighted	ערבים Arabs		יהודים ואחרים Jews & others		סיבות להפסקת הנקה ¹ Reasons for discontinuing breastfeeding ²
	% משוקלל weighted	n/N	% משוקלל weighted	n/N	
54.4	57.5	182/317	53.4	278/513	לא היה לאם מספיק חלב Mother did not have enough milk
38.3	28.9	93/319	41.6	207/513	רצון האם להפסיק Mother wanted to stop
32.7	46.4	147/318	27.8	148/513	התינוק/ת גמל/ה את עצמו/ה, ולא רצה/רצתה לינוק Because the infant weaned himself/herself, and did not want to breastfeed
27.5	24.0	76/317	28.7	145/514	כאבים ו/או קשיים בהנקה Pain and / or difficulty breastfeeding
25.4	29.9	94/316	23.8	123/513	בגלל עייפות של האם Because of mother's fatigue
24.6	12.3	39/318	29.1	152/513	חזרה לעבודה או ללימודים Because you went back to work or studies
16.0	17.0	51/306	15.6	78/514	טיפול בילדים האחרים Because of the need to take care of your other children
14.5	15.2	30/203	14.2	38/264	מחלה או אשפוז של האם או של התינוק/ת Because of mother's or infant's illness or hospitalization
5.8	5.9	19/319	5.8	28/516	הריון נוסף Another pregnancy
4.9	3.5	11/318	5.4	30/512	המלצת איש מקצוע Because a professional advised you to stop
2.3	3.2	10/318	2.0	10/512	אחר Other

¹ האימהות נשאלו על כל סעיף בשאלה נפרדת. בטבלה מוצגים הנתונים עבור האימהות שהשיבו בחיוב.

² Mothers were asked about each item separately. Positive responses are presented in the table.

הנקה בעבר

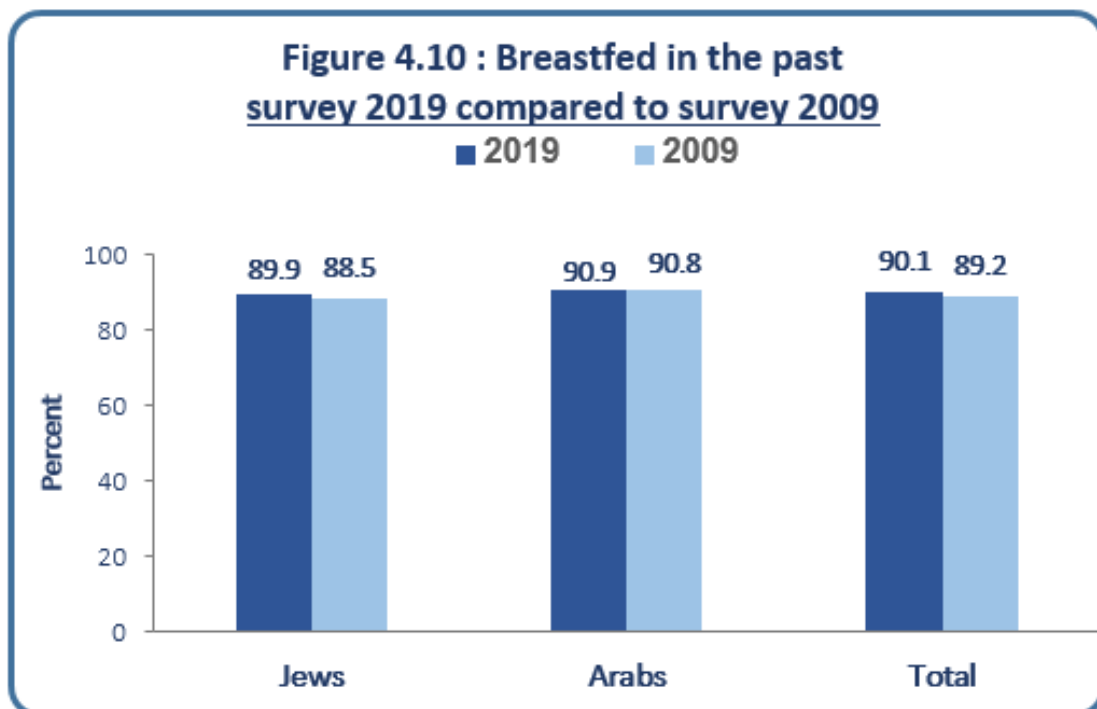
Breastfeeding in the past

בקרב אימהות שזהו ילדם השני ומעלה, 89.9% מהאימהות היהודיות (N=694) ו-90.9% מהאימהות הערביות (N=370) דיווחו על הנקה בעבר (בקרב כלל האימהות, 90.1%).

בקרב אימהות שזהו ילדם השני ומעלה, 80.0% מהאימהות היהודיות (N=629) ו-89.4% מהאימהות הערביות (N=333) דיווחו שההנקה בעבר הייתה לרוב חוויה חיובית (בקרב כלל האימהות, 82.2%).

Among mothers that this is their second child or more, 89.9% of Jewish mothers (N=694) and 90.9% of Arab mothers (N=370) reported breastfeeding in the past (90.1% of all mothers).

Among mothers that this is their second child or more, 80.0% of Jewish mothers (N=629) and 89.4% of Arab mothers (N=333) reported, that breastfeeding in the past was mostly a positive experience (82.2% of all mothers).



כאבים בשד Breast Pain

בתקופת ההנקה 69.6% מהאימהות היהודיות ו-59.1% מהאימהות הערביות דיווחו על כאבים בשד הקשורים להנקה (בקרוב כלל האימהות, 67.1%).

מתוכם, 59.4% מהאימהות היהודיות ו-58.1% מהאימהות הערביות, פנו לעזרה (יועצת הנקה, רופא, אחות, בו משפחה או חברה, ארגון תמיכה בהנקה) בנושא הכאבים (בקרוב כלל האימהות, 59.1%).

During the breastfeeding period, 69.6% of Jewish mothers and 59.1% of Arab mothers reported breastfeeding-related breast pain (67.1% of all mothers).

Among these, 59.4% of Jewish mothers and 58.1% of Arab mothers sought help (lactation counsellor, physician, nurse, family member or friend, breastfeeding support organization) related to their pain (59.1% of all mothers).

טבלה 4.11: השפעת הכאב בשד על ההנקה לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=277	ערבים Arabs n=89		יהודים ואחרים Jews & others n=188		השפעת הכאב בשד על ההנקה ¹ The effect of breast pain on breastfeeding ²
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
67.4	75.3	67	65.1	120	המשך הנקה כקודם Continued breastfeeding as before
11.8	11.4	10	11.9	22	המשך הנקה בשילוב פורמולה Continued breastfeeding in combination with infant formula
17.3	12.3	11	18.8	38	שאיבת חלב זמנית או קבועה Temporarily or permanently expressed breast milk
2.6	1.1	1	3.1	6	הפסקת הנקה Stopped breastfeeding
1.0	-	-	1.2	2	אחר Other

¹ בקרב האימהות שפנו לעזרה בנושא הכאבים בשד

² Among the mothers who sought help regarding breast pain

פרק 5
הנקה ויציאה
לעבודה/לימודים

Chapter 5
Breastfeeding and
work/studies

גיל התינוק בעת יציאת האם לעבודה/לימודים

Infant's age at mother's return to work/studies

טבלה 5.1: גיל התינוק בעת יציאת האם לעבודה/לימודים
לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=851	ערבים Arabs n=174		יהודים ואחרים Jews & others n=677		גיל התינוק (חודשים) ¹ Infant's age (months) ²
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
7.2	7.1	12	7.2	46	פחות מ-3 חודשים Less than 3 months
51.2	53.4	93	50.9	353	3 עד פחות מ-6 חודשים 3 to less than 6 months
41.6	39.5	69	42.0	278	6 חודשים ומעלה 6 months and above

¹ רק עבור אימהות שדיווחו שהן עובדות או לומדות

² Only for mothers who reported that they are working or studying

המשך הנקה לאחר היציאה לעבודה/לימודים Continued breastfeeding after returning to work/studies

טבלה 5.2: המשך הנקה לאחר היציאה לעבודה/לימודים לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total % משוקלל weighted	ערבים Arabs		יהודים ואחרים Jews & others		
	% משוקלל weighted	n/N	% משוקלל weighted	n/N	
המשך הנקה כשהתחילה או חזרה לעבודה/לימודים Continued breastfeeding after starting or returning to work/studies					
65.1	56.6	95/168	66.4	422/625	כן Yes
הנקה או שאיבת חלב אם בזמן שהות בעבודה/לימודים¹ Breastfeeding while at work/studies²					
67.4	20.5	17/79	73.8	263/355	כן Yes

¹ בקרב אימהות שעבדו מחוץ לבית והמשיכו להניק או לשאוב חלב אם לאחר החזרה לעבודה
² Among the mothers who worked away from home and continued to breastfeed or express breast milk after returning to work

תנאים במקום העבודה המאפשרים הנקה או שאיבת חלב אם

Conditions at work that enable breastfeeding or expressing breast milk

טבלה 5.3: תנאים במקום העבודה המאפשרים הנקה או שאיבת חלב אם
לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total % משוקלל % weighted	ערבים Arabs		יהודים ואחרים Jews & others		תנאים במקום העבודה/לימודים המאפשרים הנקה או שאיבת חלב אם ¹ Conditions at work that enable breastfeeding or expressing breast milk ²	
	% משוקלל % weighted	n/N	% משוקלל % weighted	n/N		
0.9	3.9	6/155	0.5	3/589	תנאים להנקה Conditions enabling breastfeeding	כן Yes
28.7	10.1	16/155	31.6	192/589	תנאים לשאיבת חלב אם Conditions enabling expressing breast milk	
27.2	26.9	42/155	27.2	161/589	תנאים גם להנקה וגם לשאיבת חלב אם Conditions enabling breastfeeding and expressing breast milk	
31.5	51.8	80/155	28.3	162/589	לא, אין תנאים המאפשרים להניק או לשאוב חלב אם No conditions enabling breastfeeding or expressing breast milk	
11.7	7.4	11/155	12.4	71/589	לא יודעת, לא בדקתי I don't know, I haven't checked	
סוג התנאים במקום העבודה המאפשרים הנקה או שאיבת חלב אם³ Specific conditions at work that enable breastfeeding or expressing breast milk⁴						
61.2	63.8	40/62	60.9	206/345	חדר נפרד A separate room	
55.0	67.3	43/58	53.7	193/328	הקצאת זמן ⁵ Time allocation ⁶	

¹ בקרב אימהות אשר ענו שהן עובדות או לומדות מחוץ לבית.

² Among mothers who answered that they work or study away from home.

³ האימהות נשאלו על כל סעיף בשאלה נפרדת. מוצגים הנתונים עבור האימהות שהשיבו בחיוב.

⁴ Mothers were asked about each item separately. Positive responses are presented.

⁵ 6.6% מהאימהות ענו "לא יודעת/לא זוכרת".

⁶ 6.6% of the mothers answered "do not know / do not remember".

Figure 5.3.1: Conditions at work that enable breastfeeding - Jews survey 2019 compared to survey 2009

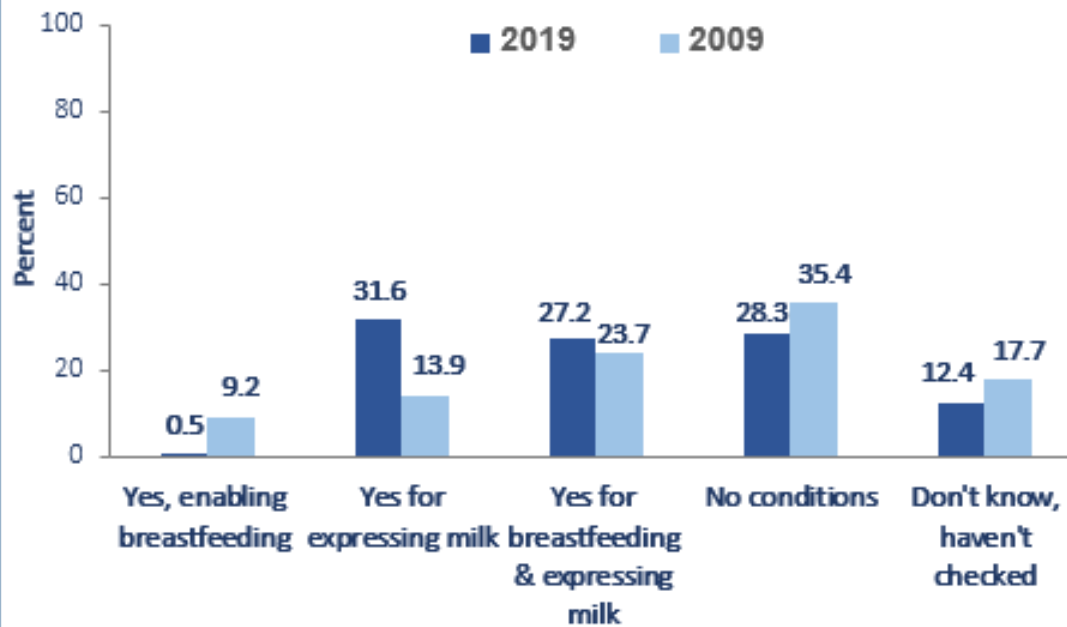
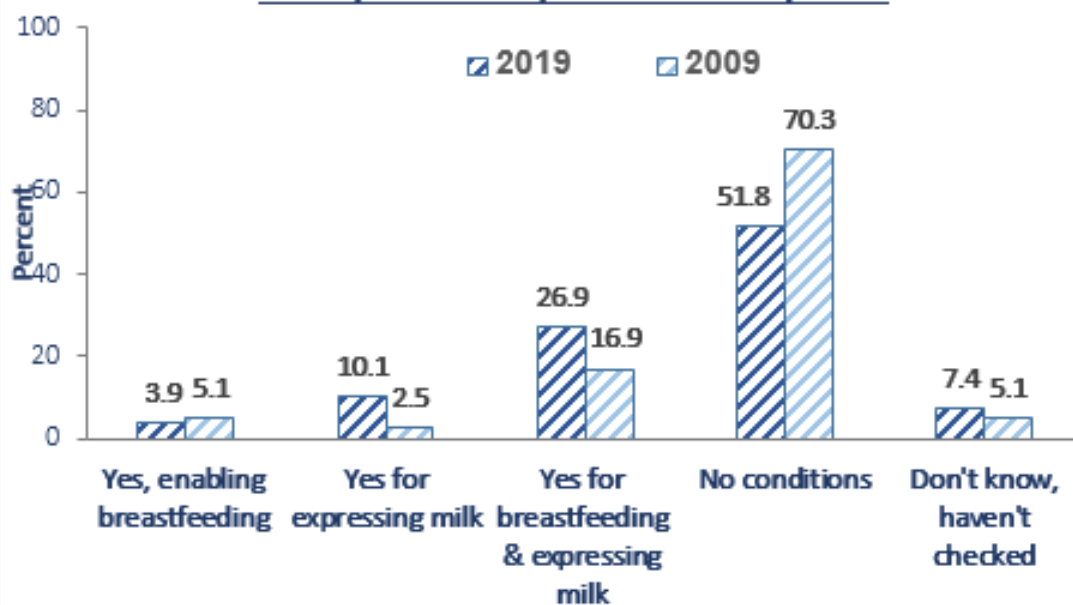
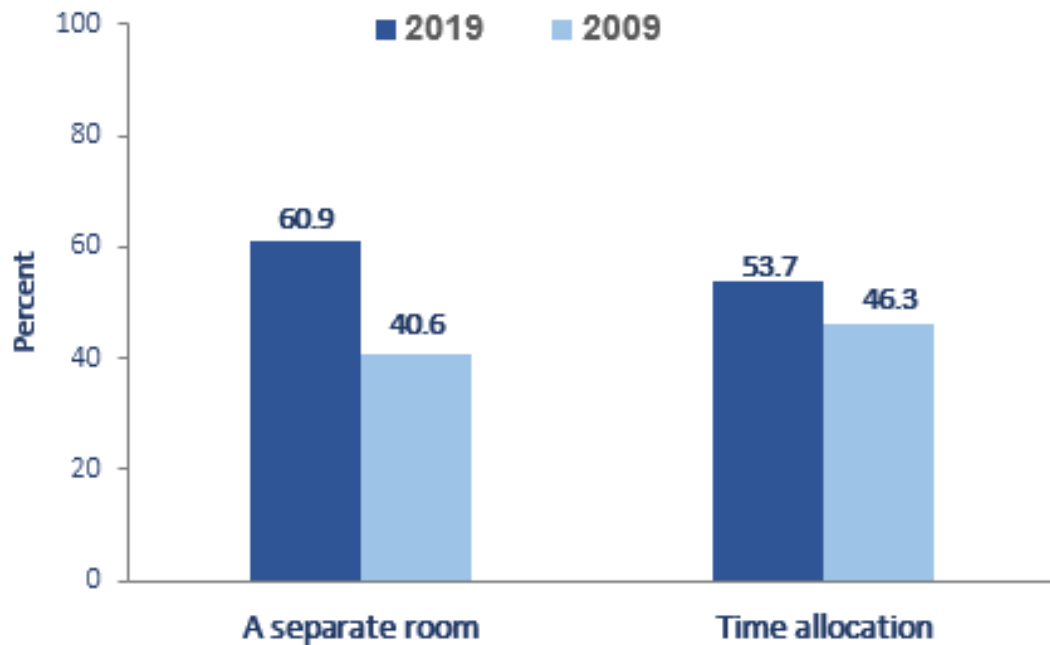


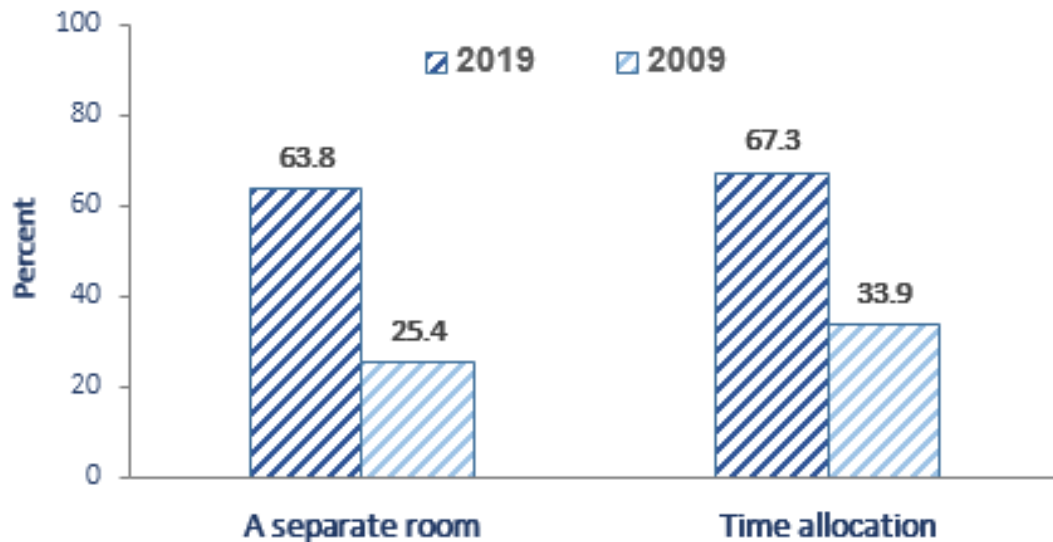
Figure 5.3.2: Conditions at work that enable breastfeeding - Arabs survey 2019 compared to survey 2009



**Figure 5.3.3: Specific conditions at work that enable breastfeeding - Jews
survey 2019 compared to survey 2009**



**Figure 5.3.4: Specific conditions at work that enable breastfeeding - Arabs
survey 2019 compared to survey 2009**



פרק 6
שימוש בתרכובת מזון
לתינוקות (תמ"ל)

Chapter 6
Use of infant formula

המלצות משרד הבריאות להזנת התינוק על פי המדריך לאנשי מקצוע להזנת התינוק והפעוט 2020

תרכובות מזון לתינוקות (תמ"ל)

- ❖ תמ"ל יינתנו לתינוקות המקבלים הנקה חלקית או שאינם יונקים כלל.
- ❖ מגיל שנה ואילך לא נדרש תמ"ל כאשר הפעוט אוכל תפריט משפחתי בריא ומאוזן וגדל בצורה תקינה.
- ❖ יש לבחור בתמ"ל על בסיס חלבון חלב פרה מועשר בברזל, פרט למקרים בהם קיימת התוויה רפואית לסוגי תמ"ל אחרים.

