



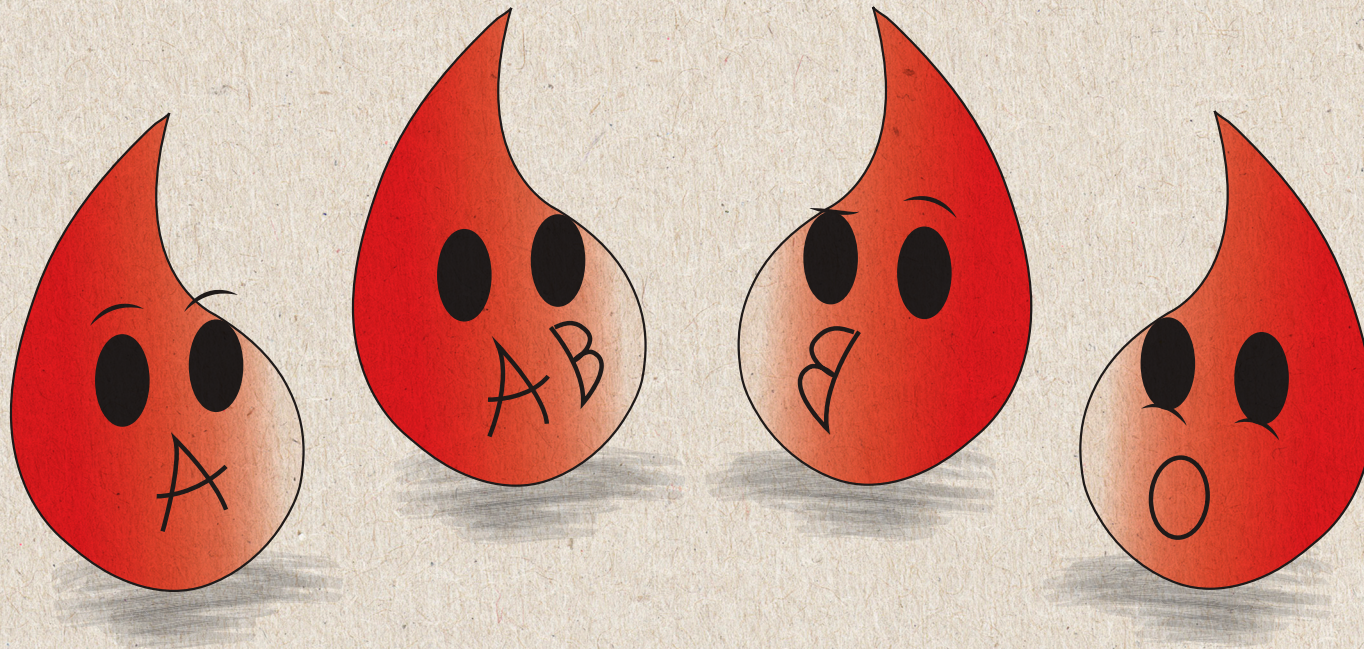
**ε.κε.α.**

ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑΣ

**Εθελοντική Αιμοδοσία**

# Εθελοντική Αιμοδοσία

Γιατί πρέπει να δίνουμε αίμα;



Το αίμα είναι βασικό συστατικό της ζωής κι ένα  
αναντικατάστατο θεραπευτικό μέσο

Η μόνη πηγή του είναι ο άνθρωπος

- \* ούτε παράγεται,
  - \* ούτε αντικαθίσταται,
  - \* ούτε αγοράζεται,
  - \* ούτε πωλείται,
- μόνο προσφέρεται**



# Μία μονάδα αίματος μπορεί να σώσει ως και τρεις Ζωές...

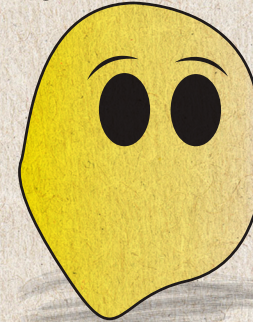
Το αίμα διαχωρίζεται σε:

