

General Points

1. Useful websites on dealing with diabetes as a practicing Jew

- <http://www.friendswithdiabetes.org>
- <http://www.jewishdiabetes.com>
- http://www.jewishdiabetes.com/alon/kippur_english.pdf
- <http://www.friendswithdiabetes.org/files/pdf/FastingYKAll.pdf>

2. Shulchan Aruch Orach Chaim 328:2

מי שיש לו חולי של סכנה, מצוה לחלל עליו את השבת; והזריו, הרי זה משובח; והשואל, הרי זה שופך דמים.

It is a mitzvah to violate Shabbat for one who is dangerously ill. One who is energetic is praised; one who consults is shedding blood.

3. Mishnah Yoma 8:6

החושש בגרונו מטילין לו סם בתוך פיו בשבת מפני שהוא ספק נפשות וכל ספק נפשות דוחה את השבת:

One may put medicine into the mouth of a person who has a sore throat [other editions: mouth] on Shabbat, because it could be dangerous to life, and any doubt in a matter of life overrides Shabbat.

4. Shulchan Aruch Orach Chaim 328:5

מכה שאינה של חלל, נשאלין בבקי ובחולה; ואין מחללין עליו שבת, עד שיאמר אחד מהם שהוא צריך לחילול, או שיעשה אצל אחד מהם סכנת נפשות

For a non-internal wound, we ask an expert and the patient. We do not violate Shabbat unless one of them says this is necessary, or if one of them views it as a danger to life.

5. Mishneh Berurah 328:17

צ"ל ספק סכנת נפשות ור"ל דאפילו אומרים רק שמא יכבד עליו החולי ויסתכן נמי שרי וזהו שסיים הרמ"א וע"ל סימן תרי"ה דכן מבואר שם לענין אכילת יוה"כ וה"ה כאן:

It should say "a possible danger to life". Meaning, even if they say that *maybe* the illness will worsen and he will be endangered, it is permitted. This is why Rama concluded, "See section 618," for there this point is made regarding eating on Yom Kippur. The rule is the same here.

6. Shulchan Aruch Orach Chaim 328:4

כשיודעים ומכירים באותו חולי שממתין ואין צריך חילול, אסור לחלל עליו....

When we know and recognize that it can wait, and desecration is not needed, then one may not violate Shabbat for him....

7. Rabbi Yisrael Meir Kagan, Mishneh Berurah 328:16

ר"ל שמכירים בבירור שלא יתגבר החולי יותר ע"י שנמתין עד הלילה במו"ש

Meaning that they know clearly that the illness will not get worse by waiting until night, after Shabbat.

8. Rabbi Dr. Avraham Sofer Abraham, Nishmat Avraham Orach Chaim 328:18

דוחים ניתוח וכן כל טיפול אחר בחולה שבסכנה למוצאי שבת, אם אין לחשוש שמצבו יחמיר והוא יבוא לידי סכנה

We delay surgery and any other treatment for a dangerously ill patient until after Shabbat, where there is no concern that his situation could worsen and he could enter danger.

9. Rabbi Dr. Avraham Sofer Abraham, Nishmat Avraham Orach Chaim 328:17:1

אמר לי הגרש"ז אויערבאך זצ"ל שבכל מקרה שהוא של מחלה חריפה מסוכנת שנבהלים עליו ביום חול, חייבים לטפל ולנתח בשבת אם ניתן לעשותו מיד, גם אם ביום חול דוחים את הטיפול או את הניתוח ביום-יומיים עקב ניתוחים אחרים שהם יותר דחופים.

Rabbi Shlomo Zalman Auerbach told me that in any case of quick-spreading, dangerous illness, such that we would rush treatment during the week, one must treat and operate on Shabbat if that can be done immediately – even if on a weekday this treatment or surgery might wait a day or two due to more urgent surgeries.

10. Rabbi Dr. Avraham Sofer Abraham, *Nishmat Avraham Orach Chaim* 328:Introduction pg. **שצא**

וכלולים בהגדרה זו [של חולה שיש בו סכנה]... חולה שלפי דעת רופא יש סכנה או אפילו ספק סכנה לחייו, או גם אם אין מחלתו מסוכנת לפי שעה אך יש לחשוש שתגבר ותסכן את חייו אם לא יינתן לו טיפול מסויים בו ביום. וכן המהלך כבריא אך יסתכן אם לא יקבל טיפול מסויים בזמן, כגון חולה סוכרת המקבל אינסולין.

