

درباره

اهدای خون

بیشتر بدانیم

BLOOD DONATION

با اهدای خون،
زندگی را به اشتراک بگذاریم



جمع آوری مطالب:
امیر دیندار
کاردان فوریت های پزشکی



مرکز بهداشت و درمان
مدیریت امور دانشجویی

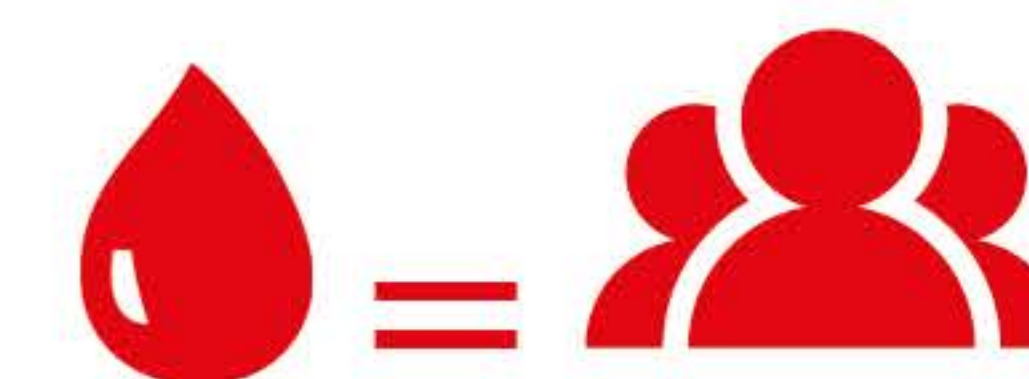


از هر ۱۰۰ نفر در کشور
۲ نفر اهداکننده خون هستند.

DONATE



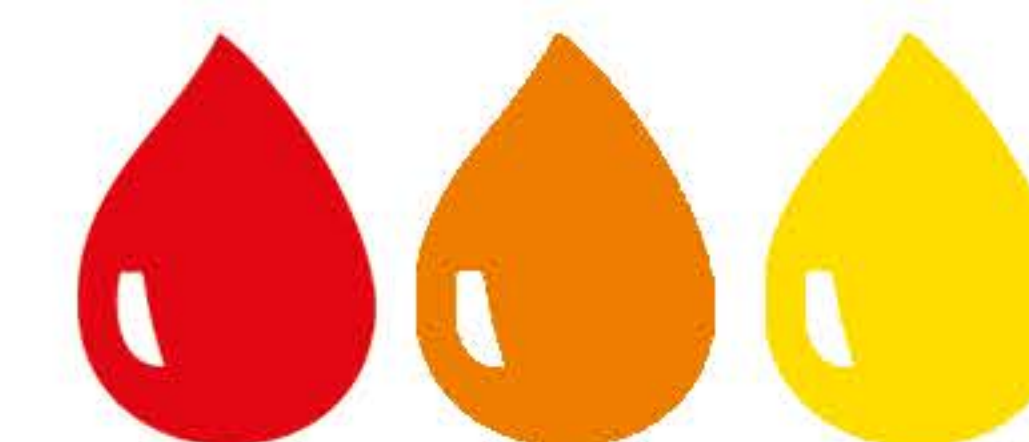
خون قابل ساخته شدن نیست و تنها
منبع تأمین آن، اهدای خون است.



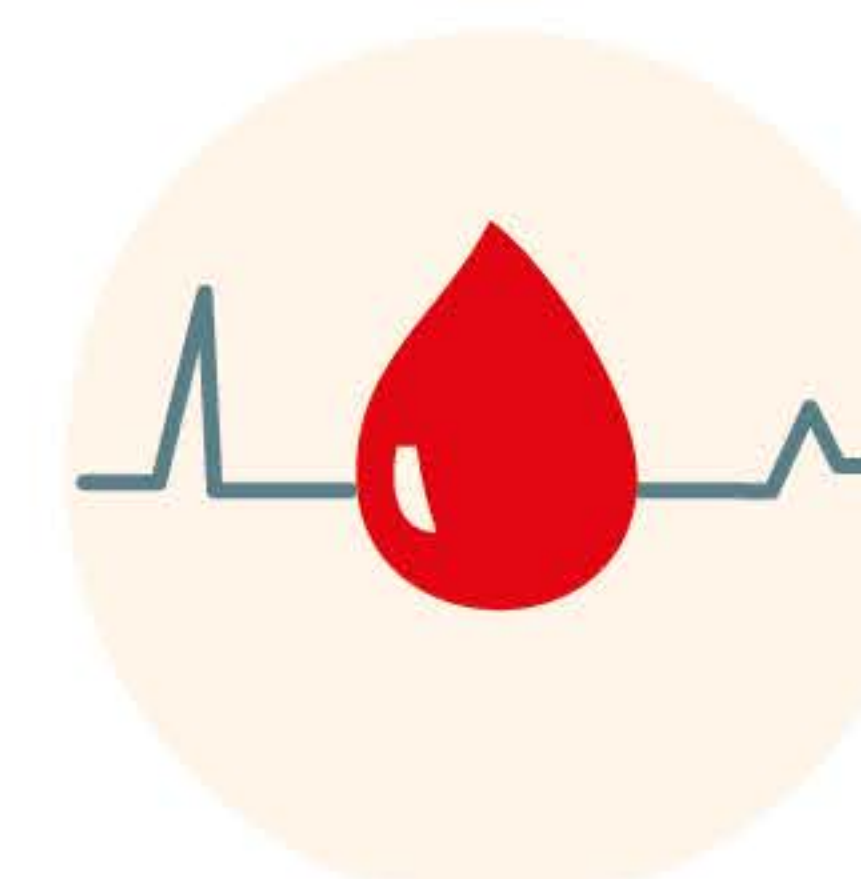
۱ واحد خون اهدا شده،
می تواند به درمان چندین نفر کمک کند.