[למעבר לאתר משרד הבריאות: המלצות להזנת התינוק](#)

The Ministry of Health's recommendations for infant feeding

According to the infant and toddler
feeding guide for professionals 2020

Infant Formulae

- ❖ Infant formulae will be given to infants who are partially breastfed or who are not breastfed at all.
- ❖ From the age of one year onwards, no infant formulae is required if the toddler eats a healthy and balanced family menu and grows normally.
- ❖ One should choose an infant formula based on cow's milk protein enriched with iron, except in cases where there is a medical indication for other types of infant formula

[To the Ministry of health's website: recommendations for infant feeding](#)

הזנה בתמ"ל

Feeding infant formula

טבלה 6.1: הזנה בתמ"ל לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=1506	ערבים Arabs n=510		יהודים ואחרים Jews & others n=996		הזנה בתמ"ל מאז ההגעה הביתה מבית היולדות Feeding infant formula since arriving home from the maternity ward
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
76.7	83.4	426	74.6	736	כן, באופן קבוע Yes, on a regular basis
7.2	4.2	21	8.2	82	כן, מידי פעם Yes, occasionally
9.5	4.8	24	11.0	117	לא, אף פעם No, never
6.5	7.7	39	6.2	61	לא, רק במהלך אשפוז הלידה בבית היולדות No, only in the maternity ward

גיל בעת התחלת הזנה בתמ"ל באופן קבוע

Age of onset of feeding infant formula regularly

טבלה 6.2: גיל בעת צריכת תמ"ל באופן קבוע לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=1083	ערבים Arabs n=411		יהודים ואחרים Jews & others n=672		גיל התינוק (חודשים) Age of infant (months)
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
47.1	52.5	215	45.2	297	0 עד פחות מחודש 0 to less than 1 month
13.1	14.8	61	12.5	82	1 עד פחות מ-3 חודשים 1 to less than 3 months
19.8	19.2	78	20.0	135	3 עד פחות מ-6 חודשים 3 to less than 6 months
20.0	13.6	57	22.3	158	6 חודשים ומעלה 6 months and above

הוספת תמ"ל להנקה

Adding Infant formula to breastfeeding

בתקופת ההנקה, ל-23.1% מהאימהות היהודיות ול-18.7% מהאימהות הערביות הומלץ על ידי איש מקצוע להוסיף תמ"ל להזנת התינוק (לכלל האימהות, 22.0%).

During the breastfeeding period, a medical professional recommended to 23.1% of the Jewish mothers and to 18.7% of the Arab mothers (for all mothers 22.0%) to add infant formula to breastfeeding.

הגורם הרפואי המקצועי שהמליץ על תוספת תמ"ל להנקה

The medical professional who recommended an addition of infant formula to breastfeeding

טבלה 6.3: הגורם הרפואי המקצועי שהמליץ על תוספת תמ"ל להנקה לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=387	ערבים Arabs n=104		יהודים ואחרים Jews & others n=283		הגורם המקצועי שהמליץ על תוספת תמ"ל להנקה The medical professional who recommended an addition of infant formula to breastfeeding
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
25.0	21.0	21	25.9	70	רופא/אחות במחלקת יולדות Doctor/nurse in the maternity ward
16.5	15.6	16	16.7	50	רופא/אחות בקופת חולים Doctor/nurse at the HMO
37.4	47.9	51	35.2	103	רופא/אחות בטיפת חלב Doctor/nurse at the 'Well- baby center'
6.1	1.0	1	7.2	22	יועצת הנקה Lactation counselor
4.1	10.6	11	2.7	9	אחר Other

טבלה 6.4: סיבה עיקרית להוספת תמ"ל להנקה לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=292	ערבים Arabs n=87		יהודים ואחרים Jews & others n=205		סיבה עיקרית להוספת תמ"ל להנקה Main reason for adding infant formula to breastfeeding
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
57.8	55.8	49	58.3	119	התינוק/ת לא עלה/עלתה מספיק במשקל The infant didn't gain enough weight
21.0	23.6	20	20.4	42	*לא היה מספיק חלב/ התינוק לא היה שבע או לא רגוע ¹ *There was not enough milk / The infant was not satiated or calm ²
11.2	8.1	7	12.0	22	*בגלל צהבת או רפלוקס של התינוק *Because of the baby's jaundice or reflux
4.0	3.7	3	4.1	9	*קשיים בהנקה לאם או לתינוק *Breastfeeding difficulties for mother or baby
6.0	8.7	8	5.2	13	אחר Other

¹ שלושת המסומנים ב-* לא נשאלו בשאלון, קובצו מתוך תשובות הטקסט

² The three marked with * were not asked in the questionnaire, added from the text answers

סוג התמ"ל הנאכל

Type of infant formula eaten

טבלה 6.5: סוג התמ"ל הנאכל לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=1241	ערבים Arabs n=437		יהודים ואחרים Jews & others n=804		הסוג העיקרי של התמ"ל הנאכל Main type of infant formula eaten
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
93.7	95.0	414	93.3	753	תמ"ל על בסיס חלבי Dairy infant formula
5.8	4.8	22	6.1	46	תמ"ל על בסיס צמחי Plant based infant formula
0.5	0.2	1	0.6	5	אחר Other

סיבה עיקרית לבחירת תמ"ל צמחי

Main reason for choosing a non-dairy infant formula

טבלה 6.6: סיבה עיקרית לבחירת תמ"ל צמחי לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=64	ערביות Arabs n=19		יהודים ואחרים Jews & others n=45		סיבה עיקרית לבחירת תמ"ל צמחי Main reason for choosing a non-dairy infant formula
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
22.7	16.0	3	24.2	11	אלרגיה לחלב פרה Allergy to cow's milk
37.9	57.9	11	33.5	16	רגישות לחלב פרה או הרגשה לא טובה Sensitivity to cow's milk or feeling unwell
4.4	-	-	5.4	1	טעמי כשרות Kosher reasons
35.0	26.1	5	36.9	17	אחר Other

16.9% מהאימהות היהודיות ו-19.7% מהאימהות הערביות דיווחו כי התינוק אכל אי פעם תמ"ל מסוג קומפורט⁸ (17.6% מכלל האימהות).

16.9% of the Jewish mothers and 19.7% of the Arab mothers reported that the infant has ever eaten Comfort infant formula⁹ (17.6% of all mothers).

⁸ תמ"ל המיועד להפחית אי נוחות במערכת העיכול

⁹ An infant formula intended to reduce discomfort in the digestive system

פרק 7
– הזנת התינוק –
התנהגויות אכילה

Chapter 7
Infant feeding -
Eating behaviors

המלצות משרד הבריאות להזנת התינוק על פי המדריך לאנשי מקצוע להזנת התינוק והפעוט 2020

מזונות משלימים להנקה ולהזנה בתמ"ל

- ❖ מזונות משלימים הם מזונות הניתנים לתינוקות החל מגיל שישה חודשים כהשלמה לחלב אם או לתרכובות מזון.
- ❖ מזונות משלימים ניתנים בשלב שחלב האם אינו עונה על הדרישות התזונתיות של התינוק. הם נחוצים הן מבחינה תזונתית והן מבחינה התפתחותית, ומהווים שלב חשוב במעבר הדרגתי מהזנה בחלב אם בלבד לתזונה המבוססת על התפריט המשפחתי.
- ❖ תדירות מומלצת – 2-3 פעמים ביום עד גיל 8 חודשים, ומגיל 9-11 חודשים 3-4 פעמים ביום.
- ❖ יש לתת מזון טבעי וביתי ולהימנע ככל הניתן מהגשת מזון מעובד, מתועש וארוז.
- ❖ חשוב לכבד את העדפותיו של התינוק.

למעבר לאתר משרד הבריאות: נייר עמדה בנושא מזונות משלימים

The Ministry of Health's recommendations for infant feeding

According to the infant and toddler feeding guide
for professionals 2020

Complementary foods for breastfeeding and for infant formula feeding

- ❖ Complementary foods are foods given to infants starting at the age of six months as a supplement to breast milk or infant formula.
- ❖ Complementary foods are given at the stage when the mother's milk does not meet the nutritional requirements of the infant. They are required both on the nutritional and developmental aspect, and are an important step in the gradual transition from feeding with breast milk only to a diet based on the family menu.
- ❖ Recommended frequency - 2-3 times a day until the age of 8 months, and from the age of 9-11 months 3-4 times a day.
- ❖ One should give natural, homemade food and avoid as much as possible serving processed, manufactured and packaged foods.
- ❖ It is important to respect the preferences of the baby.

[To the Ministry of health's website: recommendations for infant feeding](#)

תזמון האכלת התינוק בחודשים הראשונים

Feeding the infant during the first months

טבלה 7.1: תזמון האכלת התינוק בחודשים הראשונים לפי קבוצת אוכלוסייה

סה"כ Total N=1513	ערבים Arabs n=512		יהודים ואחרים Jews & others n=1001		תזמון האכלת התינוק בחודשים הראשונים Feeding the infant during the first months
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
67.1	54.8	282	70.9	711	כשהיה רעב/לפי דרישה On demand
19.0	15.4	80	20.1	199	בשעות או הפרשי זמן קבועים, כשהתינוק ער At regular intervals, when the infant was awake
12.5	28.5	143	7.6	75	בשעות או הפרשי זמן קבועים, כולל הערת התינוק משינה At regular intervals, including waking the infant
1.5	1.3	7	1.5	16	אחר Other

גיל התינוק בחשיפה ראשונה למזון Infant's age at first exposure to food

טבלה 7.2: גיל (חודשים) בעת החשיפה הראשונה למזון כלשהו
לפי קבוצת אוכלוסייה

סה"כ Total N=1468	ערבים Arabs n=497		יהודים ואחרים Jews & others n=971		גיל בעת חשיפה ראשונה למזון כלשהו (לא כולל תמ"ל) ¹ Age at first exposure to food (excluding infant formula) ²
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
0.4	0.8	4	0.2	3	0-2 חודשים 0-2 Months
6.5	12.6	63	4.7	47	מעל 2 חודשיים ועד 4 חודשיים Over 2 months - 4 months
35.0	37.4	187	34.2	322	מעל 4 ועד 5 חודשיים Over 4 months - 5 months
30.1	24.2	119	32.0	312	מעל 5 ועד 6 חודשיים Over 5 months - 6 months
27.5	24.8	123	28.3	279	מעל 6 ועד 9 חודשיים Over 6 months - 9 months
0.5	0.2	1	0.6	8	מעל 9 חודשיים Over 9 months

¹ מומלץ לתת מזון משלים החל מגיל שישה חודשיים.

² The recommendation is to give complementary food from the age of six months.

חשיפה למזונות נבחרים לפני גיל חצי שנה

Infant's exposure to selected foods before six months of age

טבלה 7.3: חשיפה למזונות נבחרים לפני גיל חצי שנה לפי קבוצת אוכלוסייה

סה"כ Total % משוקלל weighted	ערבים Arabs		יהודים ואחרים Jews & others		חשיפה למזונות נבחרים לפני גיל חצי שנה Infant's exposure to selected foods before 6 months of age
	% משוקלל weighted	n/N	% משוקלל weighted	n/N	
98.6	95.9	356/371	99.4	675/679	ירקות או פירות Vegetables or fruits
33.7	23.8	90/367	36.9	241/671	טחינה או חלבה Tahini or halvah
30.0	49.8	186/369	23.6	155/671	דגנים כמו אורז, פסטה, לחם Cereals such as rice, pasta, bread
26.0	29.0	108/370	25.0	163/669	חטיף בוטנים (במבה, שוש) Peanut snack (Bamba, Shush)
24.5	42.6	160/366	18.7	118/669	קטניות כמו אפונה, שעועית, עדשים Legumes such as peas, beans, lentils

סה"כ Total % משוקלל weighted	ערבים Arabs		יהודים ואחרים Jews & others		חשיפה למזונות נבחרים לפני גיל חצי שנה Infant's exposure to selected foods before 6 months of age
	% משוקלל weighted	n/N	% משוקלל weighted	n/N	
24.4	16.3	62/371	27.0	176/672	עוף, הודו או בשר Chicken, turkey or beef
20.0	31.0	114/369	16.5	110/672	ביסקוויטים, עוגיות Biscuits, cookies
19.4	31.0	113/371	15.7	104/672	מוצרי חלב כגון גבינה, יוגורט Dairy products such as cheese, yogurt
12.0	15.0	56/368	11.0	71/673	ביצים Eggs
9.0	11.1	42/371	8.4	58/663	אחר Other

אלרגיה למזון Food allergy

4.8% מהאימהות דיווחו כי יש לתינוק אלרגיה למזון כלשהו [5.7% מהאימהות היהודיות, ו- 1.9% מהאימהות הערביות (N=58/1343)].

4.8% of the mothers reported that their infant has a food allergy [5.7% of Jewish mothers, and 1.9% of Arab mothers (N = 58/1343)].

גיל בעת התחלת צריכת מזונות באופן קבוע

Age of onset of foods consumption on a regular basis

טבלה 7.4: גיל בעת התחלת צריכת מזונות באופן קבוע לפי קבוצת אוכלוסייה

סה"כ Total N=1418	ערבים Arabs n=489		יהודים ואחרים Jews & others n=929		גיל בעת צריכת מזונות באופן קבוע ¹ Age of onset of foods consumption regularly ²
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
10.6	11.7	57	10.3	94	3 עד פחות מ- 6 חודשים 3 to less than 6 months
83.3	81.1	397	84.0	778	6 עד פחות מ- 9 חודשים 6 to less than 9 months
6.1	7.2	35	5.8	57	9 חודשים ומעלה ³ 9 months and above ⁴
ממוצע (ס.תקן) חציון Mean (SD) Median N=1416	ממוצע (ס.תקן) חציון Mean (SD) Median	n	ממוצע (ס.תקן) חציון Mean (SD) Median	n	גיל ממוצע בעת צריכת מזונות באופן קבוע (חודשים) Average age of onset of consumption of foods regularly (months)
6.5 (1.1) 6.0	6.5 (1.2) 6.0	489	6.5 (1.1) 6.0	927	

¹ לא דווח על מתן מזון באופן קבוע לפני גיל 3 חודשים

² Mothers reported that no foods were added on a regular basis before 3 months of age

³ כולל 2 תינוקות שעדיין לא קיבלו מזון באופן קבוע במועד הריאיון

⁴ Includes 2 infants who have not yet received food on a regular basis at the time of the interview

ארוחות משפחתיות ותפריט משפחתי

Family meals and family menu

טבלה 7.5: תדירות ארוחות משפחתיות לפי קבוצת אוכלוסייה

סה"כ Total N=1345	ערבים Arabs n=466		יהודים ואחרים Jews & others n=879		תדירות ארוחות משפחתיות* Frequency of family meals*
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
68.4	89.7	419	61.7	547	כל יום או כמעט כל יום Every day or almost every day
9.9	6.1	28	11.1	99	2-4 פעמים במהלך ימי השבוע 2-4 times during the week (on weekdays)
17.0	2.9	13	21.4	182	בעיקר בסופי שבוע או שבתות Mainly on weekends or on Saturdays
3.1	1.4	6	3.6	32	כמעט ולא Hardly ever
1.6	---	---	2.2	19	אין סדר קבוע There is no regular routine

*ארוחה משפחתית היא ארוחה בה הורה אוכל עם התינוק

*A family meal is considered a meal where a parent eats with the infant

תפריט צמחוני או טבעוני

Vegetarian or vegan family menu

2.4% מהאימהות היהודיות ו-0.2% מהאימהות הערביות דיווחו כי התפריט המשפחתי הוא צמחוני עם/ללא דגים, או טבעוני (1.9% מכלל האימהות).

2.4% of the Jewish mothers and 0.2% of the Arab mothers reported that the family menu is vegetarian with / without fish, or vegan (1.9% of all mothers).

תדירות צריכת מזון מהיר

Fast food frequency of consumption

טבלה 7.6: תדירות צריכת מזון מהיר לפי קבוצת אוכלוסייה

סה"כ Total N=1339	ערבים Arabs n=461		יהודים ואחרים Jews & others n=878		תדירות חודשית של צריכת מזון מהיר של התינוק Infant's monthly fast food frequency consumption
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
82.2	75.0	345	84.4	738	לא צורכים Don't consume
13.2	18.6	86	11.6	104	פחות מ-3 פעמים בחודש Less than 3 times a month
3.7	5.1	24	3.3	29	3 עד פחות מ-5 פעמים בחודש 3 to less than 5 times a month
0.9	1.3	6	0.8	7	5 פעמים בחודש ויותר 5 times a month and more

צריכת דגנים מלאים

Consumption of whole grains

טבלה 7.7: צריכת דגנים מלאים לפי קבוצת אוכלוסייה

סה"כ Total N=1358	ערבים Arabs n=473		יהודים ואחרים Jews & others n=885		צריכת דגנים מלאים (כגון: לחם, אורז או פסטה) Consumption of whole grains (such as: bread, rice or pasta)
% משוקלל weighted	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
12.1	6.2	29	14.0	124	באופן קבוע Regularly
22.4	19.2	92	23.4	205	לפעמים Sometimes
65.5	74.7	352	62.5	556	לא צורכים Don't consume

אופן האכילה של התינוק

How the infant eats

טבלה 7.8: אופן הגשת רוב המזון לתינוק לפי קבוצת אוכלוסייה

סה"כ Total	ערבים Arabs		יהודים ואחרים Jews & others		אופן הגשת רוב המזון לתינוק The way most food is served to the infant
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
40.2	50.7	239	36.9	331	בכפית With a teaspoon
7.9	4.5	21	9.0	80	בידיים With his/her hands
50.7	43.7	206	53.0	467	בכפית ובידיים With a teaspoon and with his/her hands
0.9	0.6	3	1.0	9	בבקבוק In a bottle
0.2	0.4	2	0.1	1	אחר Other
		471		888	סך הכל Total
התינוק מחזיק ומגיש אוכל לפה באופן עצמאי The infant holds food and eats independently					
סה"כ Total % משוקלל weighted	% משוקלל weighted	n/N	% משוקלל weighted	n/N	
95.0	96.7	455/471	94.4	840/887	כן Yes

המסגרת בה נאכלות הארוחות

The place where meals are eaten

טבלה 7.9: מסגרת אכילת הארוחות לפי קבוצת אוכלוסייה

סה"כ Total	ערבים Arabs		יהודים ואחרים Jews & others		המסגרת בה נאכלות הארוחות Place where meals are eaten	זמן במהלך היום Time of day
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n		
52.6	77.9	360	44.6	386	בית Home	שעות הבוקר During the morning N=1341
30.9	10.5	51	37.3	316	משפחתון/מעון Family day care / day care center	
10.8	2.1	10	13.5	133	בית של המטפלת Caregiver's home	
5.0	9.5	44	3.6	33	אצל סבתא At grandmother's	
0.8	---	---	1.0	8	אחר Other	
56.3	74.5	344	50.5	453	בית Home	שעות הצהריים At noon N=1342
32.9	11.7	57	39.6	333	משפחתון/מעון Family day care / day care center	
4.5	1.9	9	5.4	52	בית של המטפלת Caregiver's home	
5.6	11.5	53	3.7	31	אצל סבתא At grandmother's	
0.7	0.4	2	0.8	8	אחר Other	

