

Medical Halachah: Fasting During Pregnancy

R' Mordechai Torczyner – torczyner@torontotorah.com

What are the medical risks associated with fasting during pregnancy?

Lowered maternal glucose levels

Poor fetal nutrition

Lower amino acid levels

Ketone production and acidosis

Fetal dehydration

Oligohydramnios

Decreased blood levels

Increased oxytocin production

- *Dietary intake and nutritional status of Turkish pregnant women during Ramadan*, Saudi Medical Journal, 2005 Nov;26(11):1782-7
http://journals.tums.ac.ir/full_text.aspx?org_id=59&culture_var=en&journal_id=4&issue_id=1846&manuscript_id=15598&segment=en
- *Effect of short-term maternal fasting in the third trimester on uterine, umbilical, and fetal middle cerebral artery Doppler indices*, International Journal of Gynecology & Obstetrics; Oct2009, Vol. 107 Issue 1, p23-25
<http://www.psc.isr.umich.edu/events/bb-abs/10461/>
- *The Fast of Ramadan*, BMJ 1992, Awad H Rashed,
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1881417/pdf/bmj00062-0009.pdf>
- *Hydration for treatment of preterm labour*, Catalin M Stan, Michel Boulvain, Riccardo Pfister, Pascale Hirsbrunner-Almagbaly <http://www.mrw.interscience.wiley.com/cochrane/clsysrev/articles/CD003096/frame.html>
- *Metabolic adaptations in pregnancy and their implications for the availability of substrates to the fetus*, European Journal of Clinical Nutrition (2000) 54, Suppl 1, S47±S51
- *Metabolic consequences of fasting during Ramadan in pregnant and lactating women*, Human Nutrition Clinical Nutrition 1983 Jul;37(4):283-94.
- *Perinatal energy metabolism with reference to IUGR & SGA: Studies in pregnant women & newborn infants*, Indian J Med Res 130, November 2009, pp 612-617
- *Preventing Early Labor*, Parenting, 17:2 March 2003
- *Ramadan and birth weight at full term in Asian Moslem pregnant women in Birmingham*, JH Cross, et al, Archives of Disease in Childhood 65:1053, 1990
- *Summer heat increases risk of amniotic fluid level deficiency, Ben-Gurion University study reveals*, American Associates, Ben-Gurion University of the Negev, NewsRx Health & Science, 8-23-09 pg. 128
- *Trends and seasonality in birth frequency: a comparison of Muslim and Jewish populations in southern Israel: daily time series analysis of 200,009 births, 1988–2005*, Department of Epidemiology and Health Services Evaluation, Faculty of Health Sciences, Ben-Gurion University of the Negev, Beersheba, Israel,
<http://humrep.oxfordjournals.org/cgi/content/full/24/6/1492>

What are the halachic concerns associated with fasting during pregnancy?

1. משנה מסכת יומא ת:ה

עוברה שהריחה מאכילין אותה עד שתשיב נפשה

2. תלמוד בבלי מסכת כתובות דף לט עמוד א

שליש נשים משמשות במוך אלו הן קטנה ומעוברת ומניקה קטנה שמא תתעבר ותמות מעוברת שמא תעשה עוברה סנדל מניקה שמא תגמול את בנה

3. תלמוד בבלי מסכת פסחים דף נד עמוד ב

דרש רבא עוברות ומניקות מתענות ומשלימות בו כדרך שמתענות ומשלימות ביום הכיפורים

4. שולחן ערוך אורח חיים סימן תקנ"א

הכל חייבים להתענות ארבע צומות הללו ואסור לפרוץ גדר. הגה: מיהו עוברות ומניקות שמצטערות הרבה, אין להתענות (הגהות מיימוני והמגיד פ"ה); ואפילו אינן מצטערות, אינן מחויבות להתענות אלא שנהגו להחמיר; ודוקא בג' צומות, אבל בט' באב מחויבות להשלים (כדלקמן סי' תקנ"ד סעיף ה').

5. משנה ברורה סימן תקנ ס"ק ג

עוברות ומניקות וכו' - ומסתברא דעוברת מיקרי משעה שהוכר הולד כדקי"ל לענין ווסתות ומ"מ אפשר דאפילו לאחר ארבעים יום ליצירת הולד נמי הו"ל בכלל מעוברת לענין זה אם מרגשת צער אבל בבציר מהכי נראה דהויא לה ככל הנשים לכל דבר אם לא שמצטערת הרבה. ואם מרגשת חולשה אין להחמיר בה כלל [מור וקציעה עיי"ש]:

6. רש"י מסכת עירובין דף ק עמוד ב

צער עבור - עוברות חולות הן.

