

# ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΗ

# Α Ι Μ Ο Δ Ο Σ Ι Α

**1ο ΓΕΛ ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΥΚΟΡΔΕΛΙΟΥ  
ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ**

**ΤΜΗΜΑ Β2**

**ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΤΟΣ 2014-2015**



## *Η αιμοδοσία είναι μία από τις πιο ουσιώδεις μορφές εθελοντικής προσφοράς*

---

Ο φόβος, η άγνοια αλλά ίσως και η αδιαφορία αποτρέπουν πολλούς να ανταποκριθούν σε οργανωμένες εθελοντικές αιμοδοσίες.

Σύμφωνα με έρευνες, **μόνο το 5% των ατόμων που θα μπορούσαν να είναι αιμοδότες, δίνουν αίμα.**

Αυτό έχει ως αποτέλεσμα, στη χώρα μας, να υπάρχει μεγάλη έλλειψη σε αποθέματα αίματος και η Ελλάδα να εισάγει αίμα από το εξωτερικό για να καλύψει τις ανάγκες οι οποίες είναι μεγάλες.

Είναι σημαντικό να θυμηθούμε ότι:

**Η δωρεά αίματος δεν περιέχει κανένα κίνδυνο για την υγεία του αιμοδότη** και είναι σχεδόν εντελώς ανώδυνη.



# Τι είναι το ασφαλές αίμα;

**Το ασφαλές αίμα είναι το αίμα το οποίο δε βλάπτει το άτομο στο οποίο μεταγγίζεται.**

Το ασφαλές αίμα μπορεί να αποβεί σωτήριο για τη ζωή κάποιων ανθρώπων, αλλά το μη ασφαλές αίμα μπορεί να προκαλέσει σοβαρές ασθένειες ή ακόμη και θάνατο του δέκτη.

Οι μολύνσεις που μπορεί να μεταδοθούν από το αίμα είναι οι εξής:

- **HIV , συμπεριλαμβανομένου και του AIDS**
- **Ηπατίτιδα Β**
- **Ηπατίτιδα C**
- **Σύφιλη**
- **Ελονοσία**



# Το αίμα και τα παράγωγά του

Όλα τα όργανα του ανθρώπινου σώματος λειτουργούν χάρη στο αίμα που κυκλοφορεί στις φλέβες, στις αρτηρίες και στα τριχοειδή αγγεία. **Το αίμα αποτελεί το 1/13 του βάρους του σώματος**, επομένως για έναν ενήλικα είναι περίπου 5 λίτρα.

Το αίμα είναι ζωντανός ιστός που τα κύτταρα του ανανεώνονται συνεχώς από μητρικά κύτταρα του μυελού των οστών ή των λεμφαδένων

Το αίμα περιλαμβάνει κύτταρα όπως: **ερυθρά αιμοσφαίρια**, **λευκά αιμοσφαίρια** και **αιμοπετάλια**, που «κολυμπούν» μέσα στο **πλάσμα**



