

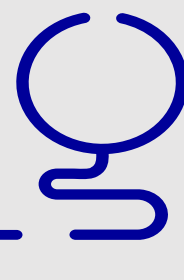
סקר הבריאות של ישראל שנה למלחמה



מכבי שירותי בריאות וחברות קבוצת מכבי

מצב הבריאות הפיזית והנפשית של הציבור בישראל

אוקטובר 2024



מכבי שירותי בריאות: סקר הבריאות של ישראל

**שנה למלחמה: מהו מצב הבריאות של אזרחי ישראל ערב השנה החדשה?
וגם – כיצד אנשי המילואים תופסים את מצבם הבריאותי בתום שנת לחימה?**

- מצב החולים במחלות כרוניות ממשיך להידרדר – 43% מעידים על החמרה במחלתם
- אחוז הישראלים שמעידים על צורך בקבלת סיוע נפשי מאנשי מקצוע עלה ועומד על 30%
- כמחצית מהציבור מעיד שצמצם פעילויות חברתיות, מרגיש פחות מרוכז וממוקד וכי יש לו פחות כוח להתמודד עם היומיום
- 28% מההורים מעידים על עלייה בעצבנות, דכדוך, חוסר סבלנות, מסוגרות ותוקפנות בקרב לפחות אחד מילדיהם
- 45% העידו על עלייה במשקל, 12% העידו על שתיית אלכוהול מוגברת וכל מעשן לשעבר עשירי – חזר לעשן בשנה האחרונה
- 20% בקרב גילאי 20-49 מעידים כי דחו תכניות להרחבת המשפחה
- כיצד אנשי המילואים תופסים את מצבם הבריאותי בתום שנת לחימה?
- האם הציבור שומר על אופטימיות, מי הם הישראלים האופטימיים ביותר ומי חזר מהר יותר לשגרת החיים – גברים או נשים?

סקר חדש ומקיף שערכה מכבי שירותי בריאות לאחר שנה מפרוץ המלחמה חושף את המצב הבריאותי של הציבור הישראלי, כפי שהוא עצמו תופס אותו, ערב ראש השנה. מהסקר ניתן לראות כי המצב בציבור כשנה לאחר אירועי ה-7/10 עדיין ירוד מבחינה פיזית ובעיקר מבחינה נפשית, אך יחד עם זאת רואים סימני שיפור מעודדים במספר תחומים.

מנכ"לית מכבי שירותי בריאות סיגל דדון-לוי: "במציאות שבה אנו חיים - במלחמה שמתמשכת כבר שנה - ישנן השפעות על הבריאות הפיזית והנפשית שלנו. הסקר שהובלנו במכבי מציג תמונת מצב על בריאות אזרחי ישראל כפי שהם תופסים אותה. דווקא בתקופה זו, הקפדה על אורח חיים בריא, רצף טיפולי ובדיקות שגרתיות הן המפתח לשמירה על הבריאות וחיזוק החוסן האישי".

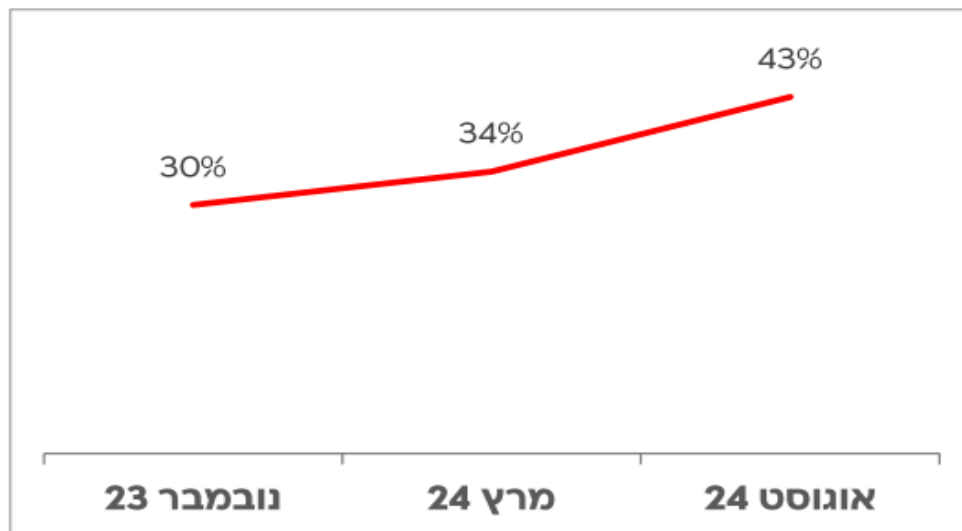
היזדררות מתמשכת בקרב החולים הכרוניים

שנה לפרוץ המלחמה ורק מחצית מהציבור (49%) תופס את מצב בריאותו כטוב מאוד או מצוין, נתון זה עמד על 59% טרם המלחמה ועל 46% לאחר חצי שנה של מלחמה – כלומר חל שיפור בחלוף הזמן אך הפער בין המצב טרום פרוץ המלחמה למצב העכשווי עדיין גדול.

