

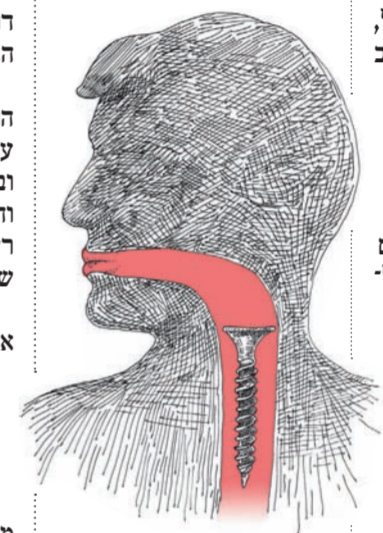


## שרון מועלים

איוה ניר גוכן  
דברים שרופאים לא מספרים

# מי מעדיפים לאכול חול?

סיפורה של פיקה, הפרעת האכילה המזורה בעולם



מי שעוקבים אחרי המדור הזה כבר יודעים שאני אוהב אוכל, ושיש מדבר דברים שאסרב לטעום. עליהם נרבר היום.

תארו לעצמכם שאתם מומינים כוס מים במסעדה, ורואים בשולחן לידכם מי שהו שגם כן מומין כוס מים. אלא שהוא מוותר על המים והקרה ואוכל את הכוס. איך? קל לנשח. הוא עושה מה שאתם הייתם עושים כדי לאכול כוס, אילו סבל-תם מהפרעת האכילה הנדירה הילופניה. הפרעת אכילה קצת פחות מצמר ררת, אבל שעדיין עצם הקריאה עליה מכאיבה בחניכיים, היא פאגופגיה, דהף כפייתי ללעוס קרח.

יש גם אנשים שעבורם המנה העיקרית היא מה שכולנו עומדים עליו. אלה הלוקים בגיאופניה – תיאבון לחימר, גיר ואדמה. ילדים בגיל הגן לפעמים אוכלים אדמה, חלק ממשחק. במקרים נדירים אני שים מבוגרים – אצל אוטיסטים, נשים הרות ואנשים שסובלים מאנמיה זה מופיע יותר – עושים זאת ברעב אמיתי. הגיאופניה, דרך אגב, נוכרה בכתביו של הפילוסוף היווני בן המאה השנייה גלנוס מפרגמון וב"מאה שנים של ברידות" של גבריאל גרסיה מארקס, שם אחת הדמויות אוהבת לאכול אדמה לחה.

קלינית, יש שם למשפחה המורחבת של חוככי המזונות האלה, שבה חברים גם הוילופנים (אוכלי נייר ועץ), הטריכופגים (אוכלי שיער), האמילופגים (אנשים שאוכלים תפוחי אדמה לא מבושלים, אורז יבש, קמח וקורנפלור), והקורופגים והוירופגים, שאוכלים ושותים את מה שמישהו אחר כבר הוציא. קוראים להם פיקה, על שם העקעק הונג' בתן, ששמו הלטיני הוא Pica Pica ושי' הנוגע למוזן.

הסובלים מפיקה מתועדים בספרות הרפואית מאז המאה ה-18. הם צצו בקרב עבדים שחורים באמריקה של המאה ה-19, ובקרב נשים בהיריון שכאילו יצאו מרעוץ והחלו לאכול שיער, מטבעות, ובכמה מק' רים נוראים קצת מעצמן, בהפרעת הפיקה שמכונה היום תסמונת לש ניהאן.

