

## האם הקיבוצניק מסאסא מצא את הפתרון לנחירות?

אפרת שלם

12:51 / 25.06.17



### יוסי ספוזניק, לשעבר חבר הקיבוץ, טכנאי שיניים אומן, טוען שההתקן הדנטלי שפיתח עשוי להיות התשובה לבעיה שממנה סובלת כמעט מחצית מהאוכלוסייה

"כל הלילה לא ישנתי משום שבעלי נחר" היא טענה ששומעים לא אחת, שכן יותר ממחצית האוכלוסייה סובלים מתופעת הנחירות בעוצמה כזו או אחרת.

הנוחר, לא זו בלבד שהוא משבש בנחירותיו את הזוגיות שלו, אלא שהוא אף נמצא בסיכון רפואי. לעתים אין הוא מודע לכך שהוא נחר, ובמקרים קיצוניים הוא אף מכחיש זאת. אגב, נשים נחרות פחות מגברים, אך לא בהבדל כה משמעותי.

לעתים מלווה הנחירה גם בהפסקות נשימה בגלל הלשון, הנופלת לאחור וסותמת את תעלת האוויר כשכל השרירים רפויים. אפשר למדוד במעבדת שינה את מספר הפסקות הנשימה בלילה, וכשהן עוברות מכסה מסוימת, ההמלצה היא לגשת לטיפול.

את אחד הפתרונות המוצלחים לבעיה המוכרת פיתח יוסי ספוזניק (71), לשעבר חבר סאסא וכיום מתגורר בנהריה. מדובר בהתקן דנטלי ייחודי הדומה מעט לפלטה ליישור שיניים. מרכיבים אותו על השיניים העליונות והתחתונות, והוא דוחף את הלסת התחתונה קדימה כדי שהלשון לא תחסום את נתיב האוויר.

ספוזניק עלה עם הרעיון מפולין ב-1957 כשהיה בן 11. כחיך בתנועת הנוער של השומר הצעיר הצטרף לגרעין שיועד לסאסא. עשרים שנה היה התרבותניק של סאסא, הזמין סרטים והצגות, עיצב קירות ופינות רבות בקיבוץ, עבד בלול והקים משפחה ובה שלושה ילדים.

לימים פתח מעבדת שיניים בקיבוץ, וזו סיפקה שירותים ליישובי הגליל העליון. "אחרי עשרים שנה הגעתי למסקנה שאני רוצה לחיות בזכות עצמי, להחליט על צעדי ולא להיות תלוי בוועדות ובהחלטות הקיבוץ", מסביר ספוזניק. "לא אהבתי להתווכח על כל השקעה. אני אוהב לעשות, לא לדבר".

#### היו חברים שניסו להניא אותך מהעזיבה?

"אף אחד לא ניסה לדבר איתנו. הייתי דווקא מקובל בחברה. ארגנתי אירועים רבים בקיבוץ, ולכן הדבר האחרון שציפו הוא שאעזוב. רבים חשבו שאחרי כמה חודשים אחזור על ארבע אל הרפת, כדברי השיר המפורסם. אחרינו פרץ גל של עזיבות בסאסא. הקיבוץ היה מזועזע".

לפני כעשור הבין שאין רופאים רבים העוסקים בתחום הפתרון הדנטלי לנחירות ולדום נשימה. הוא החליט להעמיק בנושא והתחיל בניסיונות. בתחילה בנה שני סדים מחומר אקריליק עם מפתח, כפי שמקובל בעולם. אך הם היו מגושמים, כבדים ולא נוחים בפה.

עד שצץ לו רעיון לבנות את ההתקן על שלד מתכת המסוגל לספוג את הכוחות החזקים הפועלים על השיניים בזמן שינה. כיום נחשב ההתקן לפיתוח יחיד מסוגו בעולם.

ב-2010 ייסד ספוזניק את האיגוד הישראלי לרפואת שיניים לשינה, ובו חברים כיום כשלושים רופאי שיניים העוסקים בתחום. לעסק שלו קרא 'לילה רגוע'.

#### האם רופאי אף אוזן וגרון משתפים איתך פעולה?

"אין להם הרבה ידע על ההתקנים. זו בעיה כאובה. בדרך כלל הם מעדיפים לנתח (ניתוח להסרת הענבל), או שהם מציעים את מכשיר הסייפאפ - מסכה המזרימה אוויר לאף (נכנסה לשימוש לפני שלושים שנה), אך רבים נוטים אותה בגלל היותה מסורבלת ולא נוחה לשינה. לא תמיד יש צורך בניתוח, פעמים רבות ההתקן מספיק.

"אנשים רבים הסובלים מנחירות או מדום נשימה לא מאובחנים כלל. הם מתלוננים על עייפות מתמשכת, ולא יודעים מה הסיבה. צריך לדעת שהעייפות אינה רק של הנוחרים אלא גם של בני הזוג. הרפואה לא יודעת לתת תשובות על עייפות".

לצורכי אבחון משתמש ספוזניק באפליקציה ייחודית המאפשרת להקליט את הנחירות בלילה, ולרשום אותן בטלפון כמו תרשים של אק"ג.

#### איך זה שעד כה יזמים לא הציעו לך שותפויות?

"יש התעניינות, אך עדיין אף אחת לא נשאה פרי. אני יודע שיש לי ביצת זהב ביד, אבל היא לא מיועדת להמונים. זו תפירה סלונית, ומן הסתם יזמים מתעניינים בקונפיקציה, בהמצאה להמונים, כי שם הכסף הגדול".