

## **ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑ**

### **Τι πρέπει να ξέρει ο υποψήφιος εθελοντής αιμοδότης:**

- Κάθε υγιής άνδρας ή γυναίκα 18–62 ετών, μπορεί να δίνει άφοβα αίμα 3–4 φορές το χρόνο.
- Ο όγκος αίματος που προσφέρει ο αιμοδότης είναι 450ml και αποκαθίσταται αμέσως από τον οργανισμό. Το πλάσμα αναπαράγεται σε 24 ώρες και τα ερυθρά σε ένα μήνα.
- Δεν πρέπει να διενεργείται αιμοδοσία πριν περάσουν τρεις μήνες από την προηγούμενη.
- Η αιμοδοσία είναι τελείως ακίνδυνη και διαρκεί 5-10 λεπτά της ώρας.
- Κανένα φάρμακο δεν υποκαθιστά το αίμα ή το πλάσμα που χρειάζονται οι ασθενείς.

## **ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΑΙΜΟΛΗΨΙΑΣ**

### **Αναφέρεται στην επιλογή του αιμοδότη και περιλαμβάνει κλινικό και εργαστηριακό έλεγχο.**

- Λήψη σύντομου ιατρικού ιστορικού και συμπλήρωση ειδικού ερωτηματολογίου που αποβλέπει στην αποκάλυψη παθήσεων οι οποίες συνιστούν απαγόρευση ή αντένδειξη για τη λήψη αίματος:

Το ερωτηματολόγιο συμπληρώνεται με την συνεργασία του αιμοδότη και υπογράφεται από αυτόν.

- Συνιστάται κλινική εξέταση που περιλαμβάνει την εκτίμηση της γενικής κατάστασης και κυρίως του καρδιαγγειακού συστήματος του αιμοδότη.
- Ο σφυγμός πρέπει να είναι ρυθμικός και οι σφυγμοί 50-110/λεπτό και η αρτηριακή πίεση, συστολική μεταξύ 95-180 mm Hg και διαστολική 50-100 mm Hg.

Προσδιορισμός της αιμοσφαιρίνης του υποψηφίου.

## **ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΑΙΜΟΔΟΤΗ ΠΡΙΝ ΚΑΙ ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑ**

- Ο αρμόδιος μπορεί να δώσει αίμα πρωινές ή απογευματινές ώρες. Καλό είναι η αιμοδοσία να γίνεται όταν ο αιμοδότης είναι ξεκούραστος.

- Πριν την αιμοδοσία πρέπει να έχει προηγηθεί ελαφρύ γεύμα.
- Μετά την αιμοδοσία, ο αιμοδότης πρέπει να ακολουθεί τις συμβουλές του νοσηλευτικού προσωπικού:

**Να πάρει την τροφή που του προσφέρεται. Να μην αποχωρήσει από το Τμήμα Αιμοδοσίας πριν του επιτρέψει το Υπεύθυνο Προσωπικό.**

**Να μην καπνίσει για 1(μία) ώρα**

**Να μην οδηγήσει για 1 (μία) 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 προηγούμενη και την ημέρα της αιμοδοσίας.**

**Ο επίδεσμος μπορεί να αφαιρεθεί μετά από 2-3 ώρες**

**Για οποιοδήποτε πρόβλημα ή απορία ο αιμοδότης μπορεί να απευθύνεται στο Ιατρικό Τμήμα (τηλ.210 7721566 ή 1568).**

### **ΠΟΙΟΣ ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΔΩΣΕΙ ΑΙΜΑ**

1. Όποιος έχει ομοφυλοφιλικές σχέσεις, κάνει ενδοφλέβια χρήση ναρκωτικών ουσιών, έχει πολλές ερωτικά συντρόφους χωρίς συστηματική χρήση προφυλακτικών μέσων και γενικά όποιος νομίζει ότι υπάρχει πιθανόνα έχει εκτεθεί στον ιό που προκαλεί AIDS. (και η ερωτική σύντροφος των ατόμων των παραπάνω κατηγοριών).

2. Όσοι πάσχουν από:

-Καρδιαγγειακές νόσους - Αρρυθμίες ,Υπέρταση - Ανοσοποιητικά Νοσή-ματα, Νεοπλασίες, Αιματολογικές νόσους, Επιληψία, Ανεπάρκεια G-6-PD.

-Χρόνιες Λοιμώξεις, Ψυχικές Νόσους, Σακχαρώδη Διαβήτη υπ' αγωγή,

-Χρόνιες Νόσους ή Ανεπάρκεια Οργάνων.

3. Όσοι έχουν Θετικό Αυστραλιανό Αντιγόνο Ηπατίτιδα Β και το Θετικό αντίσωμα κατά της Ηπατίτιδας C.

4. Όσοι ταξιδεύουν σε χώρες που ενδημεί η Ελονοσία.

5. Άτομα με Ετερόζυγο Μεσογειακή Αναιμία, Δρεπανοκυτταρική αναιμία

μπορούν να αιμοδοτήσουν εφ' όσον το επίπεδο της αιμοσφαιρίνης τους είναι εντός των 12g/dl.

### **ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ**

1. Όποιος αιμοδότης για οποιοδήποτε λόγο δεν μπορεί να δώσει αίμα την καθορισμένη από το Ι.Τ. μέρα, μπορεί να προσέλθει σε οποιαδήποτε από τις άλλες αιμοδοσίες που θα γίνονται και θα ενημερώνεται μέσω μηνύματος που θα στέλλεται προς όλα τα e-mail της Πολυτεχνικής Κοινότητας.

2. Οι αιμοδότες όταν προσέρχονται στην αιμοδοσία πρέπει να έχουν πάρει οπωσδήποτε το πρωινό τους.

3. Για να πάρεις αίμα όταν χρειαστείς, τηλεφωνάς στο Ιατρικό Τμήμα του Ε.Μ.Π. στο 210 772 -3581-1568.

Πρόσεξε όμως, ο αρμόδιος είναι υποχρεωμένος να εφαρμόσει τον κανονισμό .Μην τον φέρνεις σε δύσκολη θέση.

### **4. ΑΔΕΙΕΣ**

Ο/Η συνάδελφος που αιμοδοτεί δικαιούται άδεια 2 ημερών, όποτε θελήσει, πάντα όμως με ένα σωστό προγραμματισμό της υπηρεσίας του.

### **ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ: ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ - ΧΡΗΣΗ ΑΙΜΑΤΟΣ**

1. Αίμα, μπορούν να παίρνουν για τις προσωπικές τους ανάγκες, οι αιμοδότες, οι σύζυγοί τους, τα παιδιά τους και οι γονείς αμφοτέρων των συζύγων.

Επίσης, αίμα μπορούν να πάρουν και τα αδέρφια των άγαμων αιμοδοτών.

2. Μικρή ποσότητα αίματος μπορεί να χορηγηθεί και στους μη αιμοδότες, που υπηρετούν στο Ε.Μ.Π. και στα μέλη των οικογενειών τους και εφ'

όσον υπάρχει ικανός αριθμός φιαλών στα αποθέματα της Τράπεζας Αίματος του Ε.Μ.Π.

Σε κάθε περίπτωση το αίμα λαμβάνεται με την προϋπόθεση της επιστροφής του.