Ερυθρά πλάσμα αιμοπετάλια



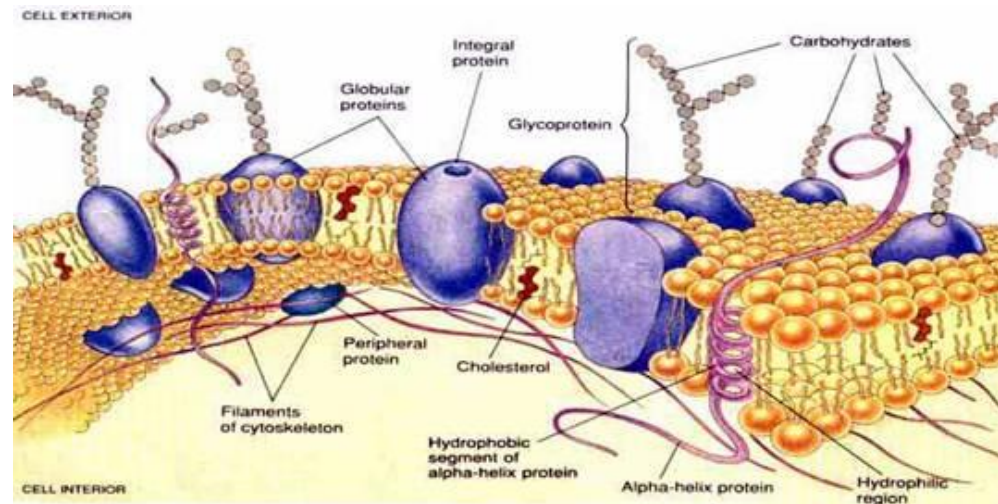
# Ομάδες αίματος

Το αίμα χωρίζεται σε διάφορες κατηγορίες ανάλογα με την παρουσία ουσιών στην επιφάνεια της μεμβράνης που περιβάλλει τα ερυθρά αιμοσφαίρια. Οι ουσίες αυτές από χημική άποψη είναι πρωτεΐνες και ονομάζονται **αντιγόνα**.



# Το σύστημα ΑΒΟ-Ομάδες αίματος

Το σύστημα ΑΒΟ είναι και το πρώτο που ανακαλύφθηκε το 1900 από τον Landsteiner και υποδηλώνει την ύπαρξη ή όχι των ουσιών Α και Β στα ερυθρά αιμοσφαίρια.



# Το σύστημα ΑΒΟ

---

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



- Όταν υπάρχουν **και τα δυο**, 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 **ούτε το Α ούτε το Β**, η **ομάδα** λέγεται **Ο**



# Συμπερασματικά

Στατιστικές μελέτες στον Ελληνικό πληθυσμό έχουν δείξει την ίδια συχνότητα των ομάδων αίματος με τους Ευρωπαίους.



<b>AB</b>	=	<b>4.75%</b>
<b>A</b>	=	<b>37.93%</b>
<b>B</b>	=	<b>12.93%</b>
<b>O</b>	=	<b>44.39%</b>

Μετά το αντιγονικό σύστημα ABO, δεύτερο σε σημασία από κλινική άποψη, έρχεται το **σύστημα ρέζους** που ανακαλύφθηκε πάλι από τον Lansteiner το 1940.

Ανάλογα με την παρουσία ή όχι στην επιφάνεια των ερυθροκυττάρων του παράγοντα ρέζους, τα ερυθρά αιμοσφαίρια λέγονται «**Ρέζους Θετικό**» ή «**Ρέζους αρνητικό**».

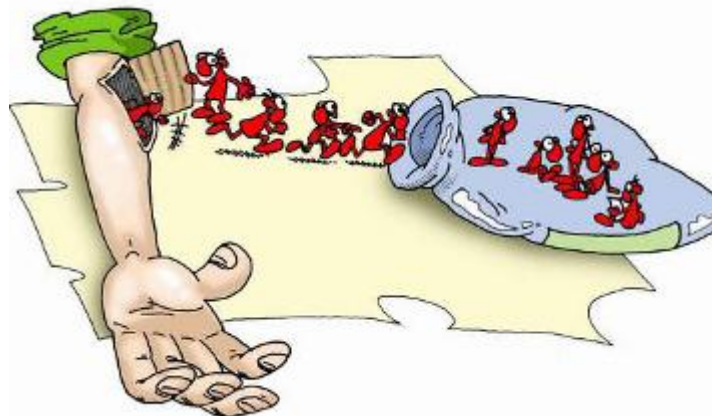




# Η ΑΙΜΟΔΟΣΙΑ

## Τι είναι η αιμοδοσία;

*Η αιμοδοσία είναι μία ιατρική διαδικασία η οποία έχει ιατρική ένδειξη και η οποία συνιστάται στην έγχυση αίματος ή συστατικών του αίματος του δότη προς το λήπτη*



# ΠΟΙΟΙ ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ ΑΙΜΑ;

Η χορήγηση αίματος, δηλαδή η μετάγγιση είναι αναγκαία στους ακόλουθους ασθενείς:

- Οι χιλιάδες τραυματίες των τροχαίων ατυχημάτων που έχουν ανάγκη από 10 – 40 φιάλες, ανάλογα με την περίπτωση. Ασθενείς που έχουν χάσει αίμα λόγω εγκαυμάτων.