סה"כ Total	ערבים Arabs		יהודים ואחרים Jews & others		המסגרת בה נאכלות הארוחות Place where meals are eaten	שעות היום Time of day
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n		
94.4	91.3	424	95.4	837	בית Home	שעות אחר הצהריים During the afternoon N=1343
3.0	2.1	10	3.2	28	משפחתון/מעון Family day care / day care center	
0.5	1.2	6	0.2	2	בית של המטפלת Caregiver's home	
1.8	5.0	23	0.8	7	אצל סבתא At grandmother's	
0.4	0.4	2	0.4	4	אחר Other	
99.2	97.2	452	99.8	876	בית Home	שעות הערב During the evening N=1343
---	---	---	---	---	משפחתון/מעון Family day care / day care center	
0.1	0.4	2	---	---	בית של המטפלת Caregiver's home	
0.5	1.9	9	---	---	אצל סבתא At grandmother's	
0.3	0.4	2	0.2	2	אחר Other	

Figure 7.9.1: Place where lunch was eaten - Jews survey 2019 compared to survey 2009

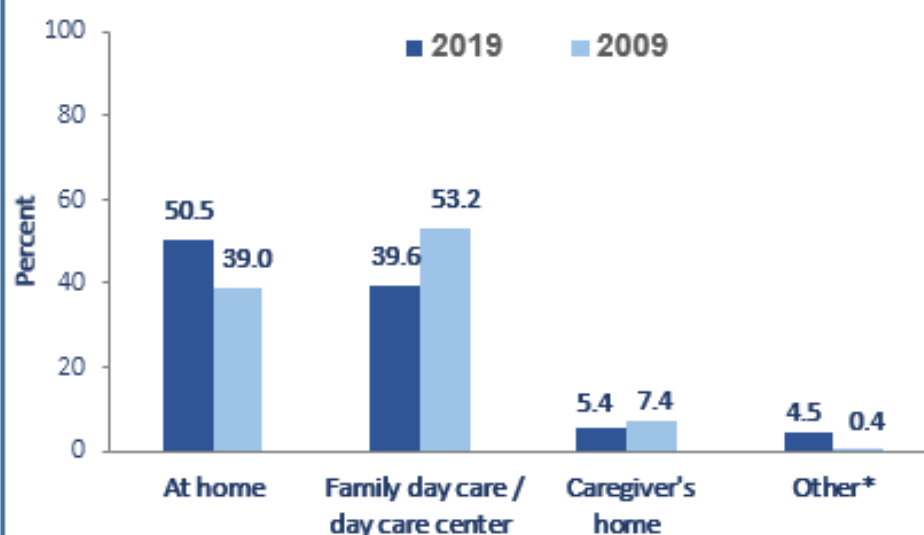
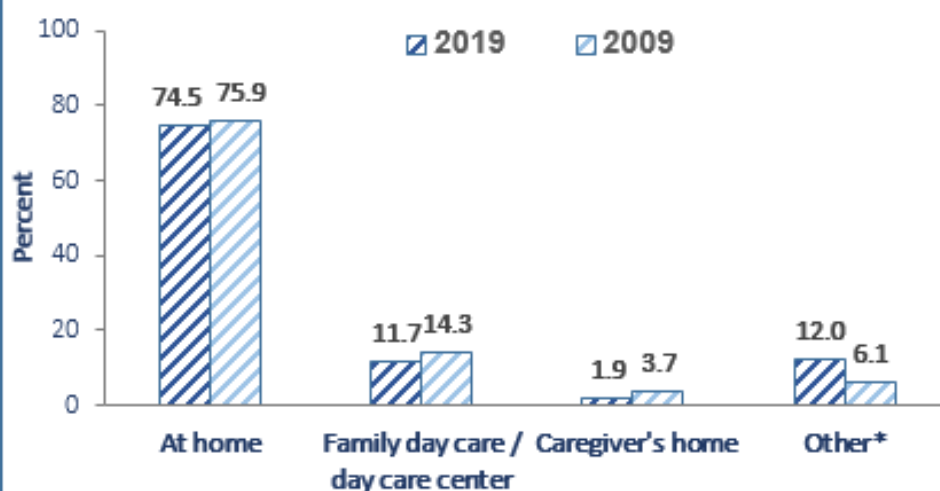


Figure 7.9.2: Place where lunch was eaten - Arabs survey 2019 compared to survey 2009



* בסקר מב"ת לרך 2009 לא הייתה קטגוריה נפרדת "אצל סבתא", בגרפים של סקר 2019 קטגוריה זו נכללה ב"אחר".

* In the 2009 Mabat Larach Survey there was no separate category "at grandmother's", in the graphs of the 2019 survey this category was included in "other".



פרק 8
תזונת התינוק

Chapter 8
Infant nutrition

המלצות משרד הבריאות להזנת התינוק

על פי המדריך לאנשי מקצוע להזנת התינוק והפעוט 2020

מתן שתייה לתינוק

- ❖ בגיל חצי שנה, עם המעבר לארוחות מגוונות, ניתן להוסיף מים לשתייה. מומלץ להגישם בכוס.
- ❖ מומלץ להימנע ממשקאות ממותקים בסוכר, כגון תה לתינוקות, תה ירוק, תה שחור ("רגיל"), מיצי פירות, שוקו, מיצים ומשקאות מוגזים. זאת על מנת להפחית את הסיכון לעששת שיניים וכדי לא להרגיל את התינוק לטעם מתוק.
- ❖ במשקאות על בסיס צמחים קיימים חומרים פעילים. מאחר וחסר מידע לגבי הבטיחות בשימוש בתרכובות, תערובת וחליטות צמחים, יש להימנע מהשימוש בהם במהלך שנות החיים הראשונות.

[למעבר לאתר משרד הבריאות: מתן שתייה לתינוק](#)

The Ministry of Health's recommendations for infant feeding

According to the infant and toddler feeding guide for professionals 2020

Beverages for the infant

- ❖ At the age of six months, with the transition to varied meals, drinking water can be added. It is recommended to serve it in a cup.
- ❖ It is recommended to avoid beverages sweetened with sugar, such as infant tea, green tea, black ("regular") tea, fruit juices, chocolate milk, juices and carbonated drinks. This is to reduce the risk of tooth decay and not to accustom the infant to a sweet taste.
- ❖ Plant-based drinks (herbal teas) contain active substances. Since there is a lack of information regarding the safety of using herbal compounds, mixtures and infusions, their use should be avoided during the first years of life.

[To the Ministry of health's website: recommendations for infant feeding](#)

צריכה שבועית של מזונות – יהודים ואחרים

Infant's weekly food consumption – Jews & others

טבלה 8.1.1: אחוז הצורכים וצריכה שבועית של פריטי מזון בקרב יהודים ואחרים

מספר מנות שבועיות Number of weekly serves		צורכים Consumers		פריט מזון (גודל מנה) – יהודים ואחרים Food item (serve) – Jews & others
בקרב הצורכים Among consumers	כלל האוכלוסייה All population	% משוקלל weighted	n/N	
Mean (SD)	Mean (SD)			
Median	Median			
11.0 (9.9)	4.8 (8.5)	48.4	399/846	דייסה (180 מ"ל) Cooked cereal (180 ml)
7.0	0.0			
3.4 (2.9)	0.1 (0.8)	3.6	29/848	דגני בוקר (צלוחית, 30 ג') Breakfast Cereals (Small bowl, 30 g)
2.0	0.0			
3.3 (2.3)	0.1 (0.6)	2.4	18/848	דגני בוקר לא מתוקים Non-sweet Breakfast Cereals
3.0	0.0			
3.8 (3.9)	0.0 (0.6)	1.1	10/848	דגני בוקר מתוקים Sweet Breakfast Cereals
2.0	0.0			
5.3 (3.5)	3.9 (3.8)	74.4	606/827	אורז/פסטה מוכנים (חצי כוס, 90 ג') Rice/pasta prepared (½ cup, 90 g)
6.0	3.0			
5.8 (4.4)	4.0 (4.5)	67.7	577/840	לחם/פיתה/קרקר (30 ג') Bread/pita/cracker (30g)
5.3	3.0			
4.6 (4.8)	3.2 (4.5)	70.3	575/833	סלט חמוס או טחינה (כף, 30 ג') Chickpea salad (hummus) or tahini (Tablespoon, 30g)
3.0	2.0			

מספר מנות שבועיות Number of weekly serves		צורכים Consumers		פריט מזון (גודל מנה) – יהודים ואחרים Food item (serve) – Jews & others
בקרב הצורכים Among consumers	כלל האוכלוסייה All population	% משוקלל weighted	n/N	
Mean (SD)	Mean (SD)			
Median	Median			
2.7 (3.1)	0.1 (0.9)	4.7	39/846	חמאה/מרגרינה/מיונד (כפית, 5 ג') Butter/margarine/ mayonnaise (Teaspoon, 5g)
2.0	0.0			
3.9 (4.4)	1.2 (3.0)	31.0	254/842	ממרח שוקולד/ריבה/חמאת בוטנים (כפית, 7 ג') Chocolate spread/jam/peanut butter (Teaspoon, 7g)
2.0	0.0			
2.6 (2.5)	1.5 (2.3)	60.0	489/826	בשר בקר או כבש (2 כפות, 30 ג') Beef or lamb (2 tablespoons, 30g)
2	1.0			
4.2 (4.0)	3.8 (4.0)	89.5	729/813	עוף או הודו (2 כפות, 30 ג') Poultry or turkey (2 tablespoons, 30g)
3.0	2.5			
1.4 (1.3)	0.7 (1.1)	46.5	399/845	דג כולל טונה (2 כפות, 30 ג') Fish including tuna (2 tablespoons, 30g)
1.0	0.0			
3.1 (2.1)	2.0 (2.2)	65.2	542/842	ביצים (ביצה בינונית, 48 ג') Eggs (1 medium, 48g)
3.0	1.0			
6.0 (6.8)	3.7 (6.1)	62.7	507/816	קטניות מבושלות (כף, 17 ג') Cooked legumes (Tablespoon, 17g)
4.0	2.0			
2.9 (2.5)	1.9 (2.5)	65.3	539/825	בטטה או תפוח אדמה (חצי כוס, 90 ג') Sweet potato/potato (½ cup, 90g)
2.0	1.0			
4.6 (3.7)	2.6 (3.6)	55.8	462/837	ירקות טריים (חצי כוס, 100 ג') Fresh vegetables (½ cup, 100g)
3.5	1.0			

מספר מנות שבועיות Number of weekly serves		צורכים Consumers		פריט מזון (גודל מנה) – יהודים ואחרים Food item (serve) – Jews & others
בקרוב הצורכים Among consumers	כלל האוכלוסייה All population	% משוקלל weighted	n/N	
Mean (SD)	Mean (SD)			
Median	Median			
8.4 (5.8)	8.0 (6.0)	94.1	790/837	ירקות מבושלים (חצי כוס, 100 ג') Cooked vegetables (½ cup, 100g)
7.0	7.0			
8.8 (5.3)	8.4 (5.5)	95.9	807/843	פירות (יחידה קטנה או חצי כוס, 80 ג') Fruit (Small unit or ½ cup, 80g)
7.0	7.0			
5.1 (7.5)	0.1 (1.1)	1.5	13/850	חלב פרה (חצי כוס, 120 ג') Cow's milk (½ cup, 120g)
1.0	0.0			
1.7 (0.9)	0.0 (0.1)	0.3	3/850	שוקו או חלב בטעמים Chocolate or flavored milk
1.0	0.0			
6.7 (8.6)	0.1 (1.1)	1.1	9/850	חלב פרה 3% שומן ומעלה Cow's milk 3% fat or more
3.0	0.0			
---	---	---	---	חלב פרה 1-2% שומן Cow's milk 1-2% fat
---	---			
8.8 (9.1)	5.6 (8.4)	64.5	537/843	גבינה לבנה או קוטג' (כף, 40 ג') White or cottage cheese (Tablespoon, 40g)
7.0	3.0			
3.7 (3.2)	1.3 (2.6)	35.1	297/845	יוגורט לא ממותק/שמנת (חצי גביע, 90 ג') Unsweetened yogurt/cream (½ cup, 90g)
3.0	0.0			
4.6 (4.0)	2.0 (3.5)	43.2	364/850	מעדני חלב או גבינה מתוקים (97.5 ג') Sweetened milk or cheese Desserts (97.5g)
3.0	0.0			

מספר מנות שבועיות Number of weekly serves		צורכים Consumers		פריט מזון (גודל מנה) – <u>יהודים</u> <u>ואחרים</u> Food item (serve) – <u>Jews</u> <u>& others</u>
בקרוב הצורכים Among consumers	כלל האוכלוסייה All population	% משוקלל weighted	n/N	
Mean (SD)	Mean (SD)			
Median	Median			
2.6 (2.0)	0.3 (1.1)	13.7	115/847	גבינה צהובה (12 ג') Yellow cheese (12g)
2.0	0.0			
19.6 (10.2)	14.6 (12.3)	75.9	640/850	תמ"ל (180 מ"ל) Infant formula (180 ml)
18.7	14.0			
---	---	37.5	324/844	חלב אם Breast milk
3.1 (3.6)	2.0 (3.2)	64.6	550/844	חטיפים מלוחים (10 יחידות, 7.8 ג') Salty snacks (7.8g units, 10)
2.0	1.0			
6.9 (6.2)	4.1 (5.8)	56.7	494/840	עוגיות או בסקוויטים (4 ג') Cookies/biscuits (4g)
6.0	2.0			

צריכה שבועית של מזונות - ערבים Infant's weekly food consumption - Arabs

טבלה 8.1.2: אחוז הצורכים וצריכה שבועית של פריטי מזון בקרב ערבים

מספר מנות שבועיות Number of weekly serves		צורכים Consumers		פריט מזון (גודל מנה) - <u>ערבים</u> Food item (serve) - <u>Arabs</u>
בקרב הצורכים Among consumers	כלל האוכלוסייה All population	% משוקלל % weighted	n/N	
Mean (SD)	Mean (SD)			
Median	Median			
10.3 (10.5)	4.2 (8.4)	45.1	199/443	דייסה (180 מ"ל) Cooked cereal (180 ml)
7.0	0.0			
2.9 (2.1)	0.4 (1.3)	14.4	64/443	דגני בוקר (צלוחית, 30 ג') Breakfast Cereals (Small bowl, 30 g)
2.0	0.0			
2.8 (1.8)	0.2 (0.9)	7.1	31/443	דגני בוקר לא מתוקים Non-sweet Breakfast Cereals
2.5	0.0			
3.1 (2.5)	0.2 (1.0)	6.4	29/443	דגני בוקר מתוקים Sweet Breakfast Cereals
2.0	0.0			
6.0 (4.3)	5.8 (4.3)	97.3	431/443	אורז/פסטה (חצי כוס, 90 ג') Rice/pasta (½ cup, 90 g)
5.0	5.0			
3.9 (3.5)	3.4 (3.5)	85.3	376/440	לחם/פיתה/קרקר (30 ג') Bread/pita/cracker (30g)
3.0	2.0			
2.4 (2.9)	1.6 (2.6)	66.5	297/443	סלט חמוס או טחינה (כף, 30 ג') Chickpea salad (hummus) or tahini (Tablespoon, 30g)
1.5	1.0			

מספר מנות שבועיות Number of weekly serves		צורכים Consumers		פריט מזון (גודל מנה) - <u>ערבים</u> Food item (serve) - <u>Arabs</u>
בקרוב הצורכים Among consumers	כלל האוכלוסייה All population	% משוקלל weighted	n/N	
Mean (SD)	Mean (SD)			
Median	Median			
3.0 (5.1)	0.1 (1.0)	3.2	14/441	חמאה/מרגרינה/מיונד (כפית, 5 ג') Butter/margarine/ mayonnaise (Teaspoon, 5g)
1.0	0.0			
2.1 (2.0)	0.7 (1.5)	33.2	145/440	ממרח שוקולד/ריבה/חמאת בוטנים (כפית, 7 ג') Chocolate spread/jam/peanut butter (Teaspoon, 7g)
1.0	0.0			
1.7 (1.7)	1.1 (1.6)	66.2	295/442	בשר בקר או כבש (2 כפות, 30 ג') Beef or lamb (2 tablespoons, 30g)
1.0	1.0			
1.6 (1.7)	1.2 (1.6)	76.2	336/442	עוף או הודו (2 כפות, 30 ג') Poultry or turkey (2 tablespoons, 30g)
1.0	1.0			
1.1 (1.1)	0.4 (0.8)	35.7	159/444	דג כולל טונה (2 כפות, 30 ג') Fish including tuna (2 tablespoons, 30g)
0.5	0.0			
3.1 (2.5)	2.1 (2.5)	66.8	296/444	ביצים (ביצה בינונית, 48 ג') Eggs (1 Medium, 48g)
2.0	1.0			
5.5 (6.1)	4.6 (6.0)	84.1	371/441	קטניות מבושלות (כף, 17 ג') Cooked legumes (Teaspoon, 17g)
3.5	3.0			
2.9 (2.7)	2.6 (2.7)	88.1	391/443	בטטה או תפוח אדמה (חצי כוס, 90 ג') Sweet potato/potato (½ cup, 90g)
2.0	2.0			
3.8 (3.4)	2.6 (3.3)	68.4	303/443	ירקות טריים (חצי כוס, 100 ג') Fresh vegetables (½ cup, 100g)
2.5	1.0			
4.1 (3.2)	3.7 (3.3)	90.5	400/442	ירקות מבושלים (חצי כוס, 100 ג') Cooked vegetables (½ cup, 100g)
3.0	3.0			

מספר מנות שבועיות Number of weekly serves		צורכים Consumers		פריט מזון (גודל מנה) - <u>ערבים</u> Food item (serve) - <u>Arabs</u>
בקרוב הצורכים Among consumers	כלל האוכלוסייה All population	% משוקלל weighted	n/N	
Mean (SD)	Mean (SD)			
Median	Median			
5.8 (4.3)	5.7 (4.3)	98.1	436/444	פירות (יחידה קטנה או חצי כוס, 80 ג') Fruit (Small unit or ½ cup, 80g)
6.0	5.4			
4.1 (4.5)	0.8 (2.5)	18.7	82/443	חלב פרה (חצי כוס, 120 ג') Cow's milk (½ cup, 120g)
2.4	0.0			
3.2 (3.6)	0.3 (1.4)	9.5	41/443	שוקו או חלב בטעמים Chocolate or flavored milk
2.0	0.0			
5.1 (5.2)	0.4 (2.0)	7.5	33/443	חלב פרה 3% שומן ומעלה Cow's milk 3% fat or more
3.0	0.0			
10.5 (3.5)	0.0 (0.7)	0.5	2/443	חלב פרה 1-2% שומן Cow's milk 1-2% fat
---	0.0			
3.5 (4.5)	2.3 (4.0)	64.5	287/444	גבינה לבנה או קוטג' (כף, 40 ג') White or cottage cheese (Tablespoon, 40g)
2.0	1.0			
2.8 (2.7)	1.7 (2.5)	60.2	265/443	יוגורט לא ממותק/שמנת (חצי גביע, 90 ג') Unsweetened yogurt/cream (½ cup, 90g)
2.0	1.0			
4.2 (3.0)	2.8 (3.2)	68.5	302/443	מעדני חלב או גבינה מתוקים (97.5 ג') Sweetened milk or cheese Desserts (97.5g)
3.0	2.0			
2.8 (2.3)	0.6 (1.5)	20.4	89/444	גבינה צהובה (12 ג') Yellow cheese (12g)
2.0	0.0			
22.2 (11.1)	18.0 (13.2)	81.7	363/444	תמ"ל (180 מ"ל) Infant formula (180 ml)
21.0	17.5			

