

השפעת צום על סיכויי הידבקות בקורונה

1. מלחמת הגוף בזיהומים הוא תהליך הצורך אנרגיה המסופקת על ידי המזון והחמצן בנשימה.
צום עלול, לכן, להחליש את המערכת החיסונית.
 2. כאשר מדובר באנשים המבודדים בגלל חשיפה לקורונה, הבידוד נועד למנוע הפצת הנגיף למקרה שהייתה הדבקה.
אם הייתה הדבקה הרי היא מקננת בגופו של הנדבק, ומצבי צום הפוגעים ביכולת להילחם בנגיף מסכנים את הנדבק עצמו ואת מי שבסביבתו.
 3. הוירוס נמצא במערכת הנשימה. מצב חוסר הנוזלים המלווה צום גורם ליובש ריריות דרכי הנשימה ומגביר את סיכויי ההידבקות על ידי הנגיף.
 4. מצב הצום גורם גם להפרשות הורמונליות כמו הידרוקורטיזון אשר מעכב את תגובת המערכת החיסונית.
- אני ממליץ לאנשים חולים או לנחשפי קורונה סימפטומטיים או אסימפטומטיים, לא לצום².

¹ פרופ' יעקב אסף ADV MD, מנהל המחלקה לרפואה דחופה, המרכז הרפואי האוניברסיטאי הדסה עין כרם, וחבר צוות הלשכה המשפטית, הסתדרות מדיצינית הדסה. פרופסור חבר אורח קליני בפקולטה לרפואה של האוניברסיטה העברית בירושלים.

² יש הטוענים שצום, בעיקר צום לסירוגין כמו ברמדן, עשוי לחזק את המערכת החיסונית. אני לא השתכנעתי.