7. רמב"ם הלכות תעניות פרק ה:

עוברות ומניקות מתענות ומשלימות בתשעה באב,

8. מגיד משנה הלכות תעניות פרק ה:

ודבר פשוט הוא [דמאכילין לחולה שאין בו סכנה], שאם תמצא לומר שאין מאכילין אלא במקום סכנה, למה להו למימר עוברות ומניקות מתענות? השתא חולה שאין בו סכנה מתענה, אלו לא כ"ש! אלא ודאי לא החמירו במקום חולי. וכן נ"ל לדקדק מכאן שעוברות ומניקות פטורות מלהתענות בג' צומות אחרים שלא החמירו עליהן אלא בט' באב בלבד

9. רבינו ירוחם - תולדות אדם וחווה נתיב כז חלק א דף רכז טור ג

אשה מעוברת אסור להתענות זולתי בתשעה באב וביום הכפורים משום צער הולד כך כתבו הגאונים

10. ר' אלחנן וסרמן, קובץ שיעורים כתובות סי' קלה

בס' תורת האדם לרמב"ן הביא מחלוקת אם פיקוח נפש דעובר דוחה איסורין, והובא ברא"ש יומא, וקשה מהכא דמותר לשמש במוך מפני סכנת עובר! ושם נפרש לדעת החולקין דעל ידי שתעשה עוברת סנדל תסתכן גם האם.

11. רש"י מסכת יומא דף פב עמוד א

עוברת שהריחה העובר מריח ריח תבשיל, והוא מתאוה לו, ואם אינה אוכלת שניהן מסוכנין.

12. רמב"ם הלכות תעניות פרק ג:

עברו אלו ולא נענו בית דין גוזרין שבע תעניות אחרות על הצבור שני וחמישי ושני וחמישי ושני, ובאלו השבע בלבד עוברות ומניקות מתענות אבל בשאר התעניות אין עוברות ומניקות מתענות, ואף על פי שאינן מתענות אין מענגות עצמן בתפנוקים אלא אוכלות ושותות כדי קיום הולד.

13. ספר הלכות גדולות סימן יג - הלכות יום הכיפורים

ולא מיבעיא חולה, אלא אפילו אשה עוברת וידעינן דאי לא אכלה מתעקר ולדה, אף על גב דאמרינן ספק בן קיימא הוא ספק נפל הוא, שפיר דמי למיתן לה [לאכול]

How do we define pregnancy?

14. שו"ת יחוה דעת חלק א סימן לה

באמת שיש להקל בנידון זה גם לפני שלשה חדשים, כל שהיא סובלת מהקאות או מיחושי ראש או חולשה וכיוצא באלו, ובפרט אם היא לאחר ארבעים יום להריונה, לפי המבואר במסכת ברכות (דף ס ע"א) ובמסכת נדה (דף ל ע"ב), שאז נשלמה יצירת העובר.

15. רמב"ן, תורת האדם שער המיחוש - ענין הסכנה

ואע"ג דתנן (אהלות פ"ז) האשה המקשה לילד מביאין סכין ומחתיכין אותו אבר אבר יצא ראשו אין נוגעין בו שאין דוחין נפש מפני נפש, דאלמא מעיקרא לית ביה משום הצלת נפשות, ותנן נמי (נדה מ"ד א') גבי תינוק בן יום אחד וההורגו חייב, ודוקא בן יום אחד אבל עובר לא, וקרא נמי כתיב דמשלם דמי ולדות, אפילו הכי לענין שמירת מצות מחללין עליה, אמרה תורה חלל עליו שבת אחת שמא ישמור שבתות הרבה. הלכך אפ"ל בהצלת עובר פחות מכן ארבעים יום שאין לו חיות כלל מחללין עליו כדעת בעל הלכות.

16. ר' יהושע נויברט, שמירת שבת כהלכתה לו:ב

מחללין שבת לשם הצלת עובר, ואפילו אם הוא פחות מארבעים יום.

What is the status of the fast day?