מספר מנות שבועיות Number of weekly serves		צורכים Consumers		פריט מזון (גודל מנה) - <u>ערבים</u> Food item (serve) - <u>Arabs</u>
בקרב הצורכים Among consumers	כלל האוכלוסייה All population	% משוקלל weighted	n/N	
Mean (SD)	Mean (SD)			
Median	Median			
---	---	30.1	133/444	חלב אם Breast milk
3.3 (3.5)	2.7 (3.4)	79.4	353/444	חטיפים מלוחים (10 יחידות, 7.8 ג') Salty snacks (10 units, 7.8g)
2.5	1.6			
6.8 (9.2)	5.5 (8.7)	81.7	363/444	עוגיות או ביסקוויטים (4 ג') Cookies/biscuits (4g)
4.5	3.5			

גיל התינוק בעת מתן שתייה באופן קבוע Infant's age when given beverages on a permanent basis

טבלה 8.2: גיל התינוק בעת מתן שתייה באופן קבוע לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=1353	ערבים Arabs n=471		יהודים ואחרים Jews & others n=882		גיל התינוק (חודשים) Infant's age (months)
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
1.8	3.2	15	1.3	10	פחות מחודשיים Less than 2 months
4.2	9.0	43	2.7	24	חודשיים עד פחות מ-4 חודשים 2 to less than 4 months
17.2	30.9	147	12.9	107	4 עד פחות מ-6 חודשים 4 to less than 6 months
68.1	55.9	261	71.9	636	6 עד פחות מ-9 חודשים 6 to less than 9 months
8.8	1.1	5	11.2	105	9 חודשים או יותר 9 months or more
ממוצע (סטיית תקון) Mean (SD) N=1275	ממוצע (סטיית תקון) Mean (SD)	n	ממוצע (סטיית תקון) Mean (SD)	n	גיל ממוצע (חודשים) ¹ Average age (months) ²
6.0 (1.6)	5.4 (1.7)	470	6.2 (1.5)	805	גיל התינוק (חודשים) Infant's age (years)

¹ לא נכללו 78 תינוקות שעדיין לא קיבלו שתייה בעת ביצוע הסקר

² Excluding 78 infants who had not yet received beverages at the time of the survey

צריכת שתיה של התינוק

Infant's beverage consumption

טבלה 8.3: צריכת שתיה לפי קבוצת אוכלוסייה

בקרר הצורכים Among consumers	n	% משוקלל weighted	n	קבוצת אוכלוסייה Population group
Mean (SD)				
Median				
מספר כוסות ליום* (כוס=180מ"ל) Daily number of cups * (cup=180 ml)		צריכת מים Water consumption		
1.0 (0.9)	701	91.5	806	יהודים ואחרים Jews & others
0.8				
1.2 (1.1)	458	99.6	469	ערבים Arabs
1.0				
1.1 (1.0)	1159	93.4	1357	סה"כ Total
0.8				
מספר כוסות לשבוע** (כוס=180מ"ל) Weekly number of cups ** (cup=180 ml)		צריכת שתיה מתוקה Sweet beverage consumption		
2.8 (4.4)	114	14.7	133	יהודים ואחרים Jews & others
1.1				
2.4 (2.9)	271	63.4	293	ערבים Arabs
1.5				
2.6 (3.6)	385	26.5	1318	סה"כ Total
1.3				

* לא התקבלה תשובה על כמות מים ל-9.1% מהתינוקות

* No response was received on the amount of water for 9.1% of the infants

** לא התקבלה תשובה על כמות השתיה המתוקה ל-9.0% מהתינוקות

** No response was received for the amount of sweet beverages for 9.0% of the infants

בקרר התינוקות, 16% שותים תה צמחים: 9.1% מהתינוקות היהודים (N=73/805) ו- 28.0% מהתינוקות הערבים (N=28/465).

Among the infants, 16% drink herbal tea: 9.1% of the Jewish infants (N=73/805) and 28.0% of the Arab infants (N=28/465).

צריכת רכיבי תזונה מאקרו Macronutrient consumption

טבלה 8.4: צריכת רכיבי תזונה מאקרו, אחוז הצורכים בהתאם להמלצות לפי קבוצת אוכלוסייה

ערבים Arabs n=444		יהודים ואחרים Jews & others n=850		רכיב התזונה Nutrient
% צורכים בהתאם להמלצה % consuming according to the recommendation	Mean (sd) Median	% צורכים בהתאם להמלצה % consuming according to the recommendation ¹	Mean (sd) Median	
---	974 (295) 953	---	981 (280) 957	אנרגיה (קק"ל) Energy (Kcal)
75.0 (AI)	125 (40) 122	74.3 (AI)	120 (37) 116	פחמימות (גרם) Carbohydrates (gram)
-	73 (24) 71	-	73 (21) 70	סך סוכרים (גרם) Total sugars (gram)
98.0 (RDA)	29 (11) 27	96.9 (RDA)	32 (13) 31	חלבונים (גרם) Protein (gram)
77.9 (AI)	39 (12) 38	82.8 (AI)	40 (11) 39	סך שומן (גרם) Total fat (gram)
---	7.0 (3.4) 6.7	---	8.7 (4.0) 8.4	סיבים תזונתיים (גרם) Dietary fiber (gram)

¹ Sources: Institute of Medicine. *Dietary Reference Intakes: The Essential Guide to Nutrient Requirements*. Washington, DC: The National Academies Press; 2006. Institute of Medicine. *Dietary Reference Intakes for Calcium and Vitamin D*. Washington, DC: The National Academies Press; 2011. National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine. *Dietary Reference Intakes for Sodium and Potassium*. Washington, DC: The National Academies Press; 2019.

צריכת מינרלים Mineral consumption

טבלה 8.5: צריכת מינרלים, אחוז הצורכים בהתאם להמלצות לפי קבוצת אוכלוסייה

ערבים Arabs n=444		יהודים ואחרים Jews & others n=850		הרכיב Nutrient
% צורכים בהתאם להמלצה % consuming according to the recommendation	Mean (sd) Median	% צורכים בהתאם להמלצה % consuming according to the recommendation ¹	Mean (sd) Median	
83.7 (AI)	1341 (470) 1305	90.5 (AI)	1469 (485) 1466	אשלגן (מ"ג) Potassium (mg)
93.4 (AI)	689 (307) 651	92.7 (AI)	641 (280) 615	סידן (מ"ג) Calcium (mg)
35.6 (RDA)	9.3 (4.7) 9.6	29.4 (RDA)	8.5 (4.4) 9.0	ברזל (מ"ג) Iron (mg)
84.6 (AI)	124 (48) 119	89.2 (AI)	133 (50) 129	מגנזיום (מ"ג) Magnesium (mg)
2.7 (AI)	934 (365) 899	3.6 (AI)	1109 (415) 1079	נתרן ² (מ"ג) Sodium ³ (mg)
87.8 (RDA)	6.6 (2.8) 6.5	88.7 (RDA)	6.4 (2.7) 6.5	אבץ (מ"ג) zinc (mg)

¹ Sources: Institute of Medicine. *Dietary Reference Intakes: The Essential Guide to Nutrient Requirements*. Washington, DC: The National Academies Press; 2006. Institute of Medicine. *Dietary Reference Intakes for Calcium and Vitamin D*. Washington, DC: The National Academies Press; 2011. National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine. *Dietary Reference Intakes for Sodium and Potassium*. Washington, DC: The National Academies Press; 2019.

² מומלץ שצריכת הנתרן היומית לא תעלה על ערכי ה-AI המומלצים. מוצגים הצורכים מתחת להמלצות.

³ Daily sodium intake **should not exceed** the AI recommended values. Presented are those that consume below the recommendations.

צריכת ויטמינים Vitamin consumption

טבלה 8.6: צריכת ויטמינים, אחוז הצורכים בהתאם להמלצות לפי קבוצת אוכלוסייה

ערבים Arabs n=444		יהודים ואחרים Jews & others n=850		הרכיב Nutrient
% צורכים בהתאם להמלצה % consuming according to the recommendation	Mean (sd) Median	% צורכים בהתאם להמלצה % consuming according to the recommendation ¹	Mean (sd) Median	
96.6 (AI)	2.5 (1.2) 2.5	94.5 (AI)	2.3 (1.2) 2.3	ויטמין B ₁₂ (מק"ג) Vitamin B ₁₂ (mcg)
79.5 (AI)	88 (40) 85	78.9 (AI)	82 (35) 79	ויטמין C (מ"ג) Vitamin C (mg)
91.2 (AI)	165 (62) 158	93.4 (AI)	168 (60) 167	פולאט (מק"ג) Folate (mcg)
95.5 (AI)	1.3 (0.6) 1.3	95.2 (AI)	1.2 (0.5) 1.2	ריבופלבין (מ"ג) Riboflavin (mg)
91.0 (AI)	0.9 (0.4) 0.9	92.4 (AI)	0.8 (0.4) 0.8	תיאמין (מ"ג) Thiamin (mg)

¹ Sources: Institute of Medicine. *Dietary Reference Intakes: The Essential Guide to Nutrient Requirements*. Washington, DC: The National Academies Press; 2006. Institute of Medicine. *Dietary Reference Intakes for Calcium and Vitamin D*. Washington, DC: The National Academies Press; 2011. National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine. *Dietary Reference Intakes for Sodium and Potassium*. Washington, DC: The National Academies Press; 2019.

פרק 9
מדדים
אנתרופומטריים

Chapter 9
Anthropometric
measurements

התפלגות ציוני Z של משקל לגיל

Z-scores distribution for weight-for-age

טבלה 9.1: התפלגות ציוני Z של משקל לגיל לפי קבוצת אוכלוסייה ומין

בסיכון לעודף משקל ¹ At risk for overweight ²		משקל תקין Normal weight		תת משקל Underweight		סטטוס משקל לגיל Weight for age status
Z-score >(1SD)		(-2SD) ≤ Z-score ≤ (1SD)		Z-score <(-2SD)		
% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
יהודים (N=751)						
14.0	48	83.1	325	2.9	10	Boys בנים
12.0	44	87.5	322	0.5	2	Girls בנות
13.0	92	85.3	647	1.7	12	Total סה"כ
ערבים (N=460)						
18.0	43	81.7	191	0.4	1	Boys בנים
25.2	56	73.9	167	0.9	2	Girls בנות
21.5	99	77.9	358	0.6	3	Total סה"כ

¹ הערכה טובה יותר מבוססת על פי התפלגות של משקל לאורך (בעמוד 116)

² Better assessed from weight-for-length distribution (page 116)

התפלגות ציוני Z של אורך לגיל

Z-scores distribution for length-for-age

טבלה 9.2: התפלגות ציוני Z של אורך לגיל לפי קבוצת אוכלוסייה ומין

קומה גבוהה Tall		קומה תקינה Normal height		קומה נמוכה Stunted		סטטוס אורך לגיל Length for age status
Z-score >(3SD)		(-2SD) ≤ Z-score ≤ (3SD)		Z-score <(-2SD)		
% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
יהודים Jews (N=751)						
0.2	1	94.4	362	5.3	20	בנים Boys
0	0	98.4	360	1.6	8	בנות Girls
0.1	1	96.4	722	3.5	28	סה"כ Total
ערבים Arabs (N=460)						
0.9	2	97.0	228	2.1	5	בנים Boys
0	0	99.1	223	0.9	2	בנות Girls
0.5	2	98	451	1.5	7	סה"כ Total

התפלגות ציוני Z של המשקל לאורך

Z-scores distribution for weight-for-length

טבלה 9.3: התפלגות ציוני Z של משקל לאורך לפי קבוצת אוכלוסייה ומין

עודף משקל או השמנה Overweight or obese		בסיכון לעודף משקל Possible risk for overweight		תקין Normal		רזון Wasted		סטטוס משקל לאורך Weight for length status
Z-score > (2SD)		$(+1SD) \leq Z\text{-score} \leq (2SD)$		$(-2SD) \leq Z\text{-score} \leq (1SD)$		Z-score < (-2SD)		
% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
יהודים (N=751)								
2.6	8	15.3	56	80.4	313	1.7	6	בנים Boys
4.4	16	13.4	49	81.4	300	0.8	3	בנות Girls
3.5	24	14.3	105	80.9	613	1.3	9	סה"כ Total
ערבים (N=460)								
2.1	5	18.7	44	79.2	186	0	0	בנים Boys
7.4	16	19.3	43	72.5	164	0.9	2	בנות Girls
4.7	21	19.0	87	75.9	350	0.4	2	סה"כ Total

פרק 10
תוספי תזונה לאם
ולתינוק

Chapter 10
Nutrition Supplements
for the mother and the
infant

המלצות משרד הבריאות

המלצות למתן תוספי תזונה לאם, לפני ההיריון, במהלכו ולאחריו:

(מתוך נהלי בריאות הציבור באתר משרד הבריאות)

תוסף חומצה פולית

- ❖ משרד הבריאות ממליץ לכל הנשים בגיל הפוריות ליטול חומצה פולית מדי יום, ובמיוחד לקראת הכניסה להיריון (חודש ימים לפני) ובשלושת החודשים הראשונים של ההיריון.
- ❖ מומלץ לצרוך כדור חומצה פולית במינון 400 מק"ג, יום-יום בגיל הפוריות.
- ❖ במהלך ההיריון מומלץ להמשיך וליטול חומצה פולית לצורך התפתחות העובר וגדילתו הנאותה וכן למניעת אנמיה אצל האישה ההרה.

למעבר לאתר משרד הבריאות: המלצות על חומצה פולית בהיריון

תוסף תזונה המכיל יוד

- ❖ לנשים בהיריון ונשים מניקות מומלץ ליטול מולטי וויטמין מועשר ביוד, לפחות חודש לפני הכניסה להיריון ובמשך כל תקופת ההיריון וההנקה.

למעבר לאתר משרד הבריאות: המלצות לנטילת יוד

תוסף ברזל

- ❖ מומלץ ליטול תוסף ברזל מתום החודש השלישי להיריון ועד שישה שבועות לאחר הלידה.

למעבר לאתר משרד הבריאות: המלצות לנטילת ברזל בהיריון

תוסף ויטמין D

- ❖ מומלץ ליטול תוסף ויטמין D במשך כל ההיריון ובמשך תקופת ההנקה.

למעבר לאתר משרד הבריאות: המלצות לנטילת תוסף ויטמין D בהיריון

The Ministry of Health's recommendations

Recommendations for providing nutritional supplements to the mother, before, during and after pregnancy:

(from the public health guidelines on the website of the ministry of health)

Folic acid supplement

- ❖ The ministry of health recommends that all women of childbearing age take folic acid daily, and especially before becoming pregnant (one month before) and in the first three months of pregnancy.
- ❖ It is recommended to consume folic acid 400 mcg, daily during childbearing age.
- ❖ During pregnancy, it is recommended to continue consuming folic acid in favor of the development of the fetus and its proper growth as well as prevention of anemia in the pregnant woman.

[To the Ministry of health's website: recommendations for folic acid supplementation for women](#)

Iodine supplement

- ❖ It is recommended for pregnant and lactating women to consume a multivitamin enriched with iodine, at least one month before becoming pregnant and during the entire period of pregnancy and breastfeeding.

Iron supplement

- ❖ It is recommended to consume an iron supplement from the end of the third month of pregnancy until six weeks after birth.

Vitamin D supplement

- ❖ It is recommended to consume a vitamin D supplement throughout pregnancy and during the breastfeeding period.

המלצות משרד הבריאות למתן תוספי תזונה לתינוקות

למעבר לאתר משרד הבריאות: מדריך לאנשי מקצוע, הזנת התינוק והפעוט 2021

ויטמין D

- ❖ מתן תוסף ויטמין D3 לכל תינוק (שיונק ושאינו יונק) החל מהלידה ועד תום החודש ה-12 לחיים.
- ❖ המינון היומי המומלץ הינו 400 יחידות בינלאומיות של ויטמין D3 מידי יום.

תוסף ברזל

- ❖ מתן תוסף ברזל לכל תינוק מתום החודש הרביעי עד תום החודש ה-18 לחייו.
- ❖ ניתן להפסיק את תוסף הברזל בגיל 12 חודשים בפעוטות שביצעו ספירות דם והם לא נמצאו אנמיים, כפי שמתבטא בערך המוגלובין ו-MCV.
- ❖ מינון התוסף הינו 7.5 מ"ג ליממה עד תום החודש השישי ו-15 מ"ג ליממה מתחילת החודש השביעי ועד תום החודש ה-18.
- ❖ יש לבצע סקירה של רמת ההמוגלובין לכל התינוקות החל מגיל 9 חודשים על פי נוהל משרד הבריאות.

The Ministry of Health's recommendations for providing nutritional supplements to infants:

To the Ministry of health's website: recommendations for infant feeding

Vitamin D

- ❖ Give a vitamin D3 supplement to every infant (breastfed and non-breastfed) from birth until the end of the 12th month of life.
- ❖ The recommended daily dose is 400 international units of vitamin D3 daily.

Iron supplement

- ❖ Give an iron supplement to every infant from the end of the fourth month to the end of the 18th month of his life.
- ❖ The iron supplement can be stopped at the age of 12 months in toddlers who performed a blood count and were not found to be anemic, as expressed in the value of hemoglobin and MCV.
- ❖ Dosage of the supplement is 7.5 mg per day until the end of the sixth month and 15 mg per day from the beginning of the seventh month until the end of the 18th month.
- ❖ A review of the hemoglobin level must be performed for all infants from the age of 9 months according to the directive of the Ministry of Health.

נטילת חומצה פולית לפני הכניסה להיריון Folic acid supplementation prior to conception

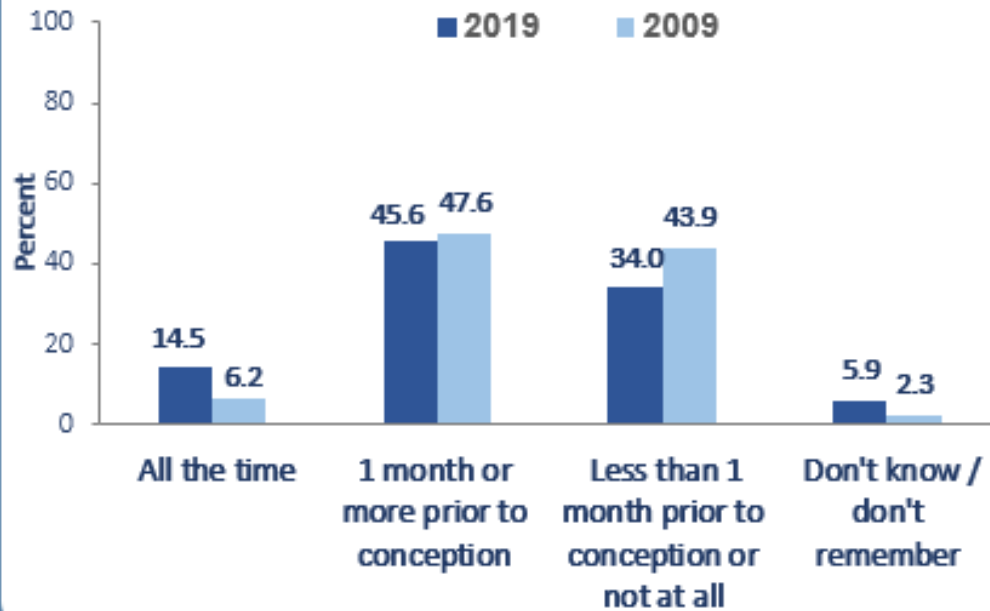
טבלה 10.1: נטילת חומצה פולית לפני הכניסה להיריון לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=1495	ערבים Arabs n=511		יהודים ואחרים Jews & others n=984		מועד התחלת נטילת חומצה פולית Commencement of Folic acid supplementation
	% משוקלל weighted	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	
12.9	7.4	38	14.5	153	כל הזמן All the time
42.7	33.1	168	45.6	446	חודש ויותר לפני הכניסה להיריון 1 month or more prior to conception
39.7	58.2	298	34.0	323	פחות מחודש לפני הכניסה להיריון או לא נטלה כלל Less than 1 month prior to conception or not at all
4.8	1.4	7	5.9	62	לא יודעת / לא זוכרת Don't know / don't remember
סה"כ Total % משוקלל weighted	% משוקלל weighted	n/N	% משוקלל weighted	n/N	נטילת חומצה פולית בהתאם להמלצות ¹ Folic acid supplementation according to recommendations ²
42.0	29.4	147/502	46.0	441/945	

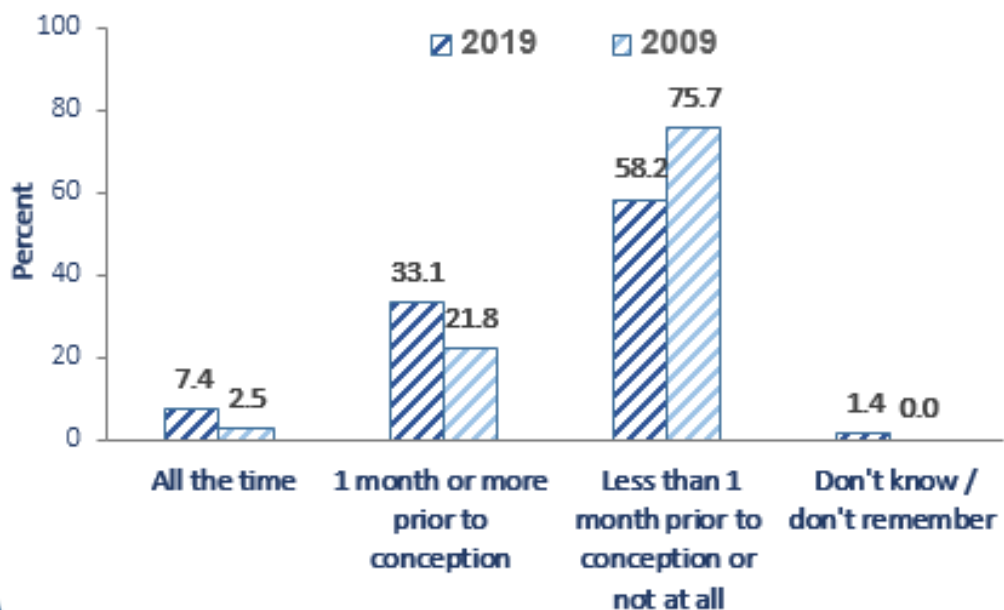
¹ חושב לפי: התוסף חומצה פולית נלקח לפחות חודש לפני הכניסה להיריון ובתדירות יומית

² Calculated according to: folic acid supplementation taken on a daily basis and at least one month before conception

**Figure 10.1.1: Folic acid supplementation prior to conception - Jews
survey 2019 compared to survey 2009**



**Figure 10.1.2: Folic acid supplementation prior to conception - Arabs
survey 2019 compared to survey 2009**



נטילת תוסף תזונה המכיל יוד לפני הכניסה להיריון

Iodine supplementation prior to conception

טבלה 10.2: נטילת תוסף תזונה המכיל יוד לפני הכניסה להיריון
לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=1472	ערבים Arabs n=510		יהודים ואחרים Jews & others n=962		מועד התחלת נטילת תוסף תזונה המכיל יוד ¹ Commencement of Iodine supplementation ²
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
89.7	93.8	479	88.4	846	פחות מחודש לפני הכניסה להיריון או בכלל לא Less than 1 month prior to conception or not at all
6.7	3.6	18	7.6	72	חודש ויותר לפני הכניסה להיריון 1 month and more prior to conception
3.6	2.6	13	3.9	44	כל הזמן All the time
סה"כ Total % משוקלל weighted	% משוקלל weighted	n/N	% משוקלל weighted	n/N	נטילת תוסף תזונה המכיל יוד בהתאם להמלצות ³ Iodine supplementation according to recommendations ⁴
7.2	4.6	23/510	8.0	79/971	

¹ 1.5% מכלל האימהות ענו "לא יודעת/לא זוכרת" ולא נכללו בעיבוד הנתונים.
² 1.5% of all the mothers answered, "do not know / do not remember", they were not included in the data analysis.

³ חושב לפי שני פרמטרים, על פי נטילת יוד שנלקח לפחות חודש לפני הכניסה להיריון ועל פי נטילה בתדירות יומית.

⁴ Calculated according to two parameters, iodine taken at least a month before conception and on a daily basis.

נטילת ברזל/ ויטמין D במהלך ההיריון Iron/vitamin D supplementation during pregnancy

טבלה 10.3: נטילת ברזל/ויטמין D במהלך ההיריון לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total	ערבים Arabs		יהודים ואחרים Jews & others		נטילת תוסף תזונה במהלך ההיריון בהתאם להמלצות ¹ Nutrition supplementation during pregnancy according to recommendations ²
	% משוקלל weighted	n/N	% משוקלל weighted	n/N	
56.8	55.4	279/503	57.2	540/953	ברזל ³ Iron ⁴
28.5	21.7	108/491	30.6	289/955	ויטמין D ⁵ Vitamin D ⁶

¹ אילו שענו "לא יודעת/לא זוכרת" לא נכללו בעיבוד הנתונים (ברזל -3.3%, ויטמין D -1.4%)

² Those who answered, "do not know / do not remember", ", were not included in the data analysis (Iron - 3.3%, vitamin D - 1.4%).

³ חושב לפי: ברזל נלקח מתום החודש השלישי להיריון, לפחות 5 חודשים בתדירות יומית.

⁴ Calculated according to: Iron taken from the end of the third month of pregnancy, for at least 5 months on a daily basis.

⁵ חושב לפי: ויטמין D נלקח לפחות 7 חודשים במהלך ההיריון ובתדירות יומית.

⁶ Calculated according to: Vitamin D taken on a daily basis and at least 7 months during pregnancy.

תוספי תזונה או תרופות הקשורות להנקה

Nutrition supplements or medications related to breastfeeding

טבלה 10.4: שימוש בתוספי תזונה או תרופות הקשורות להנקה לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total	ערבים Arabs		יהודים ואחרים Jews & others		
	% משוקלל weighted	n/N	% משוקלל weighted	n/N	
20.4	14.8	70/465	22.1	200/889	נטילת תוספי תזונה או תרופות להנקה Nutrition supplementation or medication related to breastfeeding
מטרת השימוש בתוספי התזונה או התרופות Purpose for the use of the supplements or medication					
67.3	47.7	34/69	71.5	141/197	הגברת כמות חלב האם Increase breast milk quantity
32.7	52.3	35/69	28.5	56/197	מטרות אחרות For other purposes
תוספי תזונה או תרופות שהיו בשימוש להגברת כמות חלב האם¹ Types of the supplements or medication used to increase breast milk²					
65.4	91.0	31/34	61.8	85/141	חילבה Fenugreek
21.3	14.1	5/34	22.3	29/141	מורינגה Moringa
3.4	---	---	3.9	5/141	מוטיליום Motilium
35.6	23.5	8/34	37.3	55/141	אחר Other

¹ ניתן לענות יותר מתשובה אחת. 6.7% מכלל האימהות ענו "לא יודעת/לא זוכרת" לא נכללו בעיבוד הנתונים.
² Possible to give more than one answer. 6.7% of all the mothers answered, "do not know / do not remember", they were not included in the data analysis.

מתן ויטמין D לתינוק

Vitamin D supplementation for the infant

טבלה 10.5: מתן ויטמין D לתינוק לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=1347	ערבים Arabs n=465		יהודים ואחרים Jews & others n=882		מתן ויטמין D לתינוק Vitamin D supplementation for the infant
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
82.7	85.0	396	82.0	728	כן, מקבל היום Yes, receives at present
14.1	13.4	62	14.3	125	קיבל בעבר אך אינו מקבל כעת Received in the past, but not at present
3.2	1.6	7	3.8	29	לא קיבל אף פעם Never received
סה"כ Total % משוקלל weighted	% משוקלל weighted	n/N	% משוקלל weighted	n/N	מתן ויטמין D לתינוק בהתאם להמלצות ¹ Vitamin D supplementation for the infant according to recommendations ²
50.1	59.4	278/465	47.1	404/881	

¹ חושב לפי מתן ויטמין D לתינוק מהלידה ובתדירות יומית.

² Calculated according to: Vitamin D supplementation for the infant from birth and on a daily basis.

גיל ממוצע בעת התחלת מתן ויטמין D לתינוק

Mean age of commencement of Vitamin D supplementation for the infant

טבלה 10.6: גיל ממוצע בעת התחלת מתן ויטמין D לתינוק לפי קבוצת אוכלוסייה

גיל (שבועות, משוקלל) Age (weeks, weighted)					n	קבוצת אוכלוסייה Population group
טווח Range	אחוזון 90 90 th percentile	אחוזון 75 75 th percentile	חציון Median	ממוצע (סטיית תקן) Mean (SD)		
0.0-39.1	8.7	1.0	0.0	2.4 (5.5)	738	יהודים ואחרים Jews & others
0.0-41.3	13.7	1.0	0.0	2.5 (5.9)	443	ערבים Arabs
0.0-41.3	8.7	1.0	0.0	2.5 (5.6)	1181	סך הכל Total

בסקר הנוכחי נמצא שהאימהות התחילו לתת תוסף ויטמין D סמוך יותר ללידת התינוק (בהתאם להמלצות) בהשוואה לסקר מב"ת לרך משנת 2009. בסקר מב"ת לרך 2009, גיל התחלת מתן ויטמין D לתינוק היה: 5 ימים באחוזון 25, שבועיים באחוזון 50, ו-4 שבועות באחוזון 75 וגם באחוזון 90 (N=1256). בהתאמה, גיל התחלת מתן ויטמין D לתינוק בקרב אימהות יהודיות היה: 6 ימים, שבועיים ו-4 שבועות (4 שבועות גם באחוזון 90), ובקרב האימהות הערביות: 5 ימים, שבוע, 4 שבועות ו-5 שבועות.

The current survey found that mothers started giving vitamin D supplementation closer to the birth of the infant (in accordance with the recommendations) compared to the 2009 Infant Survey. In the 2009 Infant Survey, the age of commencement of vitamin D for the infant was: 5 days in the 25th percentile, 2 weeks in the 50th percentile, and 4 weeks in the 75th and 90th percentile (N=1256). Respectively, the age of commencement of vitamin D for the infants among Jewish mothers was: 6 days, 2 and 4 weeks (4 weeks also in the 90th percentile), and among Arab mothers, 5 days, 1 week, 4 and 5 weeks.

מתן ברזל לתינוק

Iron supplementation for the infant

טבלה 10.7: מתן ברזל לתינוק לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=1345	ערבים Arabs n=465		יהודים ואחרים Jews & others n=880		מתן ברזל לתינוק Iron supplementation for the infant
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
83.7	86.8	404	82.8	727	כן, מקבל היום Yes, receives at present
11.8	11.0	51	12.0	109	קיבל בעבר אך אינו מקבל כעת Received in the past, but not at present
4.5	2.2	10	5.2	44	לא קיבל אף פעם Never received
העלאת מינון הברזל סביב גיל חצי שנה Increasing the iron dosage at around the age of six months					
סך הכל Total N=1288	ערבים Arabs n=451		יהודים ואחרים Jews & others n=837		
78.5	79.4	358	78.2	651	כן Yes
20.2	19.6	88	20.4	172	לא No
1.3	1.1	5	1.4	14	Don't know/ don't remember/other
סך הכל Total % משוקלל weighted	% משוקלל weighted	n/N	% משוקלל weighted	n/N	מתן ברזל לתינוק בהתאם להמלצות ¹ Iron supplementation for the infant according to recommendations ²
46.4	48.1	225/465	45.9	393/877	

¹ חושב לפי שני פרמטרים, על פי מתן ברזל לתינוק מתום החודש הרביעי לחייו ובתדירות יומית.

² Calculated according to two parameters, Iron supplementation for the infant from the 4th month of life and on a daily basis.

גיל ממוצע בעת התחלת מתן ברזל לתינוק

Mean age of commencement of Iron supplementation for the infant

טבלה 10.8: גיל ממוצע בעת מתן ברזל לתינוק לפי קבוצת אוכלוסייה

גיל (חודשים, משוקלל) Age (months, weighted)					n	קבוצת אוכלוסייה Population group
טווח Range	אחוזון 75 th 75 th percentile	חציון Median	אחוזון 25 th 25 th percentile	ממוצע (סטיית תקן) Mean (SD)		
0.0-10.0	4.0	4.0	4.0	4.1 (1.1)	823	יהודים ואחרים Jews & others
0.0-10.0	4.0	4.0	4.0	3.9 (1.2)	451	ערבים Arabs
0.0-10.0	4.0	4.0	4.0	4.0 (1.2)	1274	סך הכל Total

בקרבת תינוקות שלא קיבלו ברזל אף פעם (N=54), ציינו האימהות את הסיבות הבאות: ההורים שכחו (34.1%), אין אמונה במתן תוספי תזונה (32.0%), לא הומלץ על ידי רופא או אחות (11.4%), סיבות אחרות (22.6%).

Among infants who never received iron supplementation (N = 54), mothers cited the following reasons: parents forgot (34.1%), no belief in giving nutritional supplements (32.0%), not recommended by a doctor or nurse (11.4%), other reasons (22.6%).

בסקר מב"ת לרך 2009, מועד התחלת מתן תוסף ברזל לתינוק היה דומה לסקר הנוכחי.

In the 2009 Infant Survey, the age of commencement of Iron supplementation for the infant was similar to the current survey.

פרק 11

הרגלי שינה ועישון

Chapter 11

Sleeping habits and smoking

המלצות משרד הבריאות

המלצות לשינה בטוחה של התינוק 2021
בנושא של תנוחה ומקום שינה עד גיל שנה
(במטרה להפחית את הסיכון למוות בעריסה)

- ❖ השינה תהיה במיטת תינוק בלבד.
- ❖ על התינוק לישון בחדר ההורים לפחות עד גיל חצי שנה, עדיף עד גיל שנה.
- ❖ יש להשכיב את התינוק לישון על הגב בשנת היום ובשנת הלילה.

[למעבר לאתר משרד הבריאות: המלצות לשינה בטוחה של התינוק](#)

נזקי העישון בתקופת ההיריון

- ❖ עישון וחשיפה לעישון בתקופת ההיריון מזיקים לאישה ועלולים לפגוע בעובר.

[למעבר לאתר משרד הבריאות: נזקי העישון בהיריון](#)

The Ministry of Health's recommendations

Recommendations for infant's safe sleep 2021

On the subject of position and place of sleeping till age one year
(in order to reduce the risk of Sudden Infant Death Syndrome)

- ❖ Sleeping should be only in a crib.
- ❖ The infant should sleep in the parents' room at least until the age of six months, preferably until the age of one year.
- ❖ The infant should be put to sleep on his back for the daytime sleep and the nighttime sleep.

[To the Ministry of health's website: recommendations for infant's safe sleep](#)

The harm of smoking during pregnancy

- ❖ Smoking and exposure to smoking during pregnancy is harmful to the woman and may harm the fetus.

[To the Ministry of health's website: recommendations for avoiding smoking](#)

מקום השינה של התינוק

Infant's sleeping place

טבלה 11.1: מקום השינה של התינוק בגיל 4 חודשים לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=1343	ערבים Arabs n=465		יהודים ואחרים Jews & others n=878		מקום השינה של התינוק בגיל 4 חודשים Infant's sleeping place at age 4 months
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
71.9	80.0	372	69.3	616	בחדר ההורים במיטה נפרדת או עריסה In the parent's room in a separate bed or crib
11.0	6.4	30	12.4	102	בחדר ההורים במיטה שנצמדת למיטת ההורים In the parent's room in a bed attached to their bed
10.5	10.3	47	10.6	97	בחדר ההורים במיטת ההורים In the parent's room, in their bed
6.4	3.2	15	7.4	61	בחדר אחר In a separate room
0.2	0.2	1	0.2	2	אחר Other

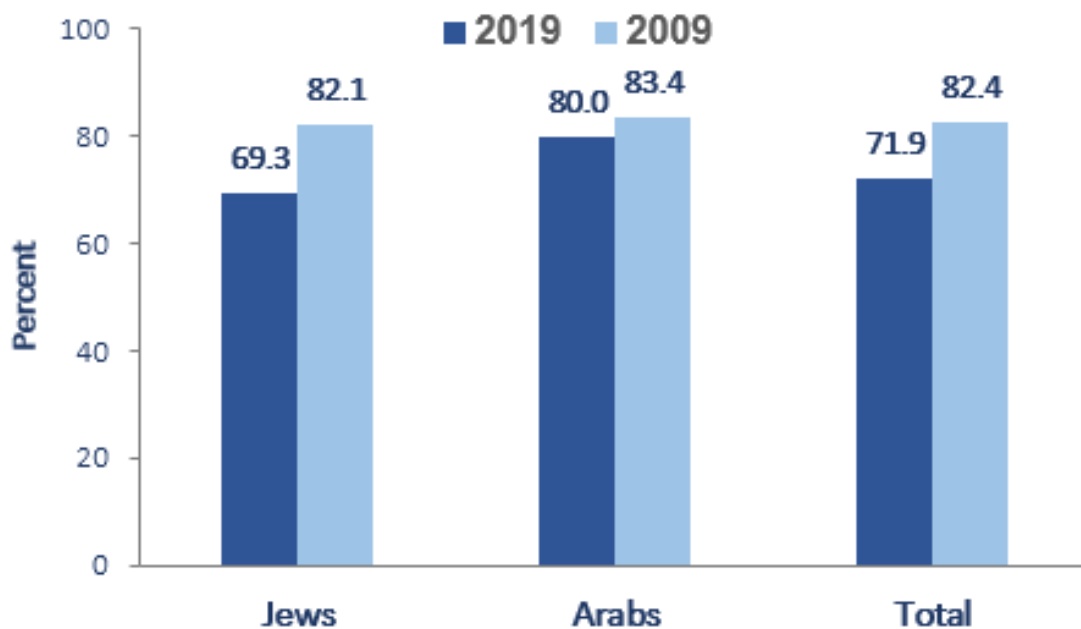
מקום השינה של התינוק

בסקר הנוכחי, בהשוואה לסקר שבוצע לפני עשור, נצפתה ירידה באחוז התינוקות שמקום השינה שלהם בהתאם להמלצות לשינה בטוחה. ייתכן שהדבר נובע מעליה בשימוש במיטה הנצמדת למיטת ההורים, שלא נכללת בהמלצות לשינה בטוחה.

Infant's sleeping place

In the current survey, there is a decrease in the percent of infants whose sleeping place was in accordance with the recommendations for safe sleep compared to the survey carried out a decade ago. This may be due to an increase in the use of a bed attached to the parents' bed that is not included in the recommendations for safe sleep.

