

## Θέλετε να γίνετε εθελοντής αιμοδότης;

Μπορείτε να δώσετε αίμα σε όλα τα Νοσοκομεία της χώρας που έχουν Υπηρεσίες Αιμοδοσίας.

Καθημερινά: 8.30 π.μ. - 14.00 μ.μ. και 16.00 μ.μ. - 20.00 μ.μ.  
Σάββατο, Κυριακές και εορτές: 8.30 π.μ. - 14.00 μ.μ.

Αρωγοί στο έργο του Υπουργείου Υγείας και Κοινωνικής  
Αλληλεγγύης για την προσέλκυση και διατήρηση αιμοδοτών είναι  
οι ίδιοι οι Εθελοντές Αιμοδότες.

# ΔΩΣΤΕ ΖΩΗ ΜΕ ΤΟ ΑΙΜΑ ΣΑΣ



ΔΕΣΜΟΙ  
**Αίματος**

**ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ**

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ  
ΑΘΗΝΑ 2008



Στη χώρα μας έχει καθιερωθεί ο θεσμός της εθελοντικής αιμοδοσίας.

Με την προσφορά αίματος από εθελοντές αιμοδότες καθημερινά σώζονται χιλιάδες ασθενείς, που χρειάζεται να κάνουν μετάγγιση αίματος.

Η αιμοδοσία για τον άγνωστο συνάνθρωπο είναι πράξη αγάπης και απόδειξη κοινωνικής **ευαισθησίας** και αλληλεγγύης.

Η τακτική εθελοντική αιμοδοσία διασφαλίζει επάρκεια αίματος και έγκαιρο προγραμματισμό των μεταγγίσεων για χειρουργικές ή άλλες ιατρικές επεμβάσεις.

Με τον τρόπο αυτό δεν χρειάζεται να αγωνιά κανείς για τον συγγενή ή φίλο που χρειάζεται να μεταγγισθεί.

Όμως κάποιοι **διστάζουν να δώσουν αίμα**.

Κύριες αιτίες είναι ο αδικαιολόγητος φόβος, η προκατάληψη και η άγνοια γύρω από τη διαδικασία της αιμοδοσίας.

Στό έντυπο αυτό δίνουμε μερικές χρήσιμες πληροφορίες, που έχουν σκοπό να σβήσουν τις λανθασμένες εντυπώσεις και να βεβαιώσουν για την ασφάλεια της αιμοδοσίας, που διαρκεί λίγο και είναι ανώδυνη.

## Τι είναι το αίμα.

Το αίμα είναι ιστός σε ρευστή κατάσταση, που χρησιμεύει ως μέσο επικοινωνίας μεταξύ των διαφόρων οργάνων του σώματος. Πρωταρχικός και αναντικατάστατος ρόλος του είναι η μεταφορά οξυγόνου, που γίνεται με τα ερυθρά αιμοσφαίρια που είναι ένα από τα συστατικά του. Ένας ακόμα κύριος ρόλος του είναι η άμυνα του οργανισμού στα μικρόβια, λειτουργία που επιτελούν τα λευκά αιμοσφαίρια, ένα δεύτερο συστατικό του. Παράλληλα το αίμα μεταφέρει θρεπτικές ουσίες, ορμόνες και βιταμίνες, διακινεί προϊόντα λειτουργίας του ενός οργάνου προς κάποιο άλλο και λειτουργεί ως αγωγός για την αποβολή από τα νεφρά διαφόρων αχρήστων και βλαβερών στοιχείων.

Τέλος με τα αιμοπετάλια (άλλο συστατικό του αίματος) και τους παράγοντες της πήξης του πλάσματος εξασφαλίζεται η αιμόσταση, δηλαδή σταματάει η αιμοραγία σε περίπτωση τραυματισμού.

## Ομάδες αίματος.

Το αίμα του ανθρώπου χωρίζεται σε διάφορες ομάδες που καθορίζονται από ορισμένες πρωτεϊνικές ουσίες (αντιγόνα), οι οποίες υπάρχουν στην επιφάνεια των ερυθρών αιμοσφαιρίων, όπως είναι η "Α" και η "Β".

Οι ουσίες αυτές, τα αντιγόνα, ή υπάρχουν και τα δύο μαζί, ή μόνο το ένα από αυτά, ή και κανένα.

- Όταν υπάρχουν και τα δύο, η ομάδα λέγεται "ΑΒ"
- Όταν υπάρχει μόνο το "Α" η ομάδα λέγεται "Α"
- Όταν υπάρχει μόνο το "Β" η ομάδα λέγεται "Β"
- Όταν δεν υπάρχει καμία, η ομάδα λέγεται "Ο"

Εκτός από τις ουσίες "Α" και "Β" υπάρχει στο αίμα και το σύστημα αντιγόνων ρέζους, το κυριότερο των οποίων είναι το "D".

Η παρουσία ή όχι του αντιγόνου "D" του συστήματος αυτού προσδιορίζει την ομάδα του αίματος



ως "ρέζους θετικό" ή "ρέζους αρνητικό".

Είναι σημαντικό να ξέρει ο καθένας μας σε ποιά ομάδα αίματος ανήκει το αίμα του.

Για κάθε μετάγγιση γίνεται υποχρεωτικά έλεγχος της ομάδας αίματος, τόσο του αιμοδότη, όσο και του αιμολήπτη.

## Τι είναι μετάγγιση αίματος.

Μετάγγιση αίματος είναι η χορήγηση αίματος ενός ατόμου σε άλλο. Το αίμα αυτό, μέσα στο κυκλοφορικό σύστημα του ανθρώπου που το λαμβάνει, αντικαθιστά προσωρινά εκείνο που λείπει, μέχρι να δοθεί καιρός στο μυελό των οστών (που, όπως είναι γνωστό, παράγει το αίμα) να το αναπλάσει. Ακόμη είναι δυνατή μετάγγιση μόνο αιμοπεταλίων ή μόνο πλάσματος ή μόνο παραγώγων του.