فرآورده های خون بعد از پالایش:
گلبول متراکم، پلاکت پلاسما، فاکتورهای
انعقادی و فرآورده های تخصصی دیگر



هر اهدا کننده می تواند خون کامل
و یا سایر اجزای خون خود را نظیر
پلاسما، پلاکت و گلبول قرمز اهدا نماید.



خون و فرآورده های خونی زمان و
شرایط نگهداری ویژه ای دارند.
معمولاً فرآورده گلبول قرمز تا ۳۵
روز در دمای یخچال قابل نگهداری است.

۱ اهمیت اهدای خون مستمر

خون ماده ای ارزشمند است که تنها از منابع انسانی تأمین می شود و با وجود همه پیشرفت های علمی تاکنون جایگزین مناسب دیگری برای آن ساخته نشده است. انسان هایی که داوطلبانه و بی هیچ چشم داشتی خون خود را برای کمک به هموعان اهدا می کنند، افرادی متمایز بوده و در این میان افرادی نیز هستند که به طور مستمر خون اهدا می نمایند که به آنها " اهدا کننده خون مستمر " می گویند. اهدا کننده خون مستمر کسی است که حداقل ۲ بار در سال اقدام به اهدای خون می نماید. این اهداکنندگان بهترین و قابل اتکاترین منبع تأمین خون مورد نیاز بیماران می باشند.

۲ اهداکنندگان مستمر خون

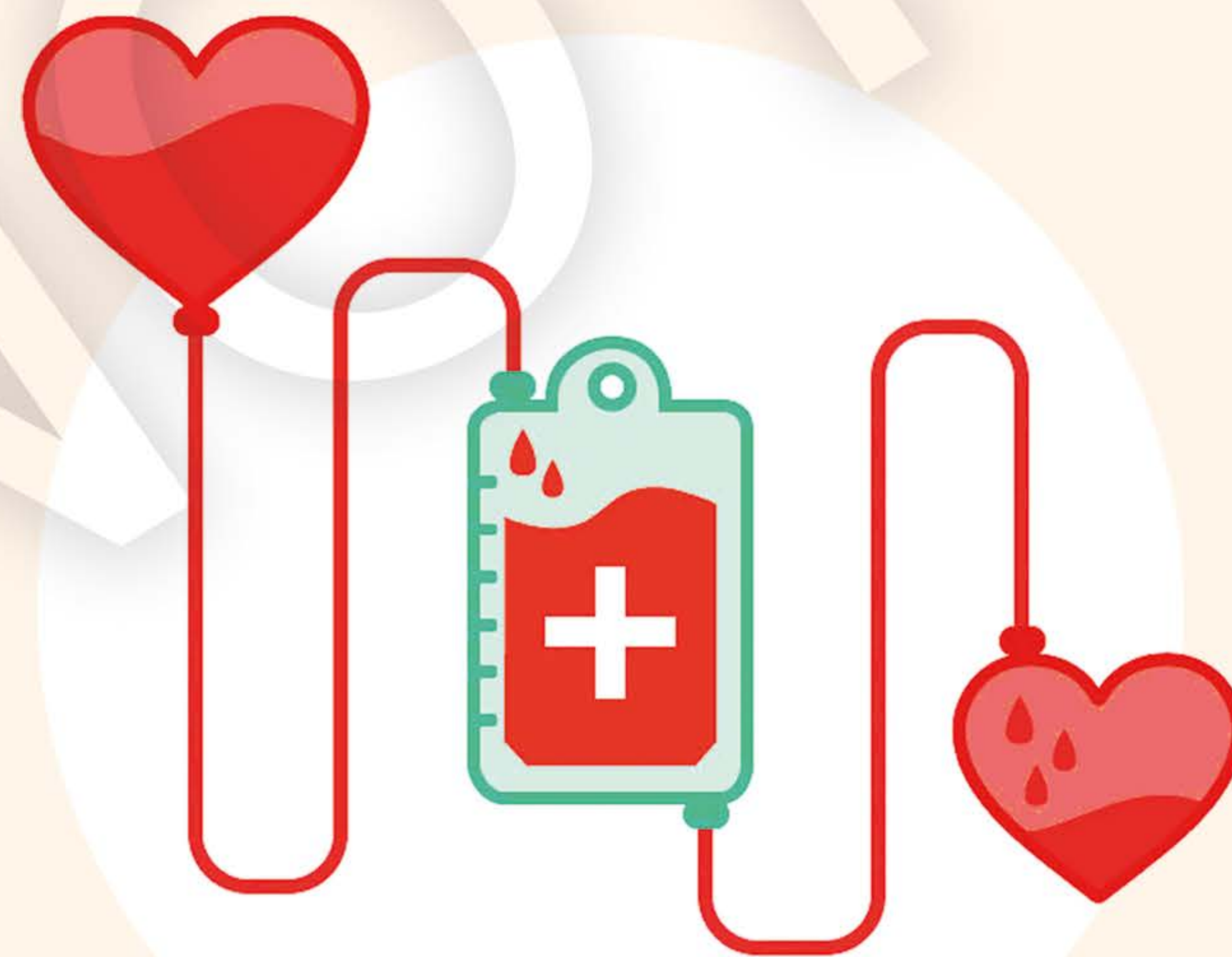
۱. یاوران همیشگی بیماران نیازمند به خون هستند که به محض تماس و درخواست از آنها می توان امیدوار بود که در اسرع وقت برای اهدای خون مراجعه خواهند نمود.

۲. بر اساس زمانبندی و برنامه اعلامی از سوی مراکز انتقال خون می توان از آنها تقاضا نمود تا با توجه به نیاز مراکز درمانی برای اهدای خون مراجعه نمایند؛ این مراجعه مستمر از یک سو باعث اطمینان خاطر بیماران نیازمند به خون گردیده و از سوی دیگر مانع از انباشت فراورده های خونی (با توجه به زمان نگهداری محدود) بیش از نیاز در بعضی از ایام سال می گردد.

۳. اهدا کننده مستمر خون با هر بار مراجعه، اطلاعات بیشتری در زمینه اهمیت سلامت خون، پرهیز از رفتارهای پرخطر و صداقت در پاسخگویی به پرسش های مصاحبه قبل از اهدا کسب می کنند و به این ترتیب ضریب اطمینان به خون های اهدایی به بالاترین حد ممکن می رسد.

۳ اهدای خون داوطلبانه

در کشور ما اهداکنندگان خون بصورت داوطلبانه، بدون هیچگونه چشمداشت و بر اساس انگیزه های انسانی برای اهدای خون اقدام می نمایند. بر اساس تجربیات و پژوهش های جهانی اهدای خون داوطلبانه توصیه شده ترین راه تأمین خون و فراورده های خونی می باشد. تا آنجا که سازمان جهانی بهداشت رسیدن به اهدای خون صد درصد داوطلبانه را برای تمامی کشورها مورد تأکید قرار داده است. مایه مباهات است که کشور ما در کنار سایر کشورهای توسعه یافته با مشارکت شما هموطنان نوع دوست و عزیز سال ها پیش تر از چشم انداز سازمان جهانی بهداشت به شاخص صدرصد اهدای خون داوطلبانه دست یافته و ارائه خدمات بهتر را برای بیماران به ارمغان آورده است.



۴ قبل از اهدای خون

- روز قبل از اهدا و روز اهدا وعده های غذایی مقوی و کامل میل نمایید.
- شب قبل از اهدا خون خوب بخوابید.
- قبل از اهدا ۱ الی ۲ لیوان آب یا آبمیوه بنوشید. با این کار سیستم گردش خون می تواند آبی را که بدن طی فرآیند اهدای خون از دست داده، بلافاصله از بافت های اطراف به دست آورد.
- در زمان انتظار از صندلی های سالن انتظار جهت نشستن استفاده نمایید و از ایستادن به مدت طولانی پرهیزید.
- حین اهدا از نگه داشتن مواد خوراکی مثل آدامس در دهان پرهیز کرده و در صورت استفاده از عینک آن را حین اهدای خون از چشمان خود بردارید.

۵ بعد از اهدای خون

- بازوی خود را چند دقیقه بالا نگه داشته و روی محل ورود سوزن به بازو را فشار دهید.
- در حالت درازکش و سپس نشسته چند دقیقه استراحت نمایید.
- برای بلند شدن از وارد کردن فشار به بازوی که از آن خون اهدا نموده اید پرهیزید.
- بلافاصله با مایعاتی مانند آبمیوه و خوراکی سبک که در اختیار شما قرار می گیرد از خود پذیرایی نمایید.
- چسب روی محل ورود سوزن را تا ۲ ساعت بردارید.
- برای برداشتن یا حمل کیف و مانند آن از بازوی اهدا کننده استفاده ننمایید.
- ۴ الی ۵ ساعت از مصرف دخانیات پرهیزید.
- تا ۲۴ ساعت از ورزش های سنگین و رفتن به ارتفاع پرهیز نمایید.
- در صورت احساس سبکی در سر فوراً بنشینید.
- طی روزهای بعد، از وعده های خوراکی مقوی و مایعات فراوان استفاده نمایید.