

**ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΤΩΝ ΥΠΟΨΗΦΙΩΝ ΔΟΤΩΝ**

Το αίμα αποτελεί το σπουδαιότερο βιολογικό υγρό. Οι ανάγκες για αίμα συνεχώς αυξάνονται, ενώ η παραγωγή του με τεχνικά μέσα είναι προς το παρόν αδύνατη. Μοναδική λοιπόν πηγή αποτελεί ο άνθρωπος.

Η αιμοδοσία ολικού αίματος είναι μια διαδικασία απλή, σχετικά ανώδυνη και γρήγορη (περίπου 10 λεπτά) και από αυτήν μπορούμε να παρασκευάσουμε μία μονάδα συμπυκνωμένων ερυθρών, μία μονάδα αιμοπεταλίων και μία μονάδα πλάσματος (FFP) και να καλύψουμε τις ανάγκες έως και τριών διαφορετικών ασθενών.

Περισσότερο χρόνο διαρκεί η αιμοδοσία αφαίρεσης αιμοπεταλίων (αιμοπεταλιαφαίρεση), κατά την οποία ο δότης συνδέεται με ειδικό μηχάνημα και προσφέρει μόνο αιμοπετάλια (ποσότητα που ισοδυναμεί με 5-6 απλές μονάδες αιμοπεταλίων). Γίνονται δεκτοί δότες που έχουν ήδη προσφέρει ολικό αίμα, τουλάχιστον μία φορά.

Ο κάθε υποψήφιος αιμοδότης, για να κριθεί κατάλληλος να προσφέρει αίμα, χρειάζεται να περάσει μία διαδικασία που αποβλέπει στη διαφύλαξη της υγείας του, αλλά και στην εξασφάλιση της ποιότητας και της μέγιστης ασφάλειας του αίματος και των προϊόντων του για τον ασθενή. Η διαδικασία διαλογής περιλαμβάνει:

- Συμπλήρωση του ερωτηματολογίου που πρέπει να γίνεται **με ειλικρίνεια και να υπογράφεται** από τον υποψήφιο δότη
- **Εμπιστευτική συνέντευξη** με εκπαιδευμένο προσωπικό (χωρίς να μπορούν να ακούσουν τρίτα πρόσωπα)

Το προσωπικό εξηγεί με σαφήνεια αν υπάρχει λόγος προσωρινού ή μόνιμου αποκλεισμού του υποψήφιου αιμοδότη.

Ο αιμοδότης πρέπει να γνωρίζει ότι όλες οι μονάδες αίματος ή προϊόντα αφαίρεσης **ελέγχονται υποχρεωτικά** για τα κυριότερα νοσήματα που μεταδίδονται με το αίμα και συγκεκριμένα **για Ηπατίτιδα Β, Ηπατίτιδα C, τον ιό του AIDS, HTLV και Σύφιλη**. Ωστόσο, επειδή για κάθε ένα από αυτά τα νοσήματα υπάρχει διάστημα («**παράθυρο**») μερικών ημερών έως πολλών εβδομάδων μετά τη μόλυνση, κατά το οποίο ο έλεγχος αποβαίνει αρνητικός, αν και ο δότης είναι μολυσματικός, **η ειλικρίνεια του δότη** είναι το μόνο που διασφαλίζει την ασφάλεια του αίματος. Για τους παραπάνω λόγους, όποιος είχε κάποια ύποπτη επαφή το τελευταίο εξάμηνο, πρέπει να το αναφέρει ή τουλάχιστον «να αποκλείσει» ο ίδιος εμπιστευτικά τη χρήση της μονάδας αίματος.

Στους υποψήφιους δότες αιμοπεταλιαφαίρεσης, προηγείται λήψη δείγματος αίματος για έλεγχο και εφόσον ο προκαταρκτικός έλεγχος το επιτρέπει, καθορίζεται ραντεβού από υπεύθυνο άτομο του Κέντρου Αίματος.

Σε περίπτωση θετικού ή αμφίβολου αποτελέσματος, η Υπηρεσία Αιμοδοσίας **πληροφορεί τον αιμοδότη τηλεφωνικά ή ταχυδρομικά** και ζητά νέο δείγμα αίματος.

Σας διαβεβαιώνουμε ότι ποτέ δεν γίνεται αποκάλυψη της ταυτότητας του δότη, γνωστοποίηση πληροφοριών σχετικά με την κατάσταση της υγείας του και των αποτελεσμάτων των εργαστηριακών εξετάσεων σε τρίτους.