די במרה התברר שהסובלים מפיקה אינם אנשים שסתם יצאו מרעץ והחלו לאכול את מה שלא מתעכל ואף יכול להזיק להם, אלא שבהתנהגות הכל כך מזוהה שלהם יש היגיון. הם אוכלים את מה שהם אוכלים כדי לשרוד. חלק מהסיבות להפרעות פיקה הן מחסור חמור של הגוף בכמה חומרים שמצויים אצלנו בכמויות קטנות, אך היוניים לקוימנו. ברזל ואבץ, לדוגמה,

**כשהסובלים מפיקה מריחים אדמה, אפם מזהה בה את המינרלים שחסרים להם, והם חשים את מה שאנו חשים כשאנחנו מריחים סוכר ועמילן בלחם שנאפה**

או מינרלים שמצויים גם במוזונת, אבל שאצל הסובלים מפיקה הגוף משום מה לא מצליח לצבור אותם. אנשי הפיקה, במקום לחלות ולמות, מריחים את החומרים שלהם הם זקוקים כפי שאנשים מהשורה מריחים את ריחם המגרה של סוכר ועמילן – ריחו של קמח שתפח ונאפה – והם נהנים מטעם החול והשיער כיוון שהנאה מטעם אינה אלא דרכו של המוח לאותת שהגוף מקבל חומרי בניין ודלק שנוחצים לו. הבעיה היא שהצורך העז והבלתי נשלט במינרלים גורם לסובלים מפיקה להתעלם מכל שאר ההיבטים, כגון העובדה שהם אוכלים דברים רעילים שבכמה מקרים עלולים לגרום נזק חמור לגופם. אבל, הרי, זה גם מה שאנחנו עושים כשאנחנו אוכלים ג'אנק פוד. פשוט בג'אנק פוד הנזק אטי יותר.

**וההוכחה לכך שמקור ההפרעה המוזרה הוא צורך תזונתי אמיתי היא שרבות מהפרעות הפיקה מטופלות במתן תוספי תזונה. כך נראית פירמידת הצרכים המפורסמת של מאסלו. אנחנו שואפים להיות אני שים נשגבים, אבל כשגופנו זקוק לאוכל ולא מקבל אותו, דעת הסביבה פתאום לא כל כך חשובה. זה עוד יתרון חשוב בתזונה נכונה ומאוזנת: מילא שהיא מגנה עלינו מפני מהדלת. מי יודע אם היא לא מצילה אותנו לפעמים מדבר גרוע הרבה יותר – מבוכות. וזה המון לסיים את הארוחה האקוויט, שלנו. מי היה מאמין שיש אנשים שפויים, שעבורם החשש הוא גם הקנינה.**

ר"ר מועלים הוא מומחה לביולוגיה אבולוציונית ומחבר רב המכר "זווקא החלשים שורדים" ושאלות לשרון מועלים: asksharon@calcallist.co.il

40  
41  
להתעדכן



## שיזף רפאלי

מתבונן בעולם החדש

# איך מגדלים אלופים במזרח?

והאם למערב כדאי לאמץ את הגישה הסינית להורות?

לפרופסור למשפטים איימי צ'ואה, אמריקאית ממוצא סיני, יש מתכון להורות: תור

בענות ונוקשות סיניים במקום הסגירה והרפיסות הרווחים במערב. צ'ואה אסרה על שתי בנותיה לצפות בטלוויזיה ולשחק במחשב, בחרה עבורן את החוגים שבהן ישתתפו אחרי הלימודים, פסלה ביקורי שינה אצל חברים ואסרה לארח חברים למשחק אצלו, כינתה אותן "שמנות" כאשר התקשו להתמיד בדיאטה, מנעה מהן אוכל ושינה עד שישלימו את שיעורי הבית, התירה להן להשתתף רק בתחרויות שזוכים בהן במדליה, ודרשה מהן תמיד אך ורק את מדליית הזהב. כך, אומרת צ'ואה לקוראי רביהמכר המדובר שלה, שיצא בארצות הברית לפני כמה שבועות ונקרא "המנון הקרב של האסיגנמרה", מגדלים הסינים את ילדיהם להצטיינות במדעים ואמנויות.