עלייה של 65% בכמות הישראלים שמגדירים את מצבם הבריאותי כבינוני או גרוע בהשוואה לתקופה של לפני המלחמה – עלייה זו מציגה שיפור מסוים במצב, אך עדיין ישנו פער גדול מהתקופה טרם אירועי ה-7 באוקטובר.

בנוסף, ניתן לראות מנתוני הסקר שערכה מכבי כי מאז פרוץ המלחמה גדל בהדרגה אחוז החולים הכרוניים שחווים החמרה במצבם. בתחילת המלחמה 30% מהחולים הכרוניים העידו על שינוי לרעה במצבם, 34% העידו כך לאחר חצי שנה של לחימה וכעת בחלוף שנה למלחמה – 43% מהחולים במחלות כרוניות העידו על החמרה במצב מחלתם.

% שינוי לרעה או החמרה במחלה הכרונית* לאורך זמן

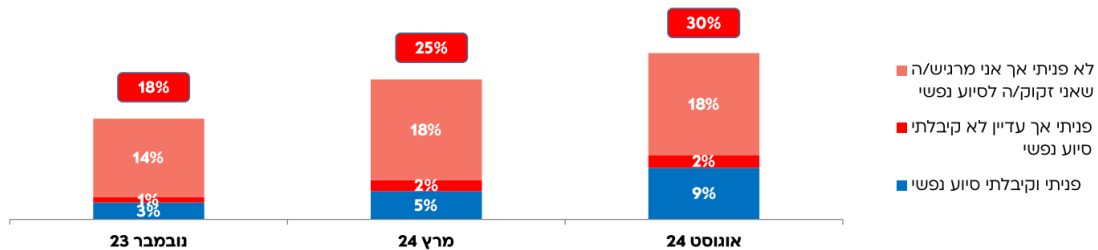


אחוז הישראלים שנזקקים לסיוע נפשי ממשיך לטפס

הסקר שערכה מכבי מראה כי **26% מהציבור תופס את מצבו הנפשי כבינוני או גרוע – פי 2 מהתקופה שלפני המלחמה**. עם זאת, ניתן לראות מגמת שיפור, שכן בחודש נובמבר הנתון עמד על 32%.

כמו כן, **אחוז הישראלים שנזקקים לסיוע נפשי הולך ועולה לאורך השנה**: חודשיים לפרוץ המלחמה הנתון עמד על 18%, לאחר חצי שנה של לחימה הנתון הגיע ל-25% וכעת, שנה לפרוץ המלחמה, עומד נתון הנזקקים לסיוע נפשי (שקיבלו או שלא קיבלו) על 30%. זאת ועוד, **58% מהמשיבים לסקר ציינו כי הם ישנים פחות טוב בימים אלו**, מה שמעיד על הרעה במצב לעומת הנתון של חודש אפריל שעמד על 50%.

צורך בסיוע נפשי של איש מקצוע



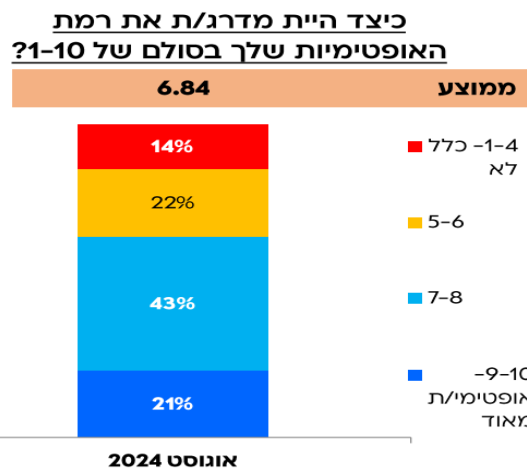
מחצית מהישראלים דיווחו על צמצום פעילויות חברתיות: פחות מרוכזים, יותר דוחים

לפי סקר הבריאות של ישראל שערכה מכבי שירותי בריאות **53% מהציבור הישראלי מעיד כי צמצם פעילויות חברתיות מאז פרוץ המלחמה**, 48% העידו כי הינם מרגישים פחות מרוכזים וממוקדים, 45% העידו כי יש להם פחות כוח להתמודד עם היומיום ו-20% העידו כי דחו או ביטלו תורים לבדיקות ולרופאים. נתון מפתיע מראה כי **כל ישראלי חמישי בקרב גילאי 20-49 מעיד כי דחה בשנה החולפת תוכניות להרחבת המשפחה**, מתוך אלו שהעידו כי הנושא רלוונטי להם.

