

1 נובמבר 2017

לכבוד:

הוועדה למונחי בריאות הציבור,
האקדמיה ללשון העברית,
קריית האוניברסיטה, גבעת רם, ת"ד 90004,
ירושלים 9190401.

הנדון: קבלת צננת כמונח עברי חדש ל"הצטננות" (common cold)

1. עמותת "מדעת" היא עמותה אשר עוסקת בבריאות הציבור, בין היתר, אנחנו עוסקים כל חורף בהסברה בנוגע לסכנות מחלת השפעת ודרכי ההתגוננות מפני המחלה.
2. מתנדבי העמותה נתקלים בתופעה כי בשפת הדיבור אנשים רבים לא מבדילים בין שפעת, אותה מחלה קשה הנגרמת על ידי וירוס האינפלואנזה (flu, influenza באנגלית), לבין הצטננות חורפית נפוצה (common cold באנגלית) הנגרמת על ידי שורה של וירוסים אחרים (רינווירוס, אדנווירוס ועוד) שהיא לרוב מחלה קלה.
3. סברה אחת לתופעה זו היא היעדרה של מילה עברית במשקל "קטלת" האופייני למחלות לתיאור מחלה זו, לצד העובדה כי המילים "הצטננות" או "צינון" מתארות גם את פעולת ההתקררות, ואינן נתפסות בציבור כמונחים נפרדים למחלה נפרדת.
4. בשל כך, אנו מציעים לוועדה למונחי בריאות הציבור לשקול לקבל את המונח צננת כחלופה עברית חדשה להצטננות חורפית נפוצה. מונח זה משמש כבר עתה רופאים בקהילה ופלחים מהציבור, ואימוצו על ידי האקדמיה יתרום לתפוצתו. כמו כן, הוא משמר את השורש של המונח המקובל כיום – הצטננות, ואת הדמיון הסמנטי למונחים מקבילים בשפות אחרות.
5. אנו רואים מקרה זה כדוגמה בולטת למקום שבו החיים והמוות ביד הלשון, כיוון שאחת ההתנגדויות הנפוצות שאנו נתקלים בהן בקרב הציבור להימנעות מהתחסנות כנגד שפעת היא המחשבה שמדובר במחלת הצטננות הקלה, שאין צורך לטרוח להתגונן בפנייה. על כן, אנו סבורים כי קבלת מונח חדש ומדויק יותר, תוכל ליצור שיפור של ממש בבריאות הציבור.

בכבוד רב ובברכת חורף קל ובריא,
עמותת "מדעת" – למען בריאות מושכלת"

נספח: על מחלת השפעת והחיסון כנגדה

1. שפעת היא מחלה חריפה של דרכי הנשימה הנגרמת על ידי זני A או B של וירוס האינפולואנזה. שפעת מתרחשת בהתפרצויות או מגיפות ברחבי העולם בדרך כלל במהלך החורף. על אף שלרוב מדובר במחלה החולפת מעצמה, היא עלולה לגרום לתחלואה קשה ואף לתמותה, בעיקר בקרב כמה קבוצות סיכון.
2. מופע אופייני של שפעת נמשך כשבוע וכולל סימפטומים של דרכי הנשימה העליונות או התחתונות לצד חום, כאבי שרירים וחולשה. הסיבוכים נפוצים, בעיקר בקרב קבוצות הסיכון. הסיבוך הנפוץ ביותר הוא דלקת ריאות אך ישנם סיבוכים נפוצים דוגמת דלקות שרירים, וסיבוכים נירולוגיים ולבביים.
3. מעקב אחרי נתוני השפעת בין השנים 1976 ל-2007 בארה"ב, מצא כי מספר מקרי המוות נע בין 3,349 ל-48,614 מקרי מוות בשנה (בממוצע: 23,607 מקרי מוות בשנה). נתונים אלו מצביעים כי מעט פחות מ-1 ל-1,000 חולים בשפעת ימות כתוצאה מהמחלה. הערכות בישראל מדברות על מאות מקרי מוות בשנה.
4. קבוצות הסיכון לסיבוכי שפעת הן ילדים מתחת לגיל 5, מבוגרים מעל גיל 65, נשים בהריון, ואנשים עם תחלואת רקע רלוונטית.
5. אחת לשנה מציעות רשויות הבריאות חיסון נגד שפעת לכלל הציבור. בגלל השתנותו המהירה של הווירוס יש להתחסן כל שנה מחדש. החיסון מגן מפני שלושה או ארבעה זני שפעת אשר מעריכים כי יהיו הנפוצים ביותר באותה עונה. בממוצע לחיסון יש יעילות הגנה של כ-50% מפני תחלואה במחלה, וגם כשאינו מונע את המחלה, הוא מקטין את הסיכוי לסיבוכיה. הערכות בארה"ב מדברות על כך שבעונת השפעת של 2015-2016 לבדה, החיסון מנע מעל חמישה מיליון אירועי תחלואה בשפעת, שני מיליון וחצי ביקורים אצל הרופא וכ-70 אלף אשפוזים.
6. בישראל מוצעות בכל שנה כ-2 מיליון מנות של החיסון כנגד שפעת, והתחסנות מהירה ורחבה של האוכלוסייה נחשבת אחד מהיעדים המרכזיים של רשויות הבריאות לשיפור בריאות הציבור.
7. כשחשיבות ההתגוננות מהשפעת לנגד עיניהם, מתנדבות ומתנדבי עמותת "מדעת" פועלים כל שנה מחדש בפורומים ציבוריים שונים, במרשתת ומחוצה לה, כדי להנגיש את המידע בנושא לציבור הרחב.
8. בניגוד למחלת השפעת, הצטננות חורפית נפוצה (common cold) היא מחלה שפירה וחולפת של דרכי הנשימה שנגרמת על ידי כמה משפחות של וירוסים, ביניהן: Rhinoviruses, Coronaviruses, Adenoviruses ו-Enteroviruses. מופע אופייני של הצטננות חורפית נפוצה הוא גודש באף, דלקתיות בממברנות האף, ולעתים גם כאב גרון ותחושה כללית ירודה. חום איננו נפוץ בקרב מבוגרים אך עשוי להופיע אצל ילדים.