Included in this category [of dangerously ill patients] is... a patient the doctor believes is in danger, or even might be in danger to his life. Even if his illness is not currently dangerous, but there is concern that it could worsen and endanger his life if he were not given a particular treatment that day. Also, one who walks about like a healthy person, but who would be endangered if he would not receive a particular treatment on time - like a diabetic receiving insulin.

11. Rabbi J. David Bleich, *Blood-Sugar Tests*, Tradition 41:4 pg. 55 (2008)

<http://traditionarchive.org/news/article.cfm?id=105404>

Deleterious effects of minor increases of blood sugar are unlikely to become manifest until after the passage of time. However, the nature of diabetes is such that, barring a supervening illness or accident, the diabetic's longevity anticipation will be shortened as a result of complications of that disease. The effects of higher than normal blood sugar are cumulative. Medical science has not established a threshold of safety for fluctuation of blood sugar or a time span within which such fluctuation is innocuous. Accordingly, it seems to this writer that any act designed to achieve an optimal blood sugar level for even a minimal period of time is in the category of possible *pikuah nefesh* and hence is not only permitted but is mandatory on *Shabbat* as well as on weekdays.

12. Shulchan Aruch Orach Chaim 248:4

היוצאים בשיירא במדבר, והכל יודעים שהם צריכים לחלל שבת כי מפני הסכנה לא יוכלו לעכב במדבר בשבת לבדם, ג' ימים קודם שבת אסורים לצאת, וביום ראשון ובשני ובשלישי מותר לצאת...

Those who embark on a caravan within three days of Shabbat, such that it is well-known that they will need to violate Shabbat due to the danger of halting there alone on Shabbat, may not embark on the three days preceding Shabbat. They may embark on Sunday, Monday and Tuesday...

13. Mishneh Berurah 248:26

כבר נתבאר הטעם משום דהם נקראים על שם שבת העבר ואין צריך להזהר עתה שלא יבוא לידי חילול שבת הבא ובכנה"ג כתב בשם הריב"ל דכשיודע בודאי שיבוא לידי חילול שבת אסור אף בכנה"ג וכ"כ הרדב"ז

The reason has already been explained – these days are identified with the preceding Shabbat, and one need not take care now lest he come to violation of the next Shabbat. *Keneset haGedolah* cited *Maharibal* that when one knows with certainty that he will need to violate Shabbat, he may not [travel], even in this case. And so ruled Radvaz.

Testing blood sugar

14. Tosafot, Shabbat 75a **כי**

ונראה כלשון אחר שפי' בקונט' בריש שמונה שרצים (לקמן קז). דחובל בהן חייב משום דהוי תולדה דשוחט וחייב משום נטילת נשמה ונטילת הדם היינו נטילת נשמה כדכתיב כי הדם הוא הנפש

It appears that the alternative view presented in Rashi is correct: One who wounds is liable for a form of slaughtering, under the *melachah* of taking a life. Removing blood is taking a life; it is written, "For blood is life."

15. Rambam, Mishneh Torah, Hilchot Shabbat 8:7-8

הדש כגרוגרת חייב ואין דישה אלא בגדולי קרקע, והמפרק הרי הוא תולדת הדש... וכן החובל בחי שיש לו עור חייב משום מפרק, והוא שיהיה צריך לדם שיצא מן החבורה...

One who threshes a dried-fig amount of something that grew from the ground is liable, and breaking something apart is a form of threshing... And so one who wounds a living thing which has a skin is liable for breaking apart, where he needs the blood that emerges...