אופטימיים למרות הכל: שני שלישי מהישראלים מעידים על רמת אופטימיות גבוהה

הסקר בדק את רמת האופטימיות בקרב הציבור הישראלי וגילה כי 36% מהציבור מעיד על רמת אופטימיות נמוכה (רמה 1-6) ו-64% מהציבור מעיד על רמת אופטימיות גבוהה (רמה 7-10). ממוצע אופטימיות בקרב הגברים עומד על 7.1 ובקרב הנשים על 6.6, בקרב צעירים בגילאי 20-29 ממוצע האופטימיות עומד על 6.9 ובקרב בוגרים בגילאי 30-49 הממוצע יורד ל-6.6 – כאשר בגילאי +50 שומרים על רמת האופטימיות הגבוהה ביותר (7.1).

רמת אופטימיות



שינוי במצב הילדים: כ-30% מההורים מעידים על עצבנות, דכדוך ותוקפנות בקרב

ילדיהם

28% מההורים העידו כי חל שינוי לרעה בהתנהגות של לפחות אחד מהילדים במשפחה מאז אירועי ה-7/10, לרבות עצבנות, דכדוך, חוסר סבלנות, מסוגרות ותוקפנות. כ-20% מההורים העידו בסקר שערכה מכבי שירותי בריאות על שינויים לרעה באיכות השינה, בהרגלי התזונה וביכולות הריכוז של לפחות אחד מהילדים במשפחה בהשוואה למצב לפני שנה.

בנוסף, 15% מההורים העידו על שינוי לרעה במצב הנפשי של לפחות אחד מילדיהם. מהנתונים ניתן לראות כי שיעור גבוה יותר של דיווחים על שינוי לרעה ברוב הקריטריונים שנבדקו הגיעו מהורים לילדים בגילאי 6-18, ובעיקר בגילאים הבוגרים יותר של 12-18.

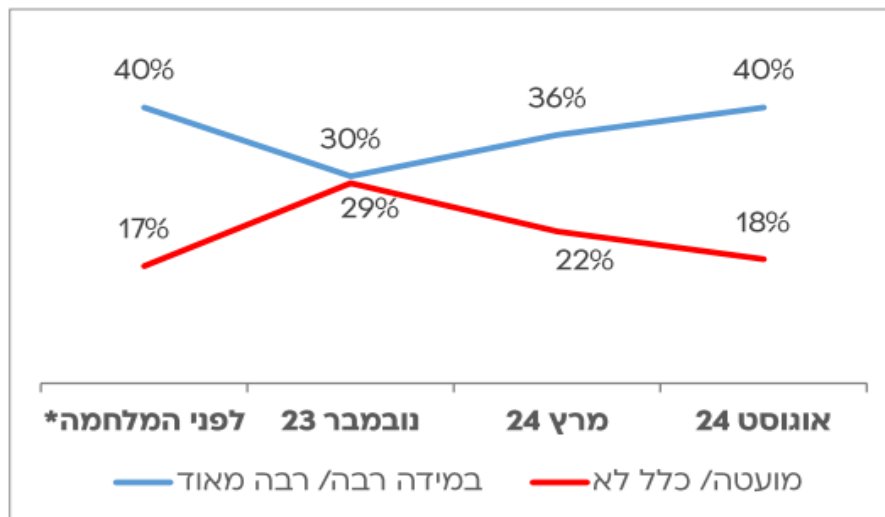
חוזרים לשמור על שגרת בריאות: שיפור באחוז המקפידים על אורח חיים בריא

על פי ממצאי הסקר של מכבי, בהדרגה חל שיפור ניכר באחוז המקפידים על אורח חיים בריא ושיעורם כעת, שנה לפרוץ המלחמה, זהה לשיעורם טרם המלחמה – 40%.

יחד עם זאת, בחינת היבטים ספציפיים של הרגלי בריאות מראים שהמצב לא חזר לקדמותו: 35% מהציבור העיד כי מקפיד על הרגלי תזונה בריאים ומאוזנים – לעומת 42% לפני המלחמה. כמו כן, 36% מהציבור העידו בסקר כי הינם מבצעים פחות פעילות גופנית או שהפסיקו לחלוטין לבצע פעילות זאת בהשוואה לתקופה שלפני המלחמה, וכן 45% העידו על עליה במשקל – נתון שמצוי בעליה מתמדת בשנה החולפת (37% לפני חצי שנה).