- Τα 4.000 άτομα στη χώρα μας που πασχουν από Μεσογειακή Αναιμία, στην πλειοψηφία τους παιδιά. Για κάθε ασθενή απαιτούνται 30 φιάλες το χρόνο



# ΠΟΙΟΙ ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ ΑΙΜΑ;

- Όσοι πάσχουν από διάφορες αιματολογικές ασθένειες (λευκαιμία, αιμορροφιλία κα.) για την κάλυψη των οποίων απαιτούνται έως και 50 φιάλες αίματος ή παραγώγων
- Περιστατικά βαριάς γαστρορραγίας και χρόνιας νεφρικής ανεπάρκειας
- Ορισμένες έγκυες που παρουσιάζουν προβλήματα κατά τον τοκετό, καθώς και ασθενείς που πρόκειται να υποβληθούν σε κάποια επέμβαση (ορθοπεδική, καρδιοχειρουργική κα.).



# ΠΟΙΟΙ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΔΩΣΟΥΝ ΑΙΜΑ ΚΑΙ ΠΟΙΟΙ ΟΧΙ;

---

**Αίμα μπορούν να δώσουν:**

Όλοι οι υγιείς άντρες και  
γυναίκες **ηλικίας 18-65** ετών  
που ζυγίζουν **πάνω από 50**  
**κιλά, κάθε 3-4 μήνες.**



# Δεν μπορούν να δώσουν αίμα:

Αυτοί στους οποίους υπάρχει το ενδεχόμενο η αιμοδοσία να τους δημιουργήσει πρόβλημα υγείας.

Το πρώτο μέλημα της υπηρεσίας μετάγγισης αίματος είναι να εξασφαλίσει ότι η αιμοδοσία δε θα προκαλέσει κανένα κακό στο δότη.



Αν έχουμε κάνει Βελονισμό . . .



Τατουάζ ; ; Ακατάλληλος !



Έχεις κάνει χρήση τοξικών ουσιών ;



Είσαι έγκυος ... ;



Ανέλεγκτες ... σεξουαλικές επαφές.



# ΠΟΣΟ ΑΙΜΑ ΘΑ ΜΑΣ ΠΑΡΟΥΝ ΣΤΗΝ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑ; ΕΙΝΑΙ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΟ ΑΥΤΟ;

Ο όγκος του αίματος που λαμβάνεται είναι μόνο το **1/20 του συνολικού όγκου αίματος του ανθρώπου** (300-450 γραμμάρια περίπου).

**Η αναπλήρωση** του χαμένου όγκου γίνεται σε **10 μόνο λεπτά**, ενώ ο όγκος του πλάσματος αποκαθίσταται σε 12 ώρες και τα ερυθρά αιμοσφαίρια σε 1 μήνα περίπου.

Εξάλλου, έχει αποδειχθεί ότι η τακτική αιμοδοσία προστατεύει τη καρδιά και είναι ωφέλιμη για τον οργανισμό κάθε υγιούς δότη, διότι κινητοποιείται ο μυελός των οστών του, για την παραγωγή νέων κυττάρων αίματος



# Ποιοί είναι οι ασφαλέστεροι δότες αίματος;

Οι εθελοντές δότες που δεν πληρώνονται και οι οποίοι δίνουν αίμα σε τακτά χρονικά διαστήματα είναι οι ασφαλέστεροι δότες αίματος.



Ποτέ με αμοιβή . . .



# Υπάρχει περίπτωση να κολλήσουμε κάποια αρρώστια από τις βελόνες;

Όλα τα υλικά που χρησιμοποιούνται κατά την αιμοληψία είναι αποστειρωμένα, μιας χρήσης και ανοίγονται μπροστά στον αιμοδότη. Επομένως, κάθε φόβος για τη μετάδοση ασθένειας είναι αβάσιμος και παράλογος



Θα κολλήσω...AIDS ;





# Υπάρχουν κίνδυνοι από τη δωρεά αίματος;

Δεν υπάρχει κανένας κίνδυνος να προσβληθείτε από κάποια ασθένεια, όπως από τον HIV , την ηπατίτιδα Β ή Γ, μέσω της αιμοδοσίας, αν χρησιμοποιείται νέος, αποστειρωμένος και διαθέσιμος εξοπλισμός σε κάθε αιμοδοσία.