16. Rabbi Avraham Borenstein, Iglei Tal, Petichah

אך ברור של דברים דהנה מלאכה כלאחר יד יש בשני אופנים. יש שהמלאכה עצמה בלתי נפעלת כראוי והיא שינוי באיכות הנפעל, כענין הנזרע בעציץ שאינו נקוב שלא נזרע כאורח, אף שבאיכות הפועל לא הוה שום שינוי. ויש מלאכה כלאחר יד שהוא שינוי באיכות הפועל לבד ולא באיכות הנפעל, כגון הכותב בשמאלו אף שהנפעל דהיינו הכתב נעשה כראוי להיות שאימן את ידיו וכתב אותיות מיושרים, כמו אם הי' כותב בימינו... והנה באופן הראשון שהמלאכה עצמה או המעשה עצמה בלתי נעשית כראוי והוא שינוי באיכות הנפעל, זה מצינו בכמה מקומות דשלא כדרכה לאו כלום היא, זולת מלאכת שבת... אבל באופן השני שאין שום שינוי באיכות הנפעל רק באיכות הפועל, ראוי היה להתחייב שהרי מ"מ הפעולה נגמרה כראוי, אך מ"מ בשבת פטור עלי', דמלאכת מחשבת אסרה תורה.

But the explanation of the matter is thus: *Melachah* "with the back of one's hand" is of two varieties. There is a case in which the *melachah* is not carried out properly, changing the quality of the result. This is like planting in a closed pot, so that it is not planted properly, even though the action itself involves no change. And there is *melachah* "with the back of one's hand" in which the action is changed, but not the result. This is like writing with one's left hand, so that even though the result, the writing, is done properly, because he trains his hand and writes straight letters as though he was writing with his right... In the first case, the *melachah* or the deed is not done properly, changing the quality of the result, and we find in many cases – beyond *melachah* of Shabbat - that actions performed in this unusual way are considered insignificant... But in the second case, where there is no change in the quality of the result, but only in the quality of the deed, one should be liable for the action was completed properly, but one is exempt on Shabbat, for the Torah prohibited only *melechet machashevet*.

17. Rabbeinu Nisim, Shabbat 103a אמר אב"י

ואיכא למידק דהכא [כתיבה] פטרי' במי שאינו שולט בשתי ידיו אם כתב בשמאל, ואילו המוציא בין בימינו בין בשמאלו חייב. וי"ל דהוצאה מלתא שכיחא היא לשמאל כמו לימין אבל כתיבה שהיא מלאכה דקה לאו אורח ארעא למיכתב בשמאל:

There is room to distinguish that here [writing] we exempt one who is not ambidextrous if he writes with his left, but one who transports is liable whether he uses his left or his right. One could explain that transport is common in the left as in the right, but writing, which is a finer action, is not done with one's left.

18. Rabbi Dr. Avraham Sofer Abraham, Nishmat Avraham Orach Chaim 278:(ד) pg. רמה

א"ל מו"ר הגר"י נויבירט שליט"א שמתר לו לעשות את כל הפעולות האלה בשבת (מכיון שיש לו הגדרה של חולה שיש בו סכנה) ואפילו כמה פעמים, דהיינו הוצאת דם מאצבעו וגם בדיקתו במכשיר. אך ישתדל, אם אפשר, להדליק את המכשיר ע"י שעון שבת או ע"י נכרי, או, אם אין זה אפשרי, בשינוי (דהיינו עם גב האצבע). והסכים עם כל זה הגרש"ז אוערבאך זצ"ל.

My master, Rabbi Yehoshua Neuwirth, told me that one may perform all of these actions on Shabbat (for the patient is deemed dangerously ill), even multiple times, meaning drawing blood from his finger and testing it in the machine. But he should try, if possible, to turn on the machine with a Shabbat clock or a non-Jew, or, if those are not possible, in an unusual way (meaning, with the back of the finger). And Rabbi Shlomo Zalman Auerbach agreed with all of this.

Delivering insulin

19. Talmud, Shabbat 47b

בי רב חמא הוה מטא גללניתא הוה מהדרי לה ביומא טבא אמר ליה ההוא מדרבנן לרבא מאי דעתך בנין מן הצד הוא [דאינו תקוע] נהי דאיסורא דאורייתא ליכא איסורא דרבנן מיהא איכא אמר ליה אנא כרבן שמעון בן גמליאל סבירא לי דאמר אם היה רפוי מותר

There was a folding bed in Rav Chama's house, and they would set it up on Yom Tov. One of the sages asked Rava, "Do you think this is acceptable because it's abnormal construction? Granted there is no biblical prohibition, but there is a rabbinic prohibition!" Rava replied, "I agree with Rabban Shimon ben Gamliel's view that such construction is permitted if it is loose."