בנוסף, 12% העידו כי שותים יותר משקאות אלכוהוליים מאז פרוץ המלחמה – כמעט כפול בהשוואה למצב שנבדק חודשיים מפרוץ המלחמה. זאת ועוד, 11% מהמעשנים לשעבר התחילו לעשן שוב (נתון קבוע לכל אורך השנה האחרונה) וכ-40% מהמעשנים ציינו כי בעקבות המלחמה הגבירו את צריכת העישון – נתון שמהווה ירידה מ-56% שדיווחו כך בחלוף חודשיים למלחמה ו-43% שדיווחו כך בחלוף חצי שנה למלחמה).

הקפדה על אורח חיים בריא לאורך זמן



מהו מצבם הבריאותי של אנשי המילואים?

42% מהציבור ששירת במילואים לפחות חודש בשנה האחרונה במהלך מלחמת 'חרבות ברזל' מרגישים שזקוקים לסיוע נפשי מאיש מקצוע בעקבות המלחמה, כאשר 25% כלל לא פנו לקבלת סיוע מסוג זה למרות שזקוקים לו. מדובר על נתון שגבוה ב-40% מהנתון של האוכלוסייה הכללית שעומד על 30%.

עוד ניתן ללמוד על מצב אנשי המילואים לפי סקר הבריאות של מכבי ערב השנה החדשה, כי 53% העידו על צמצום פעילויות חברתיות, קרוב למחציתם העידו על כך שהינם פחות מרוכזים וממוקדים וכי יש להם פחות כוח להתמודד עם בעיות היומיום, 24% דחו או ביטלו תורים לבדיקות רפואיות, וכן 23% מאנשי המילואים בגילאי 20-49 העידו כי דחו תכניות להרחבת המשפחה בעקבות המלחמה מתוך אלו שהעידו כי הנושא רלוונטי עבורם.

נשים או גברים: מי חזר מהר יותר לשגרת החיים?

ממצאי סקר הבריאות של מכבי ניתן להבחין כי **נשים הן אלו שמושפעות יותר מהשלכות המלחמה בעיקר מבחינה נפשית**, והן אלו שטרם חזרו להרגלי אורח חיים בריא כפי שבאו לידי ביטוי טרם פרוץ המלחמה. מבחינת עליה במשקל – 50% מהנשים העידו שעלו במשקל בשנה האחרונה לעומת 40% מהגברים, וכן 40% מהנשים העידו על עצמן כי מבצעות פחות או שהפסיקו לחלוטין לבצע פעילות גופנית לעומת 33% מהגברים.

גם בפן הנפשי קיים פער משמעותי בין גברים לנשים, שכן מצבן של הנשים ירוד יותר מבחינה נפשית. לפי ממצאי הסקר רק 30% מהנשים העידו על מצב נפשי טוב מאוד או מצוין לעומת 53% מהגברים, 31% מהנשים העידו על עצמן כי מוטרדות מבעיות רגשיות לעיתים קרובות או כל הזמן לעומת 14% בלבד מהגברים, 13% מהנשים העידו כי נוטלות תרופות מרשם לטיפול במצבי דיכאון או חרדה לעומת 6% בקרב הגברים, ו-68% מהנשים העידו כי ישנות פחות טוב בלילה לעומת 48% מהגברים שהעידו כך.

ראש חטיבת הבריאות במכבי שירותי בריאות ד"ר ערן רוטמן:

"ממצאי הסקר משקפים מצב מורכב אודות בריאותם של הישראלים כשנה למלחמה. לצד חזרה הדרגתית לשגרה, אנו עדים למגמות מדאיגות כמו החמרה במצב חולים כרוניים ועלייה בצורך בטיפולים נפשיים. אנו רואים השלכות אלו באופן יומיומי בשטח, וצופים כי המצב עלול להחמיר עוד יותר עם הימשכות המלחמה. אנו קוראים לציבור להקפיד ולשמור על הרגלי חיים בריאים לרבות שינה, תזונה ופעילות גופנית, לצד הפחתת גורמי סיכון כמו עישון ולחץ, במקביל לשגרת ניהול עצמי של תחלואה כרונית במידה וקיימת וביצוע בדיקות מניעתיות, וכן תקשורת רציפה עם הצוות הרפואי המטפל בקהילה והיצמדות לתכניות הטיפולים".