**סוד ההורות הנכונה הוא אהבה קשוחה, אמרת צ'ואה, והמקרים, רובם נערכו בקרב סינים שהיגרו למערב, מציגים מספרים שמאשרים זאת. הילדים שגדלו באמריקה תחת משטר הורות סיני נוקשה מקבלים את הצינונים הכי גבוהים**

**לדברי צ'ואה, ההורים המערביים נותנים כבוד לעצמאות ילדיהם ותומכים בהם יהיה מה שיהיה. אני שולל את גישתה מכל וכל, אבל עם הצלחה קשה להתווכח**

ובנגרותם זוכים לפרסום ולהצלחה מרשימים בקריירתם שלהם. "אמהות סיניות אינן חסרות רגש או אדישות", היא מס' בירה בספרה ובראיונות שהעניקה, "אם נמרה מקריבה הרבה יותר למען ילדיה, ומוכנה לספוג את הכעס ולעתים השנאה שלהם כדי להבטיח את עתידם". צ'ואה (48), חברת סגל בכירה בבית הספר למשפטים של ייל, חושפת עצמה כאם אחרי שכבר וכתה להכרה כחוקרת. ב-2003 היא פרסמה רבימכר פוליטי כלכלי שהסביר איך מדיניות השוק שאר רצות הברית מנסה לייצא לעולם מזיקה למעמדה ותרומתה הרבה יותר מהמלח"מות שהיא יזומת, וב-2007 הוציאה ספר שמתאר את הקשר בין היחס שהוענק למיעוטים בתוך מעצמות גדולות לאורך ההיסטוריה לבין גורלן של אותן המעצמות. החיבור בין שכלה המדעי לחוויותיה האישיות מרתק.

**היא גדלה בעצמה תחת משטר הורות "נמר"י. היא נשואה ליהודי, גם היא פרופסור למשפטים בייל, אבל לדבריה הוא "רכרוכי, כמו רוב ההורים המערביים, שעושים את כל הטעויות". הטעויות הן מתן כבוד לעצמאות ולוהות הפרטיות של הילדים, עידודם להגשים את סקרנותם ונטיות לבם, תמיכה בהחלטותיהם, יהיו אשר יהיו, ומתן תמיכה וחיווקים שאינם תלויים בדבר. זו הגישה המערבית, שלטענת צ'ואה הופכת כל דור לנפסד מקודמו. הגישה הסינית נות לקראת החיים. הדרך להגן על ילדים היא להציב בפניהם את הרף הגבוה ביותר**

שאפשר, לתבוע מהם את מרב היכולת והתוצאות, לא להתפשר עם הילד ולא להכיר בקשייו. הפרסום שספרה של צ'ואה זכה לו עם יציאתו הפך אותה למטרה של דיון ער, ביקורת ואף איומים. אבל האלטרנטיבה ההורית שהציגה – גישת האסיגנמרה – נכנסה לסדר היום הציבורי ולשיח באמריקה. ספרה צוטט בהרחבה ב"וול סטריט ג'ורנל", שממעט לעסוק בנושא משפחה וחינוך ילדים, וגרר מאמרי תגובה חדים, ותגובות-לתגובות, ועד מהרה בצבץ מהדיון המתח הגיאופוליטי שמתחת לפני השטח – החשש במערב מפני עלייתו של הנמר הסיני גם בהיבט הכלכלי וגם בתרבותי.

לפתע, העימות בין "האמא היהודייה", האם החמה, המגוננת והנודניקית שילדיה תמיד צודקים ושמתמלת את ההורות המי ערבית, לבין האסיגנמרה הסינית, שר"מסת ומעליבה את ילדיה כדי שישכילו לרמוס את יריביהם בג'ונגל של החיים, נהפך לעימות סמלי בין שתי דרכי חיים, שמתחילות להתחרות ביניהן על כתר הדומיננטיות בכוכב הלכת הזה.