Ο υποψήφιος δότης μπορεί να αλλάξει γνώμη πριν προχωρήσει η διαδικασία της αιμοληψίας και να αποχωρήσει ή να αυτοαποκλειστεί, χωρίς ντροπή ή δυσφορία.

**ΠΟΙΟΣ ΕΠΙΤΡΕΠΕΤΑΙ ΝΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΙ ΑΙΜΑ**

**Αίμα μπορεί να δώσει κάθε υγιές άτομο, ηλικίας 18-65 ετών, αρκεί:**

- Να έχει φυσιολογική όψη, ήρεμη ψυχολογία, φυσιολογική αρτηριακή πίεση και φυσιολογικές σφύξεις, περιοχές φλεβοκέντησης χωρίς δερματικές βλάβες και να αισθάνεται τελείως καλά την ημέρα και ώρα της αιμοδοσίας.
- Αν έλθει πρωί, να έχει λάβει ελαφρύ πρωινό, όχι λιπαρό. Δηλαδή να **μην** έχει καταναλώσει τυρόπιτες ή άλλες πίτες, σάντουιτς, τόστ, μπουγάτσα, αυγά, βούτυρο, κ.λπ., ενώ επιτρέπεται να έχει φάει ψωμί, δημητριακά, φρυγανιές, μπισκότα, γλυκά χωρίς σαντιγύ, και χρειάζεται να έχει πιεί αρκετά υγρά (συνολικά 2-3 ποτήρια νερό και χυμό ή και καφέ).
- Αν έλθει απόγευμα, **πρέπει να έχουν περάσει τουλάχιστον 3 ώρες από ένα κανονικό μεσημεριανό γεύμα**, στο οποίο μπορεί να έχει φάει ο,τιδήποτε και να έχει πιεί ο,τιδήποτε εκτός αλκοόλ. Να είναι ξεκούραστος και να έχει κοιμηθεί τουλάχιστον 6 ώρες την προηγούμενη νύχτα
- Να μην έχει καταναλώσει οινοπνευματώδη ποτά το προηγούμενο βράδυ
- Να έχει καταναλώσει 2-3 ποτήρια υγρά (νερό, χυμό) το τελευταίο δίωρο.
- Να μην έχει σοβαρά χρόνια προβλήματα (από το καρδιαγγειακό σύστημα, τους νεφρούς κ.λπ.)
- Να μην έχει αρρυθμιστή αρτηριακή υπέρταση, σακχαρώδη διαβήτη ινσουλινοθεραπεύόμενο, σοβαρές αλλεργίες, αυτοάνοσα νοσήματα κ.λπ. και να μην παίρνει φάρμακα για χρόνια προβλήματα υγείας
- Να μην έχει, ούτε να εμφάνισε τις τελευταίες δύο εβδομάδες συμπτώματα λοίμωξης (βήχα, καταρροή, πυρετό, διάρροια, πονόλαιμο κ.λπ. λόγω ίωσης ή από μικρόβιο), ούτε να έχει στο περιβάλλον του (σε απόσταση μικρότερη από 1 μέτρο) άτομο με τέτοια συμπτώματα
- Να μην έχει υποβληθεί σε χειρουργική επέμβαση, βιοψία, γαστροσκόπηση κ.λπ. το τελευταίο τετράμηνο
- Οι γυναίκες να μην έχουν έμμηνο ρύση την ημέρα της αιμοδοσίας. Να μην είχαν εγκυμοσύνη ή τοκετό το τελευταίο εξάμηνο.

**ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΤΑΙ ΝΑ ΑΙΜΟΔΟΤΟΥΝ:** Όσοι έχουν διαμείνει στη Μεγάλη Βρετανία για χρονικό διάστημα μεγαλύτερο των 6 μηνών από το 1980 έως το 1996 και όσοι ανήκουν σε ομάδες υψηλού κινδύνου

**ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑ:**

- Πρέπει να παραμείνετε για λίγο ξαπλωμένος στην πολυθρόνα αιμοδοσίας και μετά να παραμείνετε στο σαλόνι, όπου θα σας προσφερθούν χυμός και μπισκότα.
- Μη φύγετε αν δεν αισθάνεστε τελείως καλά και αν δεν έχετε διαβάσει προηγουμένως τις απαραίτητες συμβουλές μας προς τους αιμοδότες.