17. תלמוד בבלי מסכת ראש השנה דף יח.:-

גמרא וליפקו [שלוחים] נמי אתמוז וטבת דאמר רב חנא בר ביזנא אמר רב שמעון חסידא מאי דכתיב +זכריה ח+ כה אמר ד' צבקות צום הרביעי וצום החמישי וצום השביעי וצום העשירי יהיה לבית יהודה לששון ולשמחה, קרי להו צום וקרי להו ששון ושמחה, בזמן שיש שלום יהיו לששון ולשמחה, אין שלום צום! אמר רב פפא. הכי קאמר: בזמן שיש שלום יהיו לששון ולשמחה, יש שמד צום, אין שמד ואין שלום רצו מתענין רצו אין מתענין. אי הכי תשעה באב נמי [לא ליפקו שלוחים]! אמר רב פפא, שאני תשעה באב הואיל והוכפלו בו צרות.

18. בית יוסף אורח חיים סימן תקנז

וכתבו הגהות מיימון (פ"ה ה"א אות א) שרבינו תם התיר לאשה יולדת לאכול בצום גדליה אפילו אחר שבעה. ואע"ג דאמרינן בפרק מפנין (שבת קכט.) דלאחר שבעה אם אמרה איני צריכה אין מחללין עליה את השבת, וצום גדליה דברי קבלה (עי' זכריה ח יט) ודברי קבלה כדברי תורה (ר"ה יט.), אפילו הכי מותר דכיון רצו מתענין רצו אין מתענין (ר"ה יח:) אם כן רשות הוא, ומותר לה לאכול.

19. רמב"ם הלכות תעניות פרק ה:ה

ונהגו כל ישראל בזמנים אלו להתענות בשלשה עשר באדר

20. שולחן ערוך אורח חיים סימן תרפ"ב

מתענים ב"ג באדר; ואם חל פורים באחד בשבת, מקדימין להתענות ביום חמישי. הגה: ותענית זה אינו חובה, לכן יש להקל בו לעת הצורך, כגון: מעוברות או מניקות או לחולה שאין בו סכנה, ואפי' רק כואבי עינים, שאם מצטערים הרבה לא יתענו ויפרעו אח"כ

21. משנה ברורה סימן תרפ"ד

מצטערים - זה קאי על כואבי עינים אבל מעוברת אף שאינה מצטערת אינה מתענה כ"כ הישועות יעקב ובא"ר מחמיר בזה אך ביולדת כל ל' גם הוא מיקל:

22. תלמוד בבלי מסכת מגילה דף ה עמוד.:-

אמר רבי אלעזר אמר רבי חנינא, רבי נטע נטיעה בפורים ורחץ בקרונה של צפורי בשבעה עשר בתמוז ובקש לעקור תשעה באב ולא הודו לו. אמר לפניו רבי אבא בר זבדא, רבי, לא כך היה מעשה! אלא תשעה באב שחל להיות בשבת הוה ודחינוהו לאחר השבת ואמר רבי הואיל ונדחה ידחה ולא הודו חכמים,

23. תלמוד בבלי מסכת פסחים דף נד עמוד ב

אמר שמואל אין תענית ציבור בבבל אלא תשעה באב בלבד

24. רש"י מסכת פסחים דף נד עמוד ב

אין תענית ציבור בבבל - הואיל ואין צריכין לגשמים, אם גוזרין על דבר אחר - אין חומר תענית ציבור נוהג בו [להצריך] לאכול מבעוד יום, וליאסר במלאכה, ושאר חומרי האמורים שם.

25. שו"ת תשב"ץ ב:רעא

בט' באב שהוכפלו בו צרו' רצו וקבלו עליהם אותו צום בחומרותיו והרי הוא צום היכא דליכא שמד מכח קבלתן בלבד.

26. תוספות מסכת מגילה דף ה עמוד ב

ובקש לעקור תשעה באב ולא הודו לו - קשה, היכי סלקא דעתך דהאי תנא [דרבי] היה רוצה לעקור ט' באב לגמרי? והא אמרינן (תענית דף ל:) כל האוכל ושותה בתשעה באב אינו רואה בנחמה של ירושלים! ועוד דהא אין בית דין יכול לבטל דברי בית דין חבירו אא"כ גדול הימנו בחכמה ובמנין! ויש לומר דלא רצה לעוקרו אלא מחומרא שיש בו יותר משאר תעניות, אי נמי יש לומר דרצה לעקרו מתשיעי ולקבעו בעשירי כדאמר ר' יוחנן (שם כט:) אילו הואי התם קבעתיה בעשירי.