Figure 11.1.1: Infant's sleeping place - in the parent's room in a separate bed or crib survey 2019 compared to survey 2009



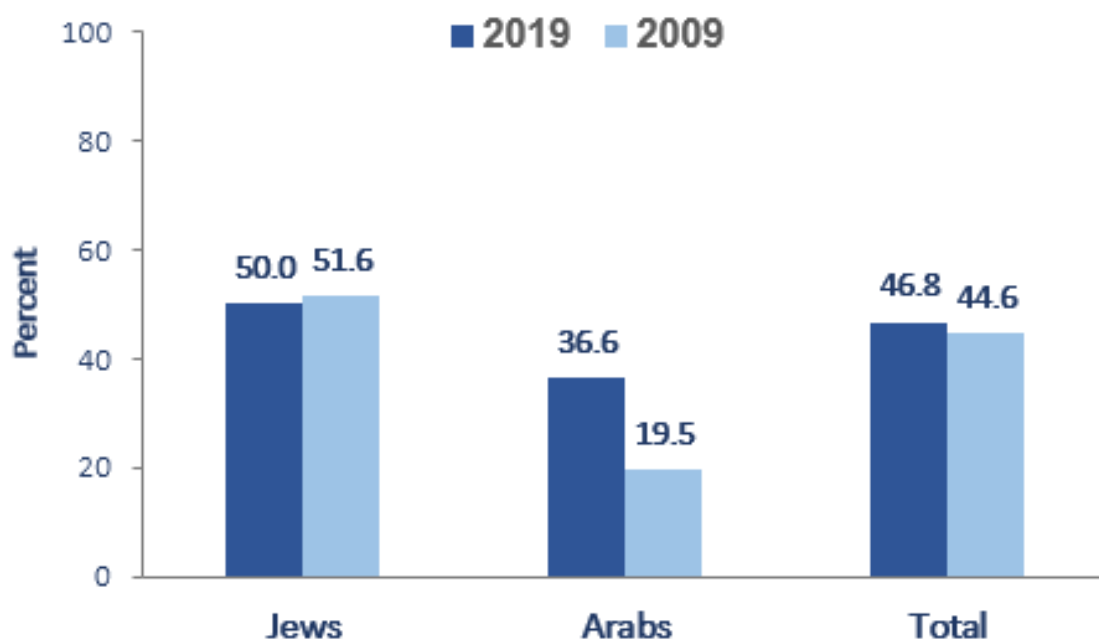
תנוחת השינה של התינוק

The infant's sleeping position

טבלה 11.2: תנוחת השינה של התינוק בגיל 4 חודשים לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=1342	ערבים Arabs n=465		יהודים ואחרים Jews & others n=877		תנוחת השינה של התינוק בגיל 4 חודשים Infant's sleeping position at age 4 months
% משוקלל weighted	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
46.8	36.6	170	50.0	445	על הגב On his/her back
53.2	63.4	295	50.0	432	תנוחות אחרות Other positions

Figure 11.2.1: Infant's sleeping position - on the back at age 4 months survey 2019 compared to survey 2009



עישון Smoking

טבלה 11.3: עישון לפי קבוצת אוכלוסייה

סך הכל Total N=1343	ערבים Arabs n=465		יהודים ואחרים Jews & others n=878		עישון Smoking
	% משוקלל weighted	n	% משוקלל weighted	n	
10.8	9.0	41	11.4	90	עישון האם כיום ¹ Current maternal smoking ²
3.5	2.1	10	4.0	31	עישון האם במהלך ההיריון Maternal smoking during pregnancy
חשיפת התינוק לעשן סיגריות בבית או ברכב The infant's exposure to cigarette smoke at home or in the car					
סה"כ Total % משוקלל weighted	% משוקלל weighted	n/N	% משוקלל weighted	n/N	
3.8	9.2	42/464	2.1	18/876	בקרב כלל אוכלוסיית הסקר Amongst the entire survey population
13.7	15.2	42/280	12.1	18/150	בקרב המעשנים בבית או ברכב Amongst smokers at home or in the car

¹ 99.8% מהאימהות דיווחו שהן לא משתמשות בסיגריות אלקטרוניות.
² 99.8% of the mothers reported that they do not use an e-cigarette.

עישון האם במהלך ההיריון

בסקר הנוכחי נמצא שיעור נמוך יותר של אימהות יהודיות אשר עישנו במהלך ההיריון בהשוואה לסקר מב"ת לרך משנת 2009 (4.0%, 8.0% בהתאמה). לעומת זאת, נמצא שיעור גבוה יותר של אימהות ערביות אשר עישנו במהלך ההיריון (2.0%, 1.1% בהתאמה).

Maternal smoking during pregnancy

In the current survey, a lower percentage of Jewish mothers was found who smoked during pregnancy compared to the 2009 Infant Survey (4.0%, 8.0% respectively). Conversely, a higher percentage of Arab mothers was found who smoked during pregnancy (2.0%, 1.1% respectively).

שאלון הסקר

שאלון מב"ת לרך השני 2019

תאריך: _____
מספר נדגם: _____
שעת התחלה: _____

סוקר/ת קרא/י:

שלום רב,
שמי..... ואני מתקשרת ממשרד הבריאות.
אנו מבצעים סקר טלפוני בנושא תינוקות שמטרתו להעריך את תזונת התינוק מהלידה עד היום. שמך עלה במדגם שלנו ואני מבקשת את הסכמתך לראיון טלפוני.
האם הגעתי למשפחת _____?
האם אפשר לדבר עם גברת _____? (שם האם)
האם את אמו/ה של _____ (להקריא את שם התינוק/ת)?
אם לא, מתי אפשר יהיה לשוחח איתה?
אם זוהי האם, להמשיך בראיון. אם לא, יש לנסות לקבוע מועד בו האם תשהה בבית להתקשרות חוזרת.

סוקר/ת קרא/י:

כל המידע הינו חסוי וישמש רק לצרכי מחקר. כמו כן, השתתפותך היא התנדבותית ואת רשאית לא לענות על שאלות מסוימות או להפסיק את הראיון. את פרטייך קיבלנו ממשרד הבריאות.
האם תהיי מוכנה לענות לי על השאלות במהלך כ- 30 דקות?
(אם כן- להתחיל בראיון. אם לא- מתי אפשר יהיה להתקשר?: לתאם מועד אחר)

1. ההיריון והלידה

1.1 מהו מין התינוק? 1. זכר 2. נקבה 98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

1.2 האם לידת _____ (שם התינוק/ת) הייתה לידת _____ (קראי את האפשרויות):

1. יחיד
 2. תאומים
 3. יותר מתאומים – סוקרת: לא לקרוא – אט אומרת יותר מתאומים אמרי "תודה רבה, זה מה שרצונו לדעת" וסיימי את הראיון "תודה שהשתתפת במחקר".
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

1.3 מה היה משקל הלידה של _____ (שם התינוק/ת)? _____ גרמים
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

1.4 האם _____ (שם התינוק/ת) נולד/ה ב:

1. בלידת בית - עברי feafe 1.5
 2. בבית חולים - עברי feafe 1.6
 3. אחר: _____ עברי feafe 1.7
- לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - עברי feafe 1.7

1.5 האם הגעת לאחר הלידה לבית חולים?

1. כן
 2. לא – עברי feafe 1.7
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - עברי feafe 1.7

1.6 כמה ימים שהית בבית החולים לאחר הלידה? _____ ימים
 98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

1.7 האם הלידה הייתה (קראי את האפשרויות):

1. לידה רגילה (לא כולל ואקום או מלקחיים)
 2. לידה מכשירנית: ואקום או מלקחיים
 3. לידה בניתוח קיסרי שאינו מתוכנן (חירום)
 4. לידה בניתוח קיסרי מתוכנן (אלקטיבי)
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

1.8 האם במהלך ההיריון קיבלת הדרכה מאיש מקצוע לגבי הנקה?

1. כן
 2. לא - צברי leaf 1.11
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - צברי leaf 1.11

1.9+1.10 **לסוקרת: אם כן - 1.9 מסמנים "כן" ויש לצבור 1.10. אם מסמנים "לא" יש לצבור לסציל הפא.**

1.10 מי הדריך אותך?		1.9 באיזו מסגרת קיבלת הדרכה על הנקה במהלך ההיריון?			
	מספר	לא	כן		מספר
1. אחות 2. דיאטנית 3. רופא 4. דולה 5. אחר	1.10.1	2	1	קורס הכנה ללידה	1.9.1
1. אחות 2. דיאטנית 3. רופא 4. דולה 5. אחר	1.10.2	2	1	קורס הנקה	1.9.2
1. אחות 2. דיאטנית 3. רופא 4. אחר	1.10.3	2	1	טיפת חלב	1.9.3
1. אחות 2. דיאטנית 3. רופא 4. אחר	1.10.4	2	1	קופת חולים	1.9.4
1. אחות 2. דיאטנית 3. רופא 4. דולה 5. אחר	1.10.5	2	1	בית חולים	1.9.5
1. אחות 2. דיאטנית 3. רופא 4. אחר	1.10.6	2	1	מרכז לבריאות האישה	1.9.6
		2	1	תומכת לידה (דולה פרטית, לא קורס)	1.9.7
		2	1	אחר, פרטי	1.9.8

1.11 לפני ההיריון האחרון, האם נטלת חומצה פולית או ויטמינים המכילים חומצה פולית?
הפנהרר לסוקרת: מולטי ויטמינים להריון מכילים כולל חומצה פולית

1. כן
 2. לא - צברי leaf 1.14
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - צברי leaf 1.14

1.12 כמה זמן לפני ההיריון התחלת ליטול חומצה פולית?

1. _____ חודשים
 2. לוקחת כל הזמן ללא קשר להריון
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

1.13 באיזו תדירות נטלת חומצה פולית לפני ההיריון האחרון?

1. 6-7 פעמים בשבוע
 2. 4-5 פעמים בשבוע
 3. 1-3 פעמים בשבוע
 4. פחות מפעם בשבוע
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

**1.14 לפני ההיריון האחרון, האם נטלת תוסף תזונה המכיל יוד?
הבהרה לסוקרת: מולטי ויטמינים להריון מכילים כולסטרול יוד**

1. כן
2. לא - *צגרי לאפה 1.17*
3. נטלתי תוסף יוד רק במהלך ההיריון, לא לפני ההיריון *צגרי לאפה 1.17*
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - *צגרי לאפה 1.17*

1.15 כמה זמן לפני ההיריון התחלת ליטול תוסף תזונה המכיל יוד?

1. _____ חודשים
2. לוקחת כל הזמן ללא קשר להריון
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

1.16 באיזו תדירות נטלת את תוסף התזונה המכיל יוד לפני ההיריון האחרון?

1. 6-7 פעמים בשבוע
2. 4-5 פעמים בשבוע
3. 1-3 פעמים בשבוע
4. פחות מפעם בשבוע
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

**1.17 האם נטלת תוסף ברזל לחוד או כחלק ממולטי ויטמין במהלך ההיריון?
הבהרה לסוקרת: מולטי ויטמינים להריון מכילים כולסטרול ברזל**

1. כן, מתחילת ההיריון
2. כן, משבוע 12 בערך והלאה
3. כן, התחלתי ליטול תוסף ברזל לקראת סוף ההיריון
4. לא - *צגרי לאפה 1.20*
5. אחר, פרטי: _____
6. מוסף כן, מאמצע ההיריון בערך
7. מוסף כן, לא זוכרת מתי התחילה
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

1.18 למשך כמה זמן במהלך ההיריון נטלת תוסף ברזל?

1. _____ חודשים
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

1.19 באיזו תדירות נטלת את תוסף הברזל?

1. בתדירות של 6-7 פעמים בשבוע
2. בתדירות של 4-5 פעמים בשבוע
3. בתדירות של 1-3 פעמים בשבוע או פחות
4. אחר, פרטי: _____
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

**1.20 האם נטלת תוסף ויטמין D לחוד או כחלק ממולטי ויטמין במהלך ההיריון?
הבהרה לסוקרת: מולטי ויטמינים להריון מכילים כולסטרול ויטמין D**

1. כן
2. לא - *צגרי לאפה 1.23*
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - *צגרי לאפה 1.23*

1.21 במשך כמה זמן נטלת תוסף ויטמין D במהלך ההיריון?

1. _____ חודשים
2. אחר, פרטי: _____
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

1.22 באיזו תדירות נטלת תוסף ויטמין D במהלך ההיריון?

1. בתדירות של 6-7 פעמים בשבוע
 2. בתדירות של 4-5 פעמים בשבוע
 3. בתדירות של 1-3 פעמים בשבוע או פחות
 4. אחר, פרטי: _____
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

1.23 האם במהלך ההיריון הייתה לך כוונה להניק את _____ (שם התינוק/ת)?

1. כן – *עגרי אלה 1.25*
 2. לא
 3. לא, היית בטוחה התלבטת
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - *עגרי אלה 1.25*

1.24 מהי הסיבה העיקרית שבגללה לא התכוונת להניק את _____ (שם התינוק/ת)?

1. לא מתחברת להנקה
 2. חוסר הצלחה בהנקה בעבר
 3. אחר, פרטי: _____
 4. מוסף: קשה להניק
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

1.25 כמה ילדים יש לך סה"כ? _____ ילדים

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

1.26 מה מיקום הילד בין הילדים במשפחה?

0. ראשון
 1. שני
 2. שלישי
 3. רביעי
 4. חמישי ומעלה
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

1.27 חוץ מ _____ (שם התינוק/ת), האם הנקת ילדים אחרים בעבר?

(*סוקרת: עאימת חלב אמ נחשבת כהנקה*)

1. כן
 2. לא – *עגרי אסציוף הבא (2 - דמוגרפיה)*
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - *עגרי אסציוף הבא (2 - דמוגרפיה)*

1.28 האם את מגדירה את ההנקה/ות הקודמת/ות כחוויה חיובית?

1. כן, לרוב
 2. לא
 3. אחר, פרטי: _____
 4. מוסף: חלקית
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

2. דמוגרפיה

סוקרת: קרא! "עכשיו אשאל אותך כמה שאלות על עצמך".

2.1 באיזו שנה נולדת? _____ | 19 _____ | או _____ | 20 _____

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

2.2 מה מצבך המשפחתי?

1. נשואה או חיה עם בן/בת זוג
2. גרושה או פרודה
3. רווקה
4. אלמנה
5. אחר, פרטי: _____
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

2.3 האם את?

1. יהודיה
2. בדואית
3. ערביה מוסלמית (לא בדואית)
4. ערביה נוצרית
5. נוצרית שאינה ערביה
6. דרוזית
7. אחר, פרטי: _____
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

2.4 האם את מגדירה את עצמך כ:

1. חילונית/לא דתית
2. מסורתית/לא כל כך דתית
3. דתייה
4. חרדית/דתית מאד
5. אחר, פרטי: _____
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

2.5 כמה שנים בסה"כ למדת במהלך חיך בכל בתי הספר כולל השכלה גבוהה? לא כולל שנת לימודים

- שלא הסתיימה _____ שנים
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

2.6 מהי התעודה הכי גבוהה שיש לך?

1. תעודת סיום של בי"ס יסודי או של חטיבת ביניים, כולל את מי שלמד בתיכון ולא סיים
2. תעודה סיום של בית ספר תיכון שאינה תעודת בגרות
3. תעודת בגרות
4. תעודת סיום של בי"ס על-תיכוני שאינה תעודה אקדמית
5. תואר אקדמי ראשון B.A או תואר מקביל כולל תעודה אקדמית
6. תואר אקדמי שני M.A או תואר מקביל, כולל M.D דוקטור ברפואה
7. תואר אקדמי שלישי PhD או תואר מקביל
8. לא קיבלת אף אחת מהתעודות שצוינו
9. תעודה אחרת, פרטי _____
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

2.7 באיזו ארץ נולדת?

1. ישראל *עכרי אפא* 2.9
2. ארץ אחרת, פרטי: _____
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

2.8 באיזו שנה עלית לארץ? 19|_|_| 20|_|_|

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

2.9 באיזו קופת חולים את חברה?

1. שירותי בריאות כללית
2. מכבי שירותי בריאות
3. קופת חולים מאוחדת
4. קופת חולים לאומית
5. שירותי בריאות של צה"ל
6. אחר: _____
98. לא יודעת/לא זוכרת
99. מסרבת

3. השהות במחלקת יולדות/בית יולדות

סוקרת: קראי: "בשאלות הבאות אשאל לגבי השהות במחלקת היולדות לאחר הלידה. השאלות מתייחסות ללידת _____ (שם התינוק/ת) לפני 9-12 חודשים".

פסוקרת: אמ ילדה פלידת בית ולא הציצה לבית החולים (עאלות 1.4, 1.5) - עברי פאלפה 3.13

3.1 האם היה ניסיון הנקה - חשיפת התינוק לשד, בשעה הראשונה לאחר הלידה?

1. כן - עברי פאלפה 3.3
2. לא
98. לא יודעת/לא זוכרת
99. מסרבת - עברי פאלפה 3.3

3.2 מהי הסיבה לכך שלא היה ניסיון הנקה בשעה הראשונה לאחר הלידה?

1. לא הוצע לך ע"י הצוות בחדר הלידה
2. לא התאפשר לך להניק מסיבה רפואית הקשורה בתינוק
3. לא התאפשר לך להניק מסיבה רפואית הקשורה בך, לא כולל ניתוח קיסרי
4. לא התאפשר לך להניק לאחר ניתוח קיסרי
5. לא רצית להניק
6. אחר, פרטי: _____
7. מוסף: הרגשה לא טובה של האם לאחר הלידה
98. לא יודעת/לא זוכרת
99. מסרבת

3.3 האם בזמן שהותך במחלקת היולדות הציעו לך כחלק מסדר היום במחלקה?

מסרבת	לא יודעת	לא	כן		
99	98	2	1	הדרכה קבוצתית בנושא הנקה	3.3.1
99	98	2	1	הדרכה פרטנית בנושא הנקה	3.3.2

3.4 האם בזמן שהותך במחלקת היולדות קיבלת כחלק מסדר היום במחלקה?

מסרבת	לא יודעת	לא	כן		
99	98	2	1	הדרכה קבוצתית בנושא הנקה	3.4.1
99	98	2	1	הדרכה פרטנית בנושא הנקה	3.4.2

3.4.3 האם בזמן שהותך במחלקת היולדות קיבלת הדרכה או עזרה פרטנית בנושא הנקה באופן מיוחד

על פי בקשתך?

1. כן
2. לא - עברי פאלפה 3.6
98. לא יודעת/לא זוכרת
99. מסרבת - עברי פאלפה 3.6

3.5 (אם כן), מה הייתה הסיבה העיקרית לבקשתך?

1. לתינוק היו קשיים עם ההנקה
2. בגלל משקל התינוק/ת
3. לא היית בטוחה שהתינוק מקבל מספיק חלב אם
4. היו לך כאבים
5. זו הייתה הפעם הראשונה, לא היה לך ניסיון בהנקה
6. אחר, פרטי: _____
7. מוסף: לוודא שתהליך ההנקה נכון
8. מוסף: קושי של האם עם ההנקה
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

3.6 במרבית הזמן במחלקת היולדות, האם (שם התינוק/ת) _____ היה/תה איתך? (קראי את האפשרויות):

1. במשך כל היום וכל הלילה
2. בשעות היום, אבל לא בלילה
3. בעיקר בשעות ההאכלה
4. אחר, פרטי: _____
5. מוסף: התינוק הופרד מהאם מסיבות רפואיות (פגיה, ט"נ, צהבת וכו')
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

3.7 האם _____ (שם התינוק/ת) ינק/ה או אכל/ה חלב אם שאוב במהלך השעות במחלקת היולדות?

1. כן
2. לא - *צמרי leaf 3.10*
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - *צמרי leaf 3.10*

3.8 במחלקת היולדות, האם איפשרו לך להניק או להאכיל בחלב אם שאוב את _____ (שם התינוק/ת):

1. כשהייתה/תה רעב/ה, לפי דרישת התינוק/ת
2. בשעות קבועות או בהפרשי זמן קבועים
3. אחר, פרטי: _____
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

3.9 כשהיית במחלקת היולדות, האם ביקשת ש _____ (שם התינוק/ת) יקבל/תקבל רק חלב אם?