## Χρήσιμες πληροφορίες για τον αιμοδότη.

Κάθε άνθρωπος μπορεί να γίνει αιμοδότης, εφόσον είναι υγιής και έχει ηλικία μεταξύ 18 και 65 ετών. Η υγεία του αιμοδότη εξετάζεται σχολαστικά. Γίνεται λήψη ιστορικού, ελέγχεται η αρτηριακή πίεση και η αιμοσφαιρίνη. Μία αιμοληψία διαρκεί μόνο μερικά λεπτά. Ο αιμοδότης παραμένει ακόμα δέκα λεπτά ξαπλωμένος και πίνει ένα αναψυκτικό για να αναπληρώσει τον όγκο του αίματος που χορήγησε. Μετά την αιμοδοσία, για μια ώρα, πρέπει να αποφεύγεται το κάπνισμα, η οδήγηση και η βαριά σωματική εργασία.

Ο αιμοδότης μπορεί να δίνει αίμα κάθε τρεις ή τέσσερις μήνες. Συνήθως, οι τακτικοί εθελοντές αιμοδότες δίνουν αίμα τρεις φορές το χρόνο.

Το αίμα που δίνει ένας αιμοδότης μπορεί να διατηρηθεί μέχρι 42 ημέρες.

Από το αίμα λαμβάνονται πολύτιμα συστατικά όπως τα ερυθρά αιμοσφαίρια, τα αιμοπετάλια και το πλάσμα που μεταγγίζονται σε ασθενείς που τα χρειάζονται.

Το πλάσμα αποτελεί επίσης την πρώτη ύλη, που υποβάλλεται σε βιομηχανική επεξεργασία για την παρασκευή ειδικών φαρμάκων, όπως η λευκωματίνη, οι ανοσοσφαιρίνες, οι παράγοντες πήξης και άλλα προϊόντα. Το αίμα πριν χορηγηθεί για μετάγγιση ελέγχεται σχολαστικά για νοσήματα που μπορεί να μεταδοθούν με μετάγγιση (ηπατίτιδα κ.λ.π.).

Σε περίπτωση που διαπιστωθεί κάποιο νόσημα το αίμα δεν χορηγείται και ειδοποιείται ο αιμοδότης να κάνει τις εξετάσεις που πρέπει. Παράλληλα ενημερώνεται και λαμβάνει συμβουλές για την υγεία του. Η διαδικασία αυτή είναι προσωπική και εμπιστευτική.

## Μην φοβάστε να δώσετε αίμα!

*Η χορήγηση αίματος είναι μία απλή, ανώδυνη και ασφαλής διαδικασία. Άλλωστε, η ποσότητα αίματος που λαμβάνεται είναι μικρή.*

*Τελικά, η αιμοδοσία είναι μία ευχάριστη πράξη, αφού δίνει την ικανοποίηση της προσφοράς και ωφελεί τον οργανισμό.*

# Γίνε και συ εθελοντής αιμοδότης



Υπουργείο Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης  
Αριστοτέλους 17 - Αθήνα  
Διεύθυνση Ανάπτυξης Μονάδων  
Υγείας - Τμήμα Αιμοδοσίας  
Τηλ.: 210 52 33 434 και 210 52 21 576

Το Εθνικό Κέντρο Αιμοδοσίας (Ε. ΚΕ. Α.)  
της χώρας μας εδρεύει  
στην οδό Ολυμπιονίκη Χρήστου Μάντικα 7,  
στις Αχαρνές Αττικής, Τ.Κ. 136 71  
Τηλ. Κέντρο: 210 24 10 000, Fax: 210 24 10 119.

Αίμα μπορεί να προσφέρει κανείς στις Υπηρεσίες Αιμοδοσίας των Νοσοκομείων.

Οι Υπηρεσίες Αιμοδοσίας βρίσκονται μεταξύ τους σε συνεχή επικοινωνία, για να αντιμετωπιστεί κάθε ανάγκη σε αίμα. Ο εθελοντής αιμοδότης εφοδιάζεται από τις Υπηρεσίες Αιμοδοσίας με ειδική ταυτότητα που τον διακρίνει και τον καταξιώνει κοινωνικά.

Η ποσότητα αίματος που δίνει ένας αιμοδότης αντιπροσωπεύει το 9% περίπου από το αίμα του

## Πόσο αίμα χρειαζόμαστε στην Ελλάδα.

Οι ανάγκες της χώρας μας **ανέρχονται σε 650.000 μονάδες** το χρόνο. Οι ανάγκες αυτές **αυξάνουν** γιατί:

- Έχουμε **μεγάλο αριθμό** τροχαίων ατυχημάτων
- Η συχνότητα της Μεσογειακής Αναιμίας και άλλων νοσημάτων του αίματος είναι μεγάλη
- Οι μεταμοσχεύσεις μυελού των οστών και οργάνων απαιτούν μεγάλες ποσότητες αίματος και παραγώγων του
- Πολλές χειρουργικές επεμβάσεις που γίνονται σήμερα είναι πολύπλοκες και απαιτούν μεγάλες ποσότητες σε αίμα.

## Το αίμα είναι ζωή!

Μόνο ο άνθρωπος μπορεί να προσφέρει αίμα σε άλλο άνθρωπο. Είναι χρέος όλων μας να συνειδητοποιήσουμε τη σημασία αυτής της προσφοράς.

**Δώστε αίμα! Δώστε ζωή με το αίμα σας!**