20. Rabbi Eliezer Waldenberg, Tzitz Eliezer 13:46:1

יש גם לחלק בין תיקון בגוף הדבר כפי שהמה הדוגמאות שהביא לבין הרכבה זמנית דוגמת הרכבת מחט במזרק...

There is also room to distinguish between fixing an entity, which is what happens in the cited examples, and temporarily joining needle and syringe...

21. Rabbi Ovadia Yosef, Yechaveh Daat 2:56

כאן שתחיבת המחט במזרק אין בה צורך למעשה אומן, אין בה איסור תורה כלל, ועוד שהרי כאן הנוהג הוא להשליך המחט מיד לאחר הזריקה ולצורך זריקה אחרת משתמשים במחט אחרת, והוי בנין לשעה, ונודע שדעת החתם סופר (חלק או"ח סימן עב) שבנין לשעה לא הוי בנין... ועוד, שאפילו לדברי האור שמח (בפרק י מהלכות שבת הלכה יב) שהעלה שהלכה כדברי הירושלמי שבנין לשעה הוי בנין... מכל מקום נראה שהם הם יודו שבנידון שלנו אין בזה איסור תורה כלל, לפי מה שפסק בשלהן ערוך הגאון רבי זלמן (שיג:כא), שלא אסרו בנין עראי אלא כשאינו עשוי לסותרו בו ביום. ומשמע מדבריו שבאופן כזה אפילו איסור מדרבנן ליכא

Inserting a needle into a syringe requires no expertise, and so there is no biblical prohibition at all. Further, we customarily throw out the needle immediately after the shot, using a different needle for the next shot, so this is temporary construction, and Chatam Sofer ruled that temporary construction is not construction... Further, even per the Or Sameach's ruling that we follow the Yerushalmi and temporary construction is construction... it still appears that those who maintain this stance would agree that there is no biblical prohibition at all in our case, based on the ruling of Shulchan Aruch haRav that temporary construction is forbidden only if the item is meant to last the day. From his words it seems that even a rabbinic prohibition would not apply here.

22. Rabbi Dr. Avraham Sofer Abraham, Nishmat Avraham 313:1

ישתדל להשתמש במזרק שכבר מחוברת אליו מבעוד יום מחט מתאימה, אך אם אין כזה, מותר גם לחבר מזרק למחט מתאימה.
One should endeavour to use a syringe which already has an appropriate needle attached from before Shabbat. However, if this is not available then one may attach a syringe to an appropriate needle.

23. Shulchan Aruch Orach Chaim 306:7

מותר למדוד בשבת מדידה של מצוה, כגון למדוד אם יש במקוה מ' סאה. ולמדוד אזור מי שהוא חולה וללחוש עליו כמו שנוהגים הנשים, מותר דהוי מדידה של מצוה.

One may measure for a mitzvah on Shabbat, such as measuring whether a mikvah holds 40 *se'ah*. Measuring a belt of an ill person and chanting on it, as women do, is permitted; this is measuring for a mitzvah.

24. Rabbi Dr. Avraham Sofer Abraham, Nishmat Avraham Orach Chaim 301:11:2

ואמר לי מו"ר הגרי"י נויבירט שליט"א... מסתבר שיהיה מותר לחולה כזה לצאת עם המכשיר בשבת, גם במקום שאין עירוב (אך אינו רה"ר גמורה), אם הוא לובש אותו בשינוי כגון אם הוא כורך וקושר את חגורת הבד מסביב לרגלו או לידו ותוחב שם את המחט, כי התירו איסור מדבריהם משום כבוד הבריות (וכאן מדובר על שבות דשבות דהיינו הוצאה מרה"י לכה"מ – א.ס.א.)... ואמר לי מו"ר שליט"א שיש משום כבוד הבריות בחולה סוכרת כזה כי ללא היתר כנ"ל לא יוכל אף פעם, כל ימי חייו, לצאת מביתו בשבת. אך הוסיף שההיתר הוא דוקא לשם מצוה... עוד א"ל מו"ר שליט"א שאדם שלא בא אף פעם לביהכ"נ או לשיעור תורה ידברו עליו וזה גם נקרא משום כבוד הבריות.