1. כן
2. לא
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

3.10 האם _____ (שם התינוק/ת) אכל/ה פורמולה לתינוקות במהלך האשפוז לאחר הלידה?

- לסוקרת: אם האמא לא יודעת מה זה פורמולה לתינוקות צייני כי מדובר במטבחה, סימילאק וכו'.*
1. כן
 2. לא *צמרי leaf 3.12*
 98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת *צמרי leaf 3.12*

3.11 מדוע _____ (שם התינוק/ת) אכל/ה פורמולה לתינוקות במהלך האשפוז לאחר הלידה?

- (לסוקרת: לא להקריא תשובות. אם אומרת leaf יודעת להקריא את התשובות. יש לסמן תשובה אחת.)*
1. כי לא רצית להניק בכלל
 2. כי רצית לנוח
 3. כי התינוק לא רצה לינוק
 4. כי הרגשת שלא היה לך מספיק חלב
 5. לפי החלטת הצוות הרפואי בלי סיבה רפואית
 6. לפי החלטת הצוות הרפואי בגלל סיבה רפואית
 7. אחר: פרטי _____
 8. מוסף: היו לאימא קשיים עם ההנקה
 9. מוסף: היו לתינוק קשיים עם ההנקה
 10. מוסף: האימא רצתה לשלב הנקה ופורמולה מההתחלה
 98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

3.12 האם התינוק/ת קיבל/ה מוצץ בבית החולים במחלקת היילודים?

1. כן - *עברי afafe 3.15*

2. לא

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

3.13 האם התינוק/ת קיבל/ה מוצץ אי פעם?

1. כן

2. לא - *עברי אסצויף הבא (4- הזנת התינוק)*

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - *עברי אסצויף הבא (4- הזנת התינוק)*

3.14 באיזה גיל קיבל/ה התינוק/ת מוצץ בפעם הראשונה?

1. _____ ימים

2. _____ שבועות

3. _____ חודשים

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

3.15 לגבי השימוש במוצץ, האם _____ (שם התינוק/ת):

1. הפסיקה להשתמש במוצץ.

2. משתמשת במוצץ בעיקר לפני השינה ובמהלכה

3. משתמשת במוצץ רוב הזמן

4. אחר: פרטי, _____

5. מוסף: משתמשת במוצץ בתדירות נמוכה

6. מוסף: משתמשת במוצץ חלק מהזמן

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

4. הזנת התינוק

סוקרנת, קראי: "כעת אשאל אותך על תזונת התינוק"

4.1 איך האכלת בדרך כלל את _____ (שם התינוק/ת) בחודשים הראשונים לחיים?

1. כשהיה/ה רעב/ה, לפי דרישת התינוק/ת

2. בשעות קבועות או בהפרשי זמן קבועים, רק כשהתינוק/ת ער/ה

3. בשעות קבועות או בהפרשי זמן קבועים, כולל הערת התינוק/ת משינה

4. אחר, פרטי: _____

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

4.2 האם _____ (שם התינוק/ת) ינק/ה אי פעם אפילו לזמן מועט, כולל חלב אם שאוב?

1. כן

2. לא - *עברי אסצויף 4A*

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - *עברי afafe 4.6*

4.3 עד איזה גיל _____ (שם התינוק/ת) רק ינק/ה או אכל/ה רק חלב אם שאוב, ללא כל תוספות כלשהן

כגון: שתייה כמו מים ותה, פורמולות לתינוקות או מזון כלשהו כולל טעימות?

1. לא ינק/ה בלעדית כלל - *עברי afafe 4.6*

2. _____ ימים

3. _____ שבועות

4. _____ חודשים

5. עדיין יונק/ת ללא תוספות

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

4.4 מה היה אופן ההנקה העיקרי בתקופת ההנקה הבלעדית של _____ (שם התינוק/ת)?

1. הנקה ישירה מהשד
 2. לרוב הנקה ישירה עם חלב אם שאוב מידי פעם
 3. בעיקר חלב אם שאוב
 4. אחר, פרטי: _____
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

4.5 האם מאז ההגעה הביתה מבית היולדות ועד היום, _____ (שם התינוק/ת) אכלה אי פעם פורמולה לתינוקות?

1. כן, באופן קבוע
 2. כן, מידי פעם – *צברי fkef* 4.7
 3. לא, אף פעם – *צברי fkef* 4.12
 4. לא, רק במהלך אשפוז הלידה בבית החולים – *צברי fkef* 4.12
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת – *צברי fkef* 4.12

4.6 באיזה גיל התחלת לתת ל _____ (שם התינוק/ת) פורמולות לתינוקות באופן קבוע?

1. _____ ימים
 2. _____ שבועות
 3. _____ חודשים
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

4.7 מה סוג הפורמולה העיקרי בו האכלת את _____ (שם התינוק/ת)?

1. חלבית - *צברי fkef* 4.9
 2. צמחית
 3. אחר: _____ – *צברי fkef* 4.9
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת – *צברי fkef* 4.9

4.8 מהי הסיבה העיקרית שבגללה אוכלת _____ (שם התינוק/ת) פורמולה צמחית?

1. אלרגיה לחלב פרה – תגובה שמתבטאת לרוב בפריחה חריפה או חנק
 2. רגישות לחלב פרה או הרגשה לא טובה – לרוב תסמינים של מערכת העיכול כגון שלשולים
 3. מטעמי כשרות
 4. אחר, פרטי: _____
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

4.9 האם _____ (שם התינוק/ת) אכלה אי פעם פורמולה מסוג קומפורט?

1. כן
 2. לא
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

4.12 באיזה גיל של _____ (שם התינוק/ת) הפסקת להניק או לשאוב חלב אם?

- לסוקרת: לא להקריא את התשובות.**
1. _____ ימים
 2. _____ שבועות
 3. _____ חודשים
 4. עדיין יונקת – *צברי fkef* 4.16
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

4.13 אקריא לך כעת רשימה של סיבות להפסקת הנקה. עבור כל סיבה, אמרי לי האם השפיעה על החלטתך להפסיק להניק את (שם התינוק/ת):

מסרב	לא יודעת	2. לא	1. כן	סיבות להחלטה להפסיק להניק
99	98	2	1	1. הפסקת להניק כי רצית להפסיק
99	98	2	1	2. הפסקת להניק כי לא היה לך מספיק חלב
99	98	2	1	3. הפסקת להניק בגלל כאבים ו/או קשיים בהנקה
99	98	2	1	4. הפסקת להניק בגלל עייפות שלך
99	98	2	1	56. חדש: Q4_13_56 הפסקת להניק בגלל מחלה או אשפוז שלך או של התינוק/ת
99	98	2	1	7. הפסקת להניק בגלל שהתינוק/ת גמלה את עצמו/ה, ולא רצה/רצתה לינוק
99	98	2	1	8. הפסקת להניק בגלל שחזרת לעבודה או ללימודים
99	98	2	1	10. הפסקת להניק בגלל הצורך לטפל בילדים האחרים שלך
99	98	2	1	11. הפסקת להניק כי איש מקצוע ייעץ לך להפסיק
99	98	2	1	12. מוסף: הפסקת להניק כי נכנסת להריון

4.14 האם הייתה סיבה אחרת שהשפיעה על החלטתך להפסיק להניק אותה לא הזכרתי קודם?

1. כן

2. לא – עברי *fake* 4.16

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

4.15 מהי פרטי:

4.16 בתקופת ההנקה של _____ (שם התינוק/ת) האם היו לך אי פעם כאבים בשד הקשורים להנקה?

1. כן

2. לא – עברי *fake* 4.21

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת – עברי *fake* 4.21

4.17 בן/בת כמה היה/תה _____ (שם התינוק/ת) כשזה קרה בפעם הראשונה?

1. _____ ימים

2. _____ שבועות

3. _____ חודשים

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

4.18 האם פנית לעזרה בנושא הכאבים בשד?

1. כן

2. לא – עברי *fake* 4.21

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת – עברי *fake* 4.21

4.19 (אם כן) למי פנית בנושא הכאבים בשד? אפשר לסמן יותר מתשובה אחת

1. יועצת הנקה

2. רופא/ה

3. אחות

4. בן/בת משפחה או חברה

5. ארגון תמיכה בהנקה, למשל, ארגון לה לצ'ה

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

4.20 האם הכאב השפיע על אופן ההנקה?

1. לא, המשכת להניק כמו קודם
2. כן, המשכת להניק, אבל הוספת פורמולה
3. כן, עברת לשאיבת חלב באופן זמני או קבוע (לסוקרות): לא להקריא: שאיבה בשילוב הנקה או רק שאיבה)
6. כן, הפסקת לחלוטין להניק
7. אחר, פרטי: _____
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

4.21 בתקופת ההנקה, האם את משתמשת ו/או השתמשת בתוספי תזונה או בתרופות הקשורות להנקה מעל 3 ימים סך הכל?

1. כן
2. לא – *עגרי לאלפה 4.25*
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - *עגרי לאלפה 4.25*

4.22 מהי הסיבה לשימוש בתוספי תזונה או תרופות הקשורות להנקה?

1. הגברת כמות החלב – *עגרי לאלפה 4.23*
2. כאבים – *עגרי לאלפה 4.25*
3. אחר - *עגרי לאלפה 4.25*
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

4.23 באילו תוספי תזונה או תרופות הקשורות להגברת כמות החלב בהנקה את משתמשת או השתמשת? (אפשר לענות יותר מתשובה אחת)

1. חילבה
2. מורינגה
3. מוטיליום
4. אחר, פרטי: _____
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

4.25 בתקופת ההנקה, האם את שואבת או שאבת חלב גם לפחות פעם אחת?

1. כן
2. לא - *עגרי לאלפה 4.28*
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - *עגרי לאלפה 4.28*

4.27 במשך כמה זמן שאבת חלב אם?

1. _____ ימים
2. _____ שבועות
3. _____ חודשים
4. שאבת חלב אם פעם או פעמיים בלבד
5. את עדיין שואבת חלב אם
6. אחר, פרטי: _____
7. מוסף: שאבה מספר פעמים בודדות לא באופן קבוע
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

4.28 האם נאמר לך במהלך תקופת ההנקה ע"י איש/ אשת צוות רפואי להוסיף פורמולה לתינוק/ת?

1. כן
2. לא - *עגרי לסצ'ף 5 - זריכת מזון*
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - *עגרי לסצ'ף 5 - זריכת מזון*

4.29 מי אמר לך להוסיף פורמולה? (אפשר לבחור יותר מאפשרות אחת) –

1. רופא במחלקת יולדות
2. רופא בקופת חולים
3. רופא בטיפת חלב
4. אחות במחלקת יולדות
5. אחות בקופת חולים
6. אחות בטיפת חלב
7. דיאטנית
8. יועצת הנקה
9. אחר, פרטי: _____
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

4.30 מה הייתה הסיבה העיקרית להוספת פורמולה להנקה?

1. פרטי: _____
2. כי התינוק/ת לא עלה/עלתה מספיק במשקל
3. מוסף: לא היה מספיק חלב/ התינוק לא היה שבע או לא רגוע
4. מוסף: בגלל צהבת או רפלוקס לתינוק
5. מוסף: קשיים בהנקה לאם או לתינוק

4A. הזנת התינוק (ללא יונקים)

A4.7 מה סוג הפורמולה העיקרי בו האכלת את _____ (שם התינוק/ת)?

1. חלבית - *צברי אפה 4.9A*
2. צמחית
3. אחר: _____ - *צברי אפה 4.9A*
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - *צברי אפה 4.9A*

A4.8 מהי הסיבה העיקרית שבגללה אוכלת _____ (שם התינוק/ת) פורמולה צמחית?

1. אלרגיה לחלב פרה
2. רגישות לחלב פרה או הרגשה לא טובה
3. מטעמי כשרות
4. אחר, פרטי: _____
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

A4.9 האם _____ (שם התינוק/ת) אכלה אי פעם פורמולה מסוג קומפורט?

1. כן
2. לא
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5. צריכת מזון

5.1 באיזה גיל חשפת לראשונה את _____ (שם התינוק/ת) למזון כלשהו, שאיננו חלב אם או פורמולה לתינוקות?

(התשובות אינן מוקראות)

1. לידה עד שבוע
2. יותר משבוע עד חודש
3. בין 1-2 חודשים
4. יותר מ-2 חודשים עד 3 חודשים
5. יותר מ-3 חודשים עד 4 חודשים
6. יותר מ-4 חודשים עד 5 חודשים
7. יותר מ-5 חודשים עד 6 חודשים
8. יותר מ-6 חודשים עד 7 חודשים - *צקרי פאלפה 5.3*
9. יותר מ-7 חודשים עד 8 חודשים - *צקרי פאלפה 5.3*
10. יותר מ-8 חודשים עד 9 חודשים - *צקרי פאלפה 5.3*
11. יותר מ-9 חודשים עד 10 חודשים - *צקרי פאלפה 5.3*
12. יותר מ-10 חודשים עד 11 חודשים - *צקרי פאלפה 5.3*
13. יותר מ-11 חודשים עד 12 חודשים - *צקרי פאלפה 5.3*
14. עדיין לא נחשף/פה למזון שאינו חלב אם או פורמולה - *צקרי פאלפה 5.3*
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - *צקרי פאלפה 5.3*

5.2 לאילו מזונות חשפת את _____ (שם התינוק/ת) לפני גיל 1/2 שנה?

מס' המזון	מס'	כן	לא	לא יודעת	מסרבת
1	1	1	2	98	99
2	2	1	2	98	99
3	3	1	2	98	99
4	4	1	2	98	99
5	5	1	2	98	99
6	6	1	2	98	99
7	7	1	2	98	99
8	8	1	2	98	99
9	9	1	2	98	99
10	10	1	2	98	99

5.3 באיזה גיל הוספת לתינוק/ת מזון כלשהו, לא כולל פורמולה, באופן קבוע?

1. _____ ימים
2. _____ שבועות
3. _____ חודשים
4. עדיין לא הוספת מזון כלשהו באופן קבוע
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

סוקרנת, קראי: "בשאלות הבאות אשאל לגבי צריכת המזון של התינוק/ת כיום. השאלות אינן מהוות המלצה לצריכת מזון."

האם _____ (שם התינוק/ת) אוכלת/היום את המזונות הבאים בתדירות יומית או שבועית?

5.5.1 כמה מנות של דייסות כמו דייסת סולת או קוואקר (שיבולת שועל) או קורנפלור או אורז או דייסות אינסטנט אוכלת _____ (שם התינוק/ת)?

1. _____ מנות ביום
 2. _____ מנות בשבוע
 3. פחות מפעם בשבוע
 4. לא אוכלת בכלל - *צקרי f* - 5.5.2
99. לא יודעת/לא זוכרת מסרבת

5.5.1S מה גודל המנה שאוכלת _____ (שם התינוק/ת)?

1. _____ מ"ל
99. לא יודעת/לא זוכרת מסרבת

5.5.2 כמה צלוחיות של 30 גרם של דגני בוקר כמו קורנפלקס, שוגי, צ'ריוס אוכלת _____ (שם התינוק/ת)?

1. _____ צלוחיות ביום
 2. _____ צלוחיות בשבוע
 3. פחות מפעם בשבוע - *צקרי f* - 5.5.3
 4. לא אוכלת בכלל - *צקרי f* - 5.5.3
99. לא יודעת/לא זוכרת מסרבת - *צקרי f* - 5.5.3

5.5.2X איזה סוג של קורנפלקס אוכל בדרך כלל _____ (שם התינוק/ת)?

1. לא ממותק בכלל
2. ממותק כמו שוגי או עם תוספת סוכר
99. לא יודעת/לא זוכרת מסרבת

5.5.3 כמה מנות של 1/2 כוס של אורז/פסטה/חטיטה/קוסקוס/פתיתים אוכלת _____ (שם התינוק/ת)?

1. _____ מנות ביום
 2. _____ מנות בשבוע
 3. פחות מפעם בשבוע
 4. לא אוכלת בכלל
99. לא יודעת/לא זוכרת מסרבת

5.5.4 כמה פרוסות לחם או חצאי פיתה או 3-4 יחידות של קרקר או גריסיני אוכלת _____ (שם התינוק/ת)?

1. _____ מנות ביום
 2. _____ מנות בשבוע
 3. פחות מפעם בשבוע
 4. לא אוכל בכלל
99. לא יודעת/לא זוכרת מסרבת

5.5.5 כמה כפות של סלט חמוס או טחינה כולל גולמית או ממרח שקדים אוכלת _____ (שם התינוק/ת)?

הפקרה f סוקרת: זכ"ל=3 כפיות

1. _____ כפות ביום
 2. _____ כפות בשבוע
 3. פחות מפעם בשבוע
 4. לא אוכלת בכלל
99. לא יודעת/לא זוכרת מסרבת

5.5.6 כמה כפיות של חמאה/מרגרינה/מיונד אוכלת _____ (שם התינוק/ת)?

1. _____ כפיות ביום
 2. _____ כפיות בשבוע
 3. פחות מפעם בשבוע
 4. לא אוכלת בכלל
99. לא יודעת/לא זוכרת מסרבת

5.5.7 כמה כפיות של ממרח כמו ממרח שוקולד/חלבה/ריבה/סילאן/חמאת בוטנים אוכלת _____ (שם התינוק/ת)?

1. _____ כפיות ביום
 2. _____ כפיות בשבוע
 3. פחות מפעם בשבוע
 4. לא אוכלת בכלל
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5.5.8 כמה כפות של בשר בקר או כבש כולל קציצות אוכלת _____ (שם התינוק/ת)?
הבהרה לסוקרת: 1 קצ"ה = 2 כפות = 30 גרם

1. _____ כפות ביום
 2. _____ כפות בשבוע
 3. פחות מפעם בשבוע
 4. לא אוכלת בכלל
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5.5.9 כמה כפות של עוף או הודו כולל קציצות אוכלת _____ (שם התינוק/ת)?
הבהרה לסוקרת: 1 קצ"ה = 2 כפות = 30 גרם

1. _____ כפות ביום
 2. _____ כפות בשבוע
 3. פחות מפעם בשבוע
 4. לא אוכלת בכלל
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5.5.10 כמה כפות של דג, כולל טונה אוכלת _____ (שם התינוק/ת)?
הבהרה לסוקרת: 1 קצ"ה = 2 כפות = 30 גרם

1. _____ כפות ביום
 2. _____ כפות בשבוע
 3. פחות מפעם בשבוע
 4. לא אוכלת בכלל
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5.5.11 כמה ביצים אוכלת _____ (שם התינוק/ת)?

1. _____ ביצים ביום
 2. _____ ביצים בשבוע
 3. פחות מפעם בשבוע
 4. לא אוכלת בכלל
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5.5.12 כמה כפות של קטניות מבושלות כמו שעועית לבנה, חמוס גרגירים, עדשים, סויה או אפונה אוכלת _____ (שם התינוק/ת)?

1. _____ כפות ביום
 2. _____ כפות בשבוע
 3. פחות מפעם בשבוע
 4. לא אוכלת בכלל
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5.5.14 כמה מנות של 1/2 כוס בטטה או תפוז לא כחלק ממרק ירקות אוכלת _____ (שם התינוק/ת)?

1. _____ מנות ביום
 2. _____ מנות בשבוע
 3. פחות מפעם בשבוע
 4. לא אוכלת בכלל
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5.5.15 כמה מנות של $\frac{1}{2}$ כוס של ירקות טריים אוכלת/ת _____ (שם התינוק/ת)?

1. _____ מנות ביום
 2. _____ מנות בשבוע
 3. פחות מפעם בשבוע
 4. לא אוכלת/ת בכלל
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5.5.16 כמה מנות של $\frac{1}{2}$ כוס של ירקות מבושלים, כולל טחונים וקנויים כמו פרינוק או גרבר אוכלת/ת _____ (שם התינוק/ת)?