סמנכ"לית תקשורת וקשרי ממשל שיר כהן:

"לאורך השנה החולפת, מכבי שירותי בריאות עקבה אחר מצב בריאות הציבור ופעלה רבות בנושא במטרה להבטיח המשך רצף טיפולי ושירותי, חיזוק החוסן הנפשי ועידוד הציבור לשגרת בריאות. התמונה העולה מהסקר, מהווה בסיס חשוב לקביעת מדיניות עבור התמודדות עם האתגרים הבריאותיים שהמלחמה מציבה בפנינו, תוך מתן משאבים ותקציבים נדרשים לחיזוק מערכת הבריאות במטרה להבטיח טיפול מיטבי, מקצועי ורגיש למען כלל אזרחי ישראל".

הסקר נערך בחודש ספטמבר 2024 בקרב מדגם מייצג של 1,000 ישראלים מכל רחבי הארץ, חברי כלל קופות החולים, בגילאי 20-75.

מגמות, נתונים ודאטה של חברות קבוצת מכבי



על פי נתוני רשת "מכבי טבעי", בתקופת המלחמה קיים גידול של 16% במספר הפונים לטיפולים אלטרנטיביים, בשל מצבים של מתח, חרדה, עצבנות, פחדים ותלונות נלוות, כגון, קשיי שינה, כאבי ראש וכו'. זאת בהשוואה לתקופה המקבילה אשתקד.

לפי מכבי טבעי, נמצא גידול של 9% בפונים בשל מתח, עצבנות וחרדה, גידול של 78% בפונים בשל קשיי שינה, גידול של 19% בשל כאבי ראש על רקע מתח וגידול של 150% בפונים בשל פחדים, מלווים התקפי חרדה (panic attacks). ארבעת סוגי הטיפולים העיקריים למטופלים אלו הם דיקור סיני, רפלקסולוגיה, שיאצו וטוינה.



על פי נתוני רשת "מכבי דנט", נרשמה עלייה של 20% בביצוע סדי לילה בהשוואה לתקופה שלפני המלחמה. סדי לילה, מהווים כלי טיפולי לתלונות על חריקת שיניים, הידוק שיניים, כאב מפרקי, כאבי שרירי פנים הנובעים פעמים רבות ממצבי לחץ וחרדה.

מאז תחילת המלחמה, נרשמה ירידה משמעותית של 30% בסך הפניות למרפאות השיניים הייעודיות לטיפול עזרה ראשונה (מחוץ לשעות הפעילות). באוכלוסיית הילדים והנוער, חלה ירידה חדה של 85% בפניות לטיפול עזרה ראשונה מחוץ לשעות הפעילות הרגילות עבור גילאים מתחת ל-18.

בקרב המבוגרים מעל גיל 18, נרשמו שינויים משמעותיים גם כן. בעוד שלפני המלחמה נרשמו 4,600 פניות לעזרה ראשונה בקבוצת גיל זו, כאשר נשים פנו ב-20% יותר מגברים, הרי שלאחר פרוץ המלחמה חלה ירידה של 30% בפניות בקבוצה זו. יתרה מכך, ההבדל בין המינים בשיעור הפניות נעלם לחלוטין.



רשת "בית בלב" מדווחת על עלייה מפרוץ המלחמה בביקוש לשירותיה בתחומי האשפוז והשיקום. נרשמה עלייה של 5.8% בתפוסת מיטות האשפוז בכלל המרכזים הרפואיים הגריאטריים (מר"גים) של הרשת, כאשר העלייה הבולטת ביותר נרשמה במרכזים בראשון לציון וכפר סבא.

במקביל, חלה עלייה של 6.6% במספר מטופלי השיקום שהתקבלו בכלל המר"גים, עם דגש מיוחד על עלייה חדה של 22.5% במספר מטופלי שיקום צעירים במרכז בראשון לציון. נתון חריג נוסף מצביע על עלייה של 50% במספר חבילות שיקום הבית שסופקו על ידי בית בלב בכל רחבי הארץ מתחילת המלחמה.

על פי נתוני בית החולים הציבורי "אסותא אשדוד", מאז ה-7 באוקטובר, נרשמה עלייה של פי 2 בשכיחות התסמונת הלב השבור, מדובר בעלייה של 100%. זו הפעם ראשונה שישנו קשר מובהק בין טראומה לאומית לתסמונת זו, כאשר עד היום תסמונת זו הגיעה רק לאחר משברים אישיים.

על פי נתוני רשת "מכבי פארם", מתחילת המלחמה ישנה עליה משמעותית במיוחד של 31% בצריכת תוספים וויטמינים להרגעה ושינה. בנוסף ישנה עליה של 15% ברכישת בתרופות ללא מרשם לצרכים אלה וזאת לעומת לתקופה המקבילה שלפני המלחמה.