Rabbi Yehoshua Neuwirth told me... It is logical to contend that such a patient could go out with the device on Shabbat even without an *eruv* (in an area which was not a full-fledged public domain), if he would wear it in an unusual way, such as by wrapping and tying the band around his leg or hand and poking the needle into it. They permitted rabbinic prohibitions for dignity (and here it is a double rabbinic prohibition, transporting to a *karmelit* in an unusual way – ASA)...

And my mentor told me that this is a matter of dignity for such a diabetic, for without this permission he could never, in his entire life, leave his house on Shabbat. He added, though, that this permission is only for a mitzvah... He noted that people would talk about someone who never attended synagogue or Torah classes, and this is also an element of "dignity".

Taking pills

25. Mishneh Berurah 328:121

אם נפל למשכב שרי - פי' לאכול ולשתות דברים שאין מדרך הבריאים לאכול ומסתימת דברי הרמ"א משמע שא"צ אפילו שיהיה א"י מושיט לו אלא מותר לו ליקח בעצמו ואף על גב דפסקינן לעיל סעיף י"ז כדעה ג' דשבות שיש בו מעשה אסור ע"י ישראל ואינו מותר כ"א ע"י שינוי צ"ל דשאני התם שמירי במלאכות דרבנן או בדברים שמחזי כעין מלאכה אבל הכא דאין בזה משום סרך מלאכה דהא לבריא מותר ורק למי שיש לו מיחוש גזרו משום שחיקת סממנים בחולה גמור לא גזרו.

If he is bedridden, he may eat and drink that which healthy people do not eat [even though it is clearly medicinal]. And from Rama's lack of differentiation, it seems that one need not have a non-Jew extend it to him; he may take it himself. And even though we ruled in 328:17 like the third view, that a Jew may not perform a rabbinically prohibited deed other than in an unusual way, that is different. That was referring to rabbinically prohibited *melachah*, or deeds that look like *melachah*. Here, there is no element of *melachah*; a healthy person would be allowed to do this! They only prohibited it for one who has an ache, lest one grind up medicines, and they made no decree for a fully ill person.

26. Rabbi Moshe Feinstein, Igrot Moshe Orach Chaim 3:53

ואם הוא איש כזה שמחמת שלהתרפא בהפילן צריך עשרה ימים רצופין שא"א בלא שיקח גם בשבת לא יוכל להתרפא יחלה מצד זה בחולשת העצבים שקורין נערוון שיהיה חשש להמחלה שנקרא נערוון ברעק דאן הוא ודאי בדין מיחוש שמצטער כל גופו שיש להתיר שיקח בשינוי קצת השייך לשנות גם ברפואת לקיחת הפילן אף שלא שייך שינוי בהבליעה, דהוא כהסברא השלישית שם, ואם א"א בשינוי יש להתיר גם בלא שינוי כשיטה ראשונה שם

If he is the sort of patient who needs ten consecutive days in order to be healed with the pills, such that healing would be impossible if he would not take them on Shabbat, and he would suffer from stress and there would be concern for a nervous breakdown, then he certainly is in the category of one whose entire body is ill, and one may permit him to take them with some small variation, as is possible in taking pills, even if no change in swallowing is possible. This is like the third view [in Orach Chaim 328:17]. Where no variation is possible, one should permit it even without the variation, like the first view there.

Delivering sugar

27. Talmud, Berachot 10b

ואמר ר' יוסי בר' חנינא משום ר' אליעזר בן יעקב: מאי דכתיב, "לא תאכלו על הדם (ויקרא יט:כו)"? לא תאכלו קודם שתתפללו על דמכם. אמר ר' יצחק אמר ר' יוחנן אמר ר' יוסי בר' חנינא משום ראב"י: כל האוכל ושותה ואחר כך מתפלל - עליו הכתוב אומר: "ואתי השלכת אחרי גוך (מלכים א' יד:ט)", אל תקרי "גוך" אלא "גאיך". אמר הקב"ה: לאחר שנתגאה זה, קבל עליו מלכות שמים.