**אף אחד לא היה מאחל לעצמו ילדות אצל "אסיגנמרה", ומעטים ההורים שבמודע רוצים שכך ייראו היחסים ביניהם לבין ילדיהם, ושהילדות תאבד על מזבח ההצלחה. אבל את ההצלחה עצמה רוצים רבים. אני שולל את הגישה מכל וכל. אבל עם הצלחה קשה להתווכח.**

חופי רפאלי הוא ראש מרכז שגיא ובית הספר לניהול באוניברסיטת חיפה sheizaf.rafaeli.net

## מה הלאה



אחרי  
עדכונים מהשטח

1

### עיתונות: גוף התקשורת הראשון לאיפד

כמו שאחם בטח יודעים, שקוקוראים הדיגיטליים בוטר, ואיתו גם המיזמים שמכוננים אליהם. פרויקט עיתונאי חדש בשם "Atavist" זוכה כעת לדיבור חם סביבו בזכות העובדה שאחד היזמים הוא עורך בכיר לשעבר ב"וויירד". אטוויסט מגדיר עצמו כבית הוצאה לאור של כתיבה מגניבת (מאוד) ארוכה ומעמיקה, ומגיע ממש בימים אלה לאיפד וקצת יותר מאוחר גם לקנדה. <http://atavist.net>



### רכב: מכונית העתיד לא תתעייף

פולקסווגן הציגה את מכונית הקונספט החללקה והמשגעת הזאת בתערוכת הרכב שנערכה בשבוע שעבר בקטאר. אבל היא לא סתם יפה: יש בתוכה מנוע דיזל אולטרה-יעיל עם נתוני צריכת דלק דמוניים של 100 ק"מ לליטר, כמו גם מנוע חשמלי להמרידות הנמוכות. אנחנו מתעדמים. <http://is.gd/hgqjK>

### תיירות: איטליה לבורגנים מתקדמים

הקץ לשיטוטים המקריים וחסרי התוחלת בין הפיצריות של רומא לטוריסטיות של פירנצה. Urban Italy הוא אתר תיירות וליף סטייל חדש עם אפיל בוטיקי, שמתמקד בצדדים האורבניים והתרבותיים של איטליה, והכל באנגלית. ומה אתם יודעים, יש הרבה מה לראות. [urbanitaly.it](http://urbanitaly.it)



### אמנות: בונקרים חרבים

הצלם גינתן אנדרו תיעד בהולנד, צרפת ובליגיה שורה ארוכה של בונקרים מרקיבים מתקופת מלחמת העולם השנייה. האור הייחודי שעובר בין כל התמונות משרה עליהן אווירה של סרט אימה מעוצב, אבל גם יוצר תחושת התפעלות בלתי נשלטת. הגלריה כולה לצפייה בבלוג האישי שלו. <http://is.gd/hUrpG>



### אופנה: כובעי צמר שמחים

כובעי הצמר הצבעוניים האלה מעוצבים בהשראת המיסטראל, הרוח העזה והקרה שנשבת ברחבי צרפת (כאילו שאתם ידעתם את זה). מיסטראל או לא, יש פה שיק, ושיק, כידוע, מגיע תמיד עם חברו הוותיק, מחיר: 275 דולר. <http://is.gd/dySy7G>

### משחק: שווה את הדולר

הרבה משחקים בחנות האפליקציות של אפל מתחרים בקלות התפעול שלהם, אבל מעטים מקיימים. "קוסמו ספיין" הוא כזה, והוא גם מעוצב כל כך יפה וחמוד, שחייבים לחייך אליו כל הזמן. משרתו של קוסמו היא להגן על הכוכב ותושביו המתחזקים מפני חיצור אכזר שורה כדורי טניס. יצירת מופת 0.99 דולר. <http://is.gd/6sApdl>

6



### אוכל: מנות מעוררות השראה

המגזין האמנות הליף סטייל המקוון "Nowness" הזמין את קוראיו לצלם מנות מופלאות ומעוררות השראה. מבין 500 תמונות שנשלחו נבחר החיעוד הזני הזה של דאמפלינגס ממסעדת May Mei בקליפורניה. כדאי לנסוק גם את שאר העבודות, אבל רק אם כבר הזמנתם צהריים. <http://is.gd/H4eFmi>