27. ט"ז אורח חיים סימן תקנד:ד

והב"י הביא הג"מ שר"ת התיר ליולדת לאכול בצ"ג אפי' אחר שבעה ואע"ג דאמרין בפרק מפנין דלאחר ז' אם אמרה איני צריכה אין מחללין עליה שבת וצ"ג מדברי קבלה ודברי קבלה כד"ת אפ"ה מותר כיון דרצו אין מתעניין כו' אם כן רשות הוא עכ"ל משמע דבט"ב אסור לאכול שלא כדברי הרמב"ן דהא בט"ב לא תליא ברצו כמש"ל כיון שהוכפלו בו הצרות והוא חוב ואפש' שמ"ה נהגו להחמיר כמ"ש רמ"א וכן מסקנת רש"ל דאחר ז' אפי' אמרה צריכה אני מתענה אם לא שהי' קצת חולה וכן בתשו' מהרי"ל:

28. חידושי הרשב"א מסכת מגילה דף ה עמוד ב

מסתברא דאין זה מבטל דברי ב"ד חברו דאלו תקנה ראשונה בתנאי היתה דהא קרי להו צום וקרי להו שמחה דכתיב צום החמישי וגו' יהיה לבית יהודה וכו' ודרשינן מיניה בזמן שיש שמד צום אין שמד ויש שלום שמחה אין שמד ואין שלום רצו מתעניין רצו אין מתעניין ואפי' תשעה באב, דאכולהו כתיב שמחה, והא דמחמירין בט' באב הנהגת הדורות היתה הואיל והוכפלו בו צרות

So what do we do, in practice?

29. ר' דר' אברהם סופר אברהם, נשמת אברהם ה:או"ח תריז:א

כל זמן שהיא מרגישה עצמה בריאה חייבת לצום, ולא תאכל ולא תשתה אפילו אם תצטרך לשכב במשך כל יום הכפורים ולא תוכל ללכת לבית הכנסת... וצריכה האשה המעוברת להתחיל לשתות ברגע שיש לה צירי-לידה סדירים כדי שלא תיכנס ללידה במצב של חוסר נוזלים.... ידוע שאשה שהרתה באופן טבעי אין צום יום הכיפורים מעלה את הסיכוי ללידה מוקדמת או להפלה, פרט ללידה מוקדמת בחודש התשיעי עצמו כשאין לזה כל משמעות.

30. ר' דר' אברהם סופר אברהם, נשמת אברהם ד:או"ח תקנד:א

ואמר לי הגרש"ז אויערבאך שליט"א דנקטינן דחולה אינו צריך לאכול לשיעורים, אבל לבריא שמא יחלה, כגון שיש מגפה בעיר או מעוברת שחלשה ומפחדת שמא תחלה, יאכלו בשיעורים.

31. בית יוסף אורח חיים סימן תקנד

ומשמע מדברי הגהות מיימון (פ"ה אות א) דלא שרי לאכול עוברות ומניקות בשלשה צומות אחרים אלא אם כן היו מצטערות אבל רבינו ירוחם כתב בנתיב כ"ז (ח"א רכז ע"ג) בשם הגאונים מעוברת אסורה להתענות זולתי בתשעה באב ויום הכפורים משום צער הולד עד כאן:

32. שולחן ערוך אורח חיים סימן תקנד:ה

עוברות ומיניקות מתענות בט' באב כדרך שמתענות ומשלימות ביום כפור; אבל בג' צומות אחרים פטורים מלהתענות, ואע"פ כן ראוי שלא תאכלנה להתענג במאכל ובמשתה, אלא כדי קיום הולד (וע"ל סי' תק"נ סעיף א').

33. ר' חלפון משה הכהן, שו"ת שואל ונשאל ד:אורח חיים לה

רבינו ירוחם דבר בפה מלא, גאונים, ספק נפשות, פטורות, לא חזר בו, לא אמר דמותר רק בצער גדול, כך דרכו בשו"ע, סברא

34. משנה ברורה סימן תקנ ס"ק ה

אלא שנהגו להחמיר - ואם הם חלושות נראה דאין להם להחמיר

35. שו"ת יחוה דעת חלק א סימן לה

אולם נראה שבזמן הזה שירדה חולשה לעולם, גם לבנות אשכנז היוצאות ביד רמ"א, יש להקל, שמסתמא נחשבות כמצטערות הרבה, ופטורות מהתענות... ונראה שאפילו כשרוצות להחמיר ולהתענות, יש למחות בידן, מפני שהן מחלישות את עצמן ואת העובר שבמעיהן וכן את התינוק היונק, ולכן אסור להן להחמיר על עצמן ולהתענות.