1. _____ מנות ביום
 2. _____ מנות בשבוע
 3. פחות מפעם בשבוע
 4. לא אוכלת/ת בכלל
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5.5.18 כמה מנות של יחידה קטנה או $\frac{1}{2}$ כוס של פירות, כולל טחונים וקנויים כמו פרינוק או גרבר או סמוזי אוכלת/ת _____ (שם התינוק/ת)?

1. _____ מנות ביום
 2. _____ מנות בשבוע
 3. פחות מפעם בשבוע
 4. לא אוכלת/ת בכלל
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5.5.19 כמה מנות של $\frac{1}{2}$ כוס חלב פרה או שוקו או חלב בטעמים שותה _____ (שם התינוק/ת)?

1. _____ מנות ביום
 2. _____ מנות בשבוע
 3. פחות מפעם בשבוע – צברי *caffa* 5.5.20
 4. לא שותה בכלל - צברי *caffa* 5.5.20
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - צברי *caffa* 5.5.20

5.5.19X האם _____ (שם התינוק/ת) שותה לרוב?

1. שוקו או חלב בטעמים
2. חלב פרה 3% ומעלה
3. חלב פרה 1-2%

5.5.20 כמה כפות של גבינה לבנה או קוטג' אוכלת/ת _____ (שם התינוק/ת)?

1. _____ כפות ביום
 2. _____ כפות בשבוע
 3. פחות מפעם בשבוע
 4. לא אוכלת/ת בכלל
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5.5.21 כמה מנות של $\frac{1}{2}$ גביע של יוגורט לא ממותק, אשלי, לבן או שמנת אוכלת/ת _____ (שם התינוק/ת)?

1. _____ מנות ביום
 2. _____ מנות בשבוע
 3. פחות מפעם בשבוע
 4. לא אוכלת/ת בכלל
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5.5.22 כמה מנות של 1 גביע קטן או $\frac{1}{2}$ גביע גדול של מעדני חלב או גבינה מתוקים (למשל גמדים/שטוזים) או יוגורט לבן עם סוכר אוכלת/ת _____ (שם התינוק/ת)?

1. _____ מנות ביום
2. _____ מנות בשבוע
3. פחות מפעם בשבוע
4. לא אוכלת/ת בכלל

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - *עכרי faef* 5.5.23

5.5.23 כמה משולשים של גבינה מותכת או חצאי פרוסה של גבינה צהובה או אצבעות גבינה צהובה אוכלת/ת _____ (שם התינוק/ת)?

1. _____ מנות ביום
 2. _____ מנות בשבוע
 3. פחות מפעם בשבוע
 4. לא אוכלת/ת בכלל
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5.5.25 כמה בקבוקים של פורמולה שותה _____ (שם התינוק/ת)?

1. _____ בקבוקים ביום
 2. _____ בקבוקים בשבוע
 3. פחות מפעם בשבוע - *עכרי faef* 5.5.26
 4. לא אוכלת/ת בכלל - *עכרי faef* 5.5.26
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - *עכרי faef* 5.5.26

5.5.25S מהי הכמות במ"ל של מנת פורמולה ששותה התינוק/ת בדרך כלל? _____ מ"ל
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5.5.26 כמה הנקות/ארוחות של חלב אם מקבלת/ת _____ (שם התינוק/ת)? (לנסות לא לשאול תינוקות שלא יונקים)

1. _____ הנקות ביום
 2. _____ הנקות בשבוע
 3. פחות מפעם בשבוע
 4. לא אוכלת/ת בכלל
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5.5.27 כמה מנות של 10 יחידות של חטיפים מלוחים כמו במבה, ביגלה, דובונים או בייבי ביס ודומיהם אוכלת/ת _____ (שם התינוק/ת)?

1. _____ מנות ביום
 2. _____ מנות בשבוע
 3. פחות מפעם בשבוע
 4. לא אוכלת/ת בכלל
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5.5.28 כמה יחידות של עוגיות או ביסקוויטים כמו פתי בר לתינוקות אוכלת/ת _____ (שם התינוק/ת)?

1. _____ יחידות ביום
 2. _____ יחידות בשבוע
 3. פחות מפעם בשבוע
 4. לא אוכלת/ת בכלל
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5.6 האם את נוהגת לתת ל_____ (שם התינוק/ת) דגנים מלאים כגון לחם מחיטה מלאה, אורז מלא או פסטה מלאה?

1. כן, באופן קבוע
2. כן, לפעמים
3. לא
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5.7 האם רוב המזון הניתן ל_____ (שם התינוק/ת) שהוא לא חלב אם או פורמולה, ניתן בהאכלה בבקבוק, בכפית או בידיים? (אסוקרת: מדובר בהאכלה צי"י מישהו אחר או עצמאית)

1. בכפית - אגרי אלה 5.9
2. בידיים - אגרי אלה 5.9
3. בכפית ובידיים - אגרי אלה 5.9
4. בבקבוק - אגרי אלה 5.8
5. אחר, פרטי: _____ - אגרי אלה 5.9
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - אגרי אלה 5.9

5.8 מהי הסיבה העיקרית לכך ש_____ (שם התינוק/ת) מקבלת את האוכל בבקבוק?

1. כך הוא אוכל יותר
2. זה קל יותר לתינוק
3. זה נוח יותר לאמא
4. אחר, פרטי: _____
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5.9 האם _____ (שם התינוק/ת) מחזיקה בעצמו/ה אוכל ומגישה אותו לפה?

1. כן
2. לא
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5.10 באיזה גיל הוספת ל_____ (שם התינוק/ת) שתייה כמו מים, תה או משקה אחר באופן קבוע, לא כולל חלב אם או פורמולה?

1. _____ ימים
2. _____ שבועות
3. _____ חודשים
4. עדיין לא הוספת שתייה באופן קבוע - אגרי אלה 5.14
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

סוקרת קראי: עכשיו אשאל אותך על סוגי המים ש_____ (שם התינוק/ת) שותה:

(הנחיות למילוי הטבלה תופענה בתוכנת נמלה)

האם התינוק שותה?	כן	לא	לא יודעת/מסרבת	כמה כוסות או בקבוקים (שם התינוק/ת) מקבלת/ת_ (שם התינוק/ת) ביום או בשבוע? 5.11.1-5.11.3	מספר כוסות/בקבוקים	כמה מ"ל שותה בכל בקבוק או כוס?
5.10.1	מי ברז לא מסוננים	1	2	3 עברי למשקה הבא	5.11.1A	5.11.1B
5.10.2	מים מסוננים	1	2	3 עברי למשקה הבא	5.11.2A	5.11.2B
5.10.3	מים מינרלים	1	2	3 עברי למשקה הבא	5.11.3A	5.11.3B

5.12 האם _____ (שם התינוק/ת) שותה משקאות אחרים כגון תה רגיל, תה צמחים, מיץ טבעי, משקה ממותק או משקה אחר?

1. כן
 2. לא - *עגרי f-5.14*
 98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - *עגרי f-5.14*

כמה מ"ל שותה בכל בקבוק או כוס?	מספר כוסות/בקבוקים	כמה כוסות או בקבוקים מקבל/ת _____ (שם התינוק/ת) ביום או בשבוע? 5.11.4-5.11.8	לא יודעת/מסרבת	לא	כן	האם התינוק שותה?	
5.11.4B	5.11.4A	1. כוסות או בקבוקים ביום 2. כוסות או בקבוקים בשבוע 3. לא יודעת/מסרבת	3 עברי למשקה הבא	2 עברי למשקה הבא	1	תה צמחים	5.10.4
			3	2	1	האם התה מומתק?	5.10.4 X
5.11.5B	5.11.5A	1. כוסות או בקבוקים ביום 2. כוסות או בקבוקים בשבוע 3. לא יודעת/מסרבת	3 עברי למשקה הבא	2 עברי למשקה הבא	1	תה רגיל שחור או ירוק	5.10.5
			3	2	1	האם התה מומתק?	5.10.5X
5.11.6B	5.11.6A	1. כוסות או בקבוקים ביום 2. כוסות או בקבוקים בשבוע 3. לא יודעת/מסרבת	3 עברי למשקה הבא	2 עברי למשקה הבא	1	מיץ 100% טבעי מפירות או ירקות	5.10.6
5.11.7B	5.11.7A	1. כוסות או בקבוקים ביום 2. כוסות או בקבוקים בשבוע 3. לא יודעת/מסרבת	3 עברי למשקה הבא	2 עברי למשקה הבא	1	משקה ממותק כמו מתרכיז או נקטר	5.10.7
5.11.8B	5.11.8A	1. כוסות או בקבוקים ביום 2. כוסות או בקבוקים בשבוע 3. לא יודעת/מסרבת	3	2	1	משקה במתיקות עדינה או מים בטעמים	5.10.8

5.13 האם יש משקה אחר ש _____ (שם התינוק/ת) שותה?

1. כן
 2. לא - *עגרי f-5.14*
 98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - *עגרי f-5.14*

5.13.1 מהו שם המשקה?

5.13.2 כמה כוסות או בקבוקים של המשקה _____ שותה _____ (שם התינוק/ת) ביום או בשבוע?

1. _____ כוסות או בקבוקים ביום
 2. _____ כוסות או בקבוקים בשבוע
 98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5.13.3 כמה מ"ל שותה בכל בקבוק או כוס? _____ מ"ל

5.15 כמה פעמים בשבוע את או הורה אחר אוכל ארוחה משפחתית יחד עם _____ (שם התינוק/ת)?

1. כל יום או כמעט כל יום
 2. 2-4 פעמים במהלך ימי השבוע
 3. בעיקר בסופי שבוע או שבתות
 4. כמעט ולא
 5. אין סדר קבוע
 98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5.16 האם תפריט המשפחה הוא כזה בו:

1. אוכלים הכל כולל בשר ועוף
 2. תפריט צמחוני כולל דגים
 3. תפריט צמחוני ללא דגים
 4. תפריט טבעוני
 5. אחר, פרטי: _____
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5.17 האם _____ (שם התינוק/ת) אוכלת מזון מהיר מחוץ לבית ובבית: כמו פלאפל, המבורגר, פיצה, בורקס, מלאווח, ג'חנון, שניצל מעובד, קבב וכדומה?

1. כן
 2. לא - צברי *צריץ הקא - סציל 6*
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

5.18 כמה פעמים בחודש _____ (שם התינוק/ת) אוכלת מזון מהיר מחוץ לבית ובבית כמו פלאפל, המבורגר, פיצה, בורקס, מלאווח, ג'חנון, שניצל מעובד, קבב וכדומה? _____ פעמים

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

6. תוספי תזונה

סוקרמ, קראי: "כעת אשאל אותך על מתן תוספי תזונה לתינוק/ת"

6.1 האם _____ (שם התינוק/ת) מקבלת תוסף ויטמין D? (סוקרמ: *נא ודאי שהמשיבה שומעת D כמו דגת אלו כמו דוד*)

1. כן
 2. קיבלה/בעבר, אך לא מקבלת/כעת - צברי *צריץ הקא 6.3*
 3. לא קיבלה אף פעם - צברי *צריץ הקא 6.4*
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - צברי *צריץ הקא 6.4*

6.2 באיזו תדירות מקבלת _____ (שם התינוק/ת) ויטמין D?

1. פעמים בשבוע
 2. פחות מפעם בשבוע
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

6.3 בן/בת כמה היה/הייתה _____ (שם התינוק/ת) כשהתחילה לקבל ויטמין D?

1. ימים _____
 2. שבועות _____
 3. חודשים _____
98. לא יודעת/לא זוכרת

6.4 האם _____ (שם התינוק/ת) מקבלת תוסף ברזל?

1. כן - צברי *צריץ הקא 6.6*
 2. קיבלה/בעבר, אך אינו/אינה מקבלת/כעת - צברי *צריץ הקא 6.7*
 3. לא קיבלה אף פעם - צברי *צריץ הקא 6.5*
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - צברי *צריץ הקא 6.7*

6.5 מהן הסיבות לכך ש_____ (שם התינוק/ת) לא קיבל/ה תוסף ברזל?

1. לא הומלץ לך על ידי רופא או אחות טיפת חלב
2. את לא מאמינה במתן תוספי תזונה
3. התוסף יקר לכם
4. אחר: פרטי: _____
5. מוסף: שכחה לתת
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

לאחר האלה 15 צברי האלה 6.9

6.6 באיזו תדירות מקבל/ת_____ (שם התינוק/ת) את הברזל ?

1. פעמים בשבוע _____
2. פחות מפעם בשבוע _____
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

6.7 בן כמה היה/הייתה_____ (שם התינוק/ת) כשהתחילה/ה לקבל תוסף ברזל?

1. שבועות _____
2. חודשים _____
3. לא זוכרת בדיוק את הגיל, אך התחילה/ה לקבל לפי ההמלצות
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

6.8 האם העלית את מינון הברזל ש_____ (שם התינוק/ת) מקבל/ת סביב גיל 1/2 שנה?

1. כן
2. לא
3. אחר, פרטי: _____
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

6.9 האם_____ (שם התינוק/ת) הופנה/הופנתה לבדיקת ספירת דם?

1. לא
2. כן, קיבלנו הפנייה וטרם ביצענו את הבדיקה
3. כן, קיבלנו הפניה וביצענו בדיקת דם
4. אחר, פרטי: _____
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

7. שינה

סוקרית, קראי: "ברשותך, כמה שאלות על הרגלי השינה"

7.1 היכן ישן/ישנה_____ (שם התינוק/ת) בלילה לרוב בגיל 4 חודשים?

1. בחדר ההורים במיטה נפרדת או עריסה
2. בחדר ההורים במיטה שנצמדת למיטת ההורים
3. בחדר ההורים במיטת ההורים
4. בחדר אחר
5. אחר, פרטי: _____
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

7.2 באיזו תנוחה השכבת את _____ (שם התינוק/ת) לישון כשהיה/תה בן/בת ארבעה חודשים?
פסוקרת: מדובר בתנוחה בה האם משכיבה את התינוק, גם אם הוא מתהפך לאחור מכן פאופן צמא.

1. על הגב
2. על הבטן
3. על הצד
4. לפעמים על הגב ולפעמים על הצד
5. לפעמים על הגב ולפעמים על הבטן
6. אין תנוחה קבועה
7. אחר, פרטי: _____
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

8. תעסוקה

סוקרת קראי: "ברשותך, כמה שאלות קצרות עליך ועל משפחתך".

8.1 איזה מהמצבים הבאים מתאר הכי טוב את מצב התעסוקה שלך כיום?

1. אני עובדת או לומדת מחוץ לבית
2. אני עובדת מהבית
3. אני לא עובדת - צגרי leaf 8.9
4. אחר, פרטי: _____
5. מוסף: עובדת מהבית וגם מחוץ לבית
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

8.2 במה את עובדת?

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

8.3 בן/בת כמה היה/הייתה _____ (שם התינוק/ת) כאשר התחלת או חזרת לעבוד או ללמוד? (לא להקריא תשובות)

1. פחות מחודשיים
2. בין חודשיים עד פחות מ-3 חודשים
3. בין 3 חודשים עד פחות מ-4 חודשים
4. בין 4 חודשים עד פחות מ-5 חודשים
5. בין 5 חודשים עד פחות מ-6 חודשים
6. 6 חודשים ויותר
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

8.4 כמה שעות בשבוע את עובדת או לומדת? _____ שעות

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

8.5 האם המשכת להניק או לשאוב חלב אם לאחר שחזרת לעבודה או ללימודים?
(פסוקרת: מדובר בתקופה בה חזרה האם לצבודה.)

1. כן
2. לא - צגרי leaf 8.7
3. לא הנקת כלל - צגרי leaf 8.7
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

8.6 האם הנקת או שאבת חלב אם בזמן שהותך במקום העבודה או הלימודים?
(פסוקרת: מדובר בזמן שהייתה פיזית במקום העבודה או הלימודים.)

1. כן
2. לא
3. לא הנקת כלל
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

8.7 האם יש במקום עבודתך תנאים המאפשרים להיניק תינוק או לשאוב חלב אם?

1. כן, תנאים להנקת תינוק
2. כן, תנאים לשאיבת חלב אם
3. כן, תנאים גם להנקת תינוק וגם לשאיבת חלב
4. לא, אף אחד מהם - *עברי לשאלה 8.9*
5. לא יודעת, לא בדקתי - *עברי לשאלה 8.9*
6. אחר, פרטי: _____ - *עברי לשאלה 8.9*
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

8.8 האם לצורך שאיבת החלב יש במקום עבודתך:

1	חדר נפרד	1. כן	2. לא	98. לא יודעת/99. מסרבת
2	מקרר	1. כן	2. לא	98. לא יודעת/99. מסרבת
3	הקצאת זמן	1. כן	2. לא	98. לא יודעת/99. מסרבת
4	כיור לשטיפת ידיים	1. כן	2. לא	98. לא יודעת/99. מסרבת

8.9 היכן אוכלת/____ (שם התינוק/ת) את הארוחות ברוב ימות השבוע?

	1. בבית	2. במשפחתון או מעון	3. בבית של המטפלת	4. אצל סבתא	5. אחר:
1.	בשעות הבוקר	1	2	3	4
2.	בשעות הצהריים	1	2	3	4
3.	בשעות אחר הצהריים	1	2	3	4
4.	בשעות הערב	1	2	3	4

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

9. בריאות התינוק

סוקרת קראי: "בשאלות הבאות אשאל אותך על בריאות התינוק/ת".

9.1 האם _____ (שם התינוק/ת) אובחן/נה או נמצא/ת בבירור לגבי בעיות רפואיות או התפתחותיות, מומים או אלרגיות למזון?

1. כן
2. לא - *עברי לסעיף הבא (10 - הרגלי ציון)*
98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת - *עברי לסעיף הבא (10 - הרגלי ציון)*

9.2 אילו בעיות רפואיות או התפתחותיות, מומים או אלרגיות למזון אובחנו או בבירור אצל התינוק?

האם בבירור או אובחן?					תאור הבעיה	מס'
מסרבת	לא יודעת	אובחן	בבירור	מס'		
99	98	2	1	9.3.1		9.2.1
99	98	2	1	9.3.2		9.2.2
99	98	2	1	9.3.3		9.2.3

10. הרגלי עישון

סוקרת קראי: "עכשיו אשאל כמה שאלות על הרגלי עישון במשפחה, הכוללים את כל מוצרי הטבק".

10.1 האם את מעשנת כיום, כולל נרגילה?

1. כן

2. לא

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

10.2 האם את משתמשת בסיגריה אלקטרונית?

1. כן

2. לא

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

10.3 האם עישנת באופן קבוע לפחות סיגריה אחת ביממה כשהיית בהריון של _____ (שם התינוק/ת)?

1. כן

2. לא

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

10.4 האם מעשנים מוצרי טבק בבית או ברכב?

אפשר לצנות יותר מתשובה אחת

1. כן, את (האם)

2. כן, בן זוגך (האב)

3. כן, אדם אחר שגר בבית

4. כן, אחר, פרט: _____

5. לא, אף אחד – *צבאי לסיוט השאלון*

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

10.5 האם העישון בבית או ברכב מתבצע בנוכחות התינוק?

1. כן

2. לא, העישון מתבצע רק כאשר התינוק אינו נוכח

98. לא יודעת/לא זוכרת 99. מסרבת

מראיינת קראי: "תודה רבה על שיתוף הפעולה. תשובותיך תעזורנה למשרד הבריאות בכל

הנוגע למתן המלצות לגבי תזונת תינוקות".

שעת סיום: _____

סוקרת: בתום הראיון נא לרשום:

קיבלתי את ההסכמה של האם להתראיין למחקר.

שם המראיינת _____ תאריך _____ שעה _____ חתימה _____