# ΤΙ ΘΑ ΣΥΜΒΕΙ, ΟΤΑΝ ΔΩΣΟΥΜΕ ΑΙΜΑ;

## Συμπληρώνουμε το έντυπο

Έτσι, πριν δώσουμε αίμα, θα απαντήσουμε σε κάποιες ερωτήσεις για το ιατρικό ιστορικό μας, την τωρινή μας υγεία και τον τρόπο ζωής μας.



Συμπληρώνεις το έντυπο

## Υποβαλλόμαστε σε σύντομη ιατρική εξέταση

Θα υποβληθούμε, επίσης, σε μια σύντομη ιατρική εξέταση, για να εκλεχθεί ο σφυγμός σας, η πίεσή σας και το βάρος σας. Θα σας πάρουν μια σταγόνα αίματος από την άκρη του δακτύλου σας, για να επιβεβαιώσουν ότι η αιμοδοσία δε θα σας προκαλέσει αναιμία.



Σύντομη ιατρική εξέταση



# ΤΙ ΘΑ ΣΥΜΒΕΙ, ΟΤΑΝ ΔΩΣΟΥΜΕ ΑΙΜΑ;

Χρειάζεται να ξεκουραστούμε μετά;

Μετά την αιμοληψία καλό είναι να ξεκουράζεται κανείς.

Επίσης καλό είναι να ασκεί μια μικρή πίεση στην περιοχή που τρύπησε η βελόνα για να σταματήσει τη μικρή αιμορραγία.

Σας προσφέρουν αναψυκτικό

Σας προσφέρουμε και πορτοκαλάδα...

Αφού ξεκουραστείτε για 10 ή 15 λεπτά και πάρετε ένα αναψυκτικό, θα είστε ικανοί/-ες να επιστρέψετε στις κανονικές σας δραστηριότητες.



Χρειάζομαι ξεκούραση;



Σας προσφέρουμε  
και πορτοκαλάδα...

# Οδηγίες για τον αιμοδότη πριν και μετά την αιμοδοσία

- Να μην καπνίσει για 1 (μια) ώρα.
- Να μην οδηγήσει για 1 (μια) ώρα.
- Να μην κάνει έντονη σωματική άσκηση την ημέρα της αιμοδοσίας.
- Να πάρει περισσότερα υγρά και καλό γεύμα την ημέρα της αιμοδοσίας.
- Αποφυγή οινοπνευματωδών ποτών την ημέρα της αιμοδοσίας.
- Σε περίπτωση αιμορραγίας από το σημείο φλεβοκέντησης, ο αιμοδότης θα πρέπει να σηκώσει το χέρι ψηλά και να εφαρμόσει πίεση.
- Ο επίδεσμος μπορεί να αφαιρεθεί μετά από 2-3 ώρες.
- Για οποιοδήποτε πρόβλημα ή απορία ο αιμοδότης μπορεί να απευθύνεται στο νοσηλευτικό προσωπικό ή στο κεντρικό τμήμα.



# ΓΙΑΤΙ ΝΑ ΓΙΝΟΥΜΕ ΕΘΕΛΟΝΤΕΣ ΑΙΜΟΔΟΤΕΣ;

Καταρχήν, η **ηθική ικανοποίηση** ότι ο αιμοδότης ως άνθρωπος **συμβάλλει στη σωτηρία συνανθρώπων του**, και κατά δεύτερο λόγο **δικαιούται αίμα σε περίπτωση προσωπικής ή οικογενειακής του ανάγκης**.

Ας σημειωθεί εδώ ότι το αίμα στη χώρα μας λαμβάνεται και χορηγείται δωρεάν και ότι από το 1979 έχει απαγορευτεί τελείως η εμπορία του.



# Πόσο συχνά μπορούμε να δίνουμε αίμα;

---



**Οι υγιείς ενήλικες μπορούν να δίνουν αίμα τακτικά.**

**Στις περισσότερες χώρες, οι άνδρες μπορούν να δίνουν αίμα κάθε 3 μήνες και οι γυναίκες κάθε 4**



# ΠΩΣ ΘΑ ΚΑΛΥΦΘΟΥΝ ΟΙ ΑΝΑΓΚΕΣ ΤΗΣ ΧΩΡΑΣ ΜΑΣ;

Δεν θέλουμε αυτές τις λύσεις...



Αίμα από το Εξωτερικό ... ;



Όχι και από το αυτί !