And Rabbi Yosi, son of Rabbi Chanina cited Rabbi Eliezer ben Yaakov: What is the meaning of Vayikra 19:26, "You shall not eat upon the blood"? Do not eat before you pray for your blood.

[And] Rabbi Yosi, son of Rabbi Chanina cited Rabbi Eliezer ben Yaakov: One who eats and drinks and then prays – regarding him Melachim I 14:9 says, "You have thrown Me after your body." Do not read it as *geivecha* [your body], but *gei'echa* [your arrogance]. Gd says: After this one demonstrated arrogance, then he accepted the monarchy of Heaven.

28. Rambam, Mishneh Torah, Hilchot Tefilah 5:2

הצמא והרעב הרי הן בכלל חולים אם יש בו יכולת לכוין את דעתו יתפלל ואם לאו אל יתפלל עד שיאכל וישתה

One who is thirsty or hungry is in the category of "ill". If he can concentrate then he should pray; otherwise, he should not pray until he eats and drinks.

Shabbat meals

29. <http://www.friendswithdiabetes.org/guides.html>

30. Mishneh Berurah 272:16

צריך לזהר ליתן צמוקים כ"כ במים עד שיהיו הצמוקים מעט יותר מאחד משה נגד המים

One should be careful to add sufficient raisins to the water, such that the raisins will be a little more than 1/6 of the water.

Suggestions to check with your doctor and rabbi

- When in any possible danger, one must follow medical protocol without hesitation.
- Before Shabbat: Open packages, change batteries, turn off unnecessary lights/sounds, measure food
- Drawing blood:
 - To clean a site or vial with alcohol:
 - Best to pour liquid on the site, then dry it with disposable material.
 - We prefer a swab with a handle.
 - Avoid cotton with absorbed liquid, and avoid tearing into measured units.
 - Lancing: Ask a non-Jew, or release the trigger unusually, where this is practical and safe.
 - Squeezing out blood: Ask a non-Jew, or squeeze the finger unusually, where this is practical and safe.
 - Do not postpone tests until after Shabbat unless you are absolutely certain that this is safe.
- Testing blood:
 - Avoid glucose meters that require unnecessary steps.
 - Preferred methods to turn on a meter: 1) Timer, or 2) a non-Jew, or 3) a *shinui*, as in using the back of the button, where these methods are practical and safe.
 - When testing for ketones: Use a ketone-specific strip test, and use the meter for glucose, where this is practical and safe.
- Delivering insulin:
 - If a needle must be assembled, break it after use.
 - Measuring insulin for injection is permitted.
 - Preferred injection method: A non-Jew, or *shinui*, where this is practical and safe.
 - Wearing a pump outside an eruv:
 - Wear it in an unusual way.
 - Do not halt while walking.
 - Travel only for a mitzvah purpose – but some see all travel on Shabbat as mitzvah travel.
 - Do not load insulin that is definitely unnecessary.
- Taking pills: Some prefer a *shinui*, where this is practical and safe.
- Delivering sugar:
 - Outside the eruv: See notes re: pump. And where it is safe, go inside before eating.
 - Eating before davening to avoid hypoglycemia is permitted. Kiddush is not a problem, either.
- Shabbat meals:
 - One may measure food for glucose calculation, if this wasn't done before Shabbat
 - Kiddush:
 - Avoid wine if your blood sugar is low.
 - Wine may be diluted to the point of 1/6 wine, if it will taste like wine.
 - Grape juice may be diluted to the point of 1/2 grape juice, if it will taste like grape juice.
 - Where drinking a cheekful is unsafe, a group may count multiple drinkers toward the *shivur*.
 - Hamotzi: Whole wheat matzah has a relatively low effective carb count and is relatively slow to enter the blood
 - Seudah shlishit on a short Shabbat, when one is not hungry and one would not eat other than for the mitzvah: Eat a "free food" fruit, rather than eat a meal requiring insulin/pills.