- \* Ερυθρά αιμοσφαίρια
- \* Αιμοπετάλια
- \* Πλάσμα

Ερυθρό  
Αιμοσφαίριο



Αιμοπετάλιο



Πλάσμα



Στη χώρα μας συηλήχθηκαν:



576.805  
μονάδες αίματος  
2015

1.514  
μονάδες αίματος  
ανά ημέρα

# Οι ανάγκες σε αίμα συνεχώς αυξάνονται

- \* Ο μέσος όρος ζωής του πληθυσμού έχει αυξηθεί, συνεπώς αυξάνονται και οι πιθανότητες για μετάγγιση
- \* Η εξέλιξη της ιατρικής με την εφαρμογή σύγχρονων χειρουργικών επεμβάσεων (καρδιοχειρουργικές, μεταμοσχεύσεις κλπ) και θεραπευτικών μεθόδων (χημειοθεραπείες) απαιτεί μεγάλες ποσότητες αίματος



ΕΚΕΑ

ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑΣ

# Δεν υπάρχουν εναλλακτικές λύσεις;

Δυστυχώς μέχρι στιγμής ο άνθρωπος  
ΔΕΝ κατάφερε να κατασκευάσει τεχνητό αίμα.  
Έτσι, η ανθρώπινη προσφορά αίματος  
είναι πολύτιμη!



# Στην Ελλάδα η Αιμοδοσία είναι Μη αμειβόμενη

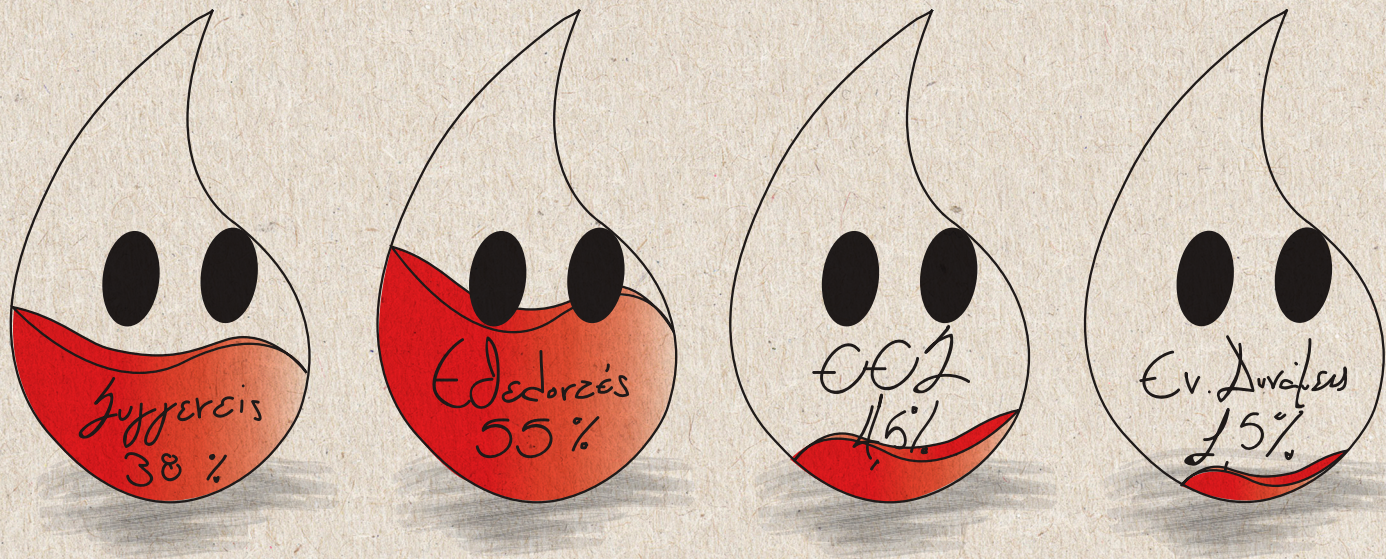
Υπάρχουν:

- \* Εθελοντές αιμοδότες προσφέρουν αίμα σε τακτά χρονικά διαστήματα για οποιονδήποτε άγνωστο συνάνθρωπο το έχει ανάγκη
- \* Αιμοδότες συγγενικού περιβάλλοντος Δίνουν αίμα μόνο σε ανάγκη για κάποιον δικό τους συγγενή ή φίλο





# Πηγές προέλευσης αίματος 2015



Ε.ΚΕ.Α.

ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑΣ

Αν δίνει αίμα συστηματικά το 2% του πληθυσμού μιας χώρας, τότε η χώρα αυτή έχει αυτάρκεια σε αίμα.



Δηλαδή στη χώρα μας χρειαζόμαστε περίπου 200.000 τακτικούς εθελοντές αιμοδότες, που να προσφέρουν προγραμματισμένα αίμα 2-3 φορές το χρόνο.



ε.κε.α.

ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑΣ

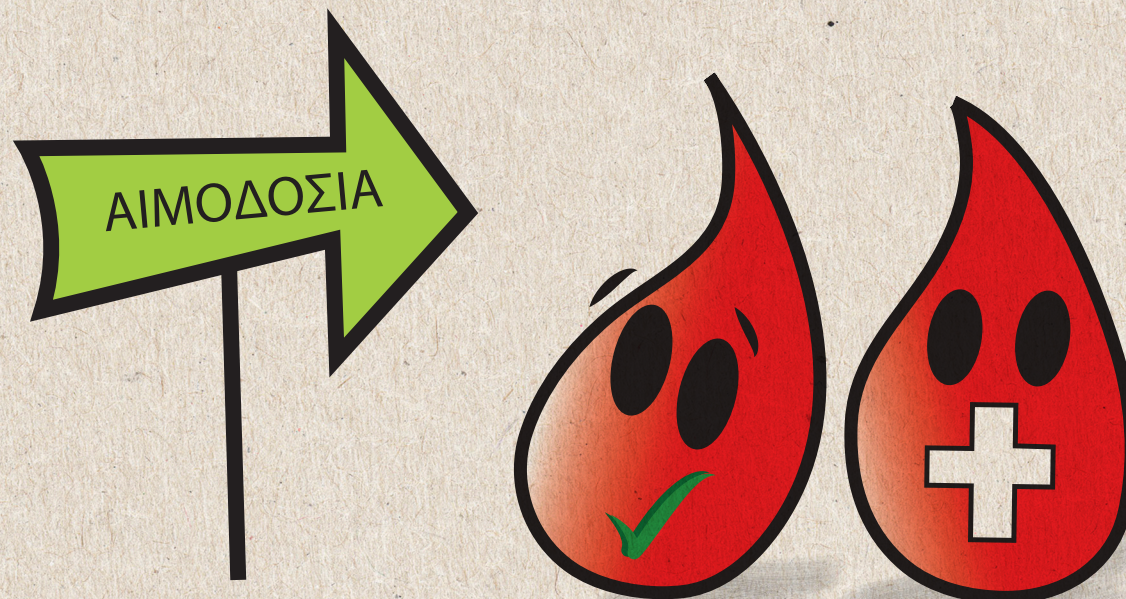
Στη χώρα μας δεν υπάρχει έλλειμμα ανθρωπιάς και κοινωνικής αλληλεγγύης. Αυτό που λείπει είναι ένα οργανωμένο σύστημα προώθησης της εθελοντικής αιμοδοσίας σε εθνικό επίπεδο και αυτό επιχειρεί να πραγματοποιήσει το Ε.ΚΕ.Α.



ε.κε.α.

ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑΣ

# Εμένα με αφορά η ΑΙΜΟΔΟΣΙΑ;



## Τι πρέπει να κάνω;

# Να γίνω Εθελοντής Αιμοδότης;

- \* Η προσφορά αίματος μόνο σε έκτακτη ώρα για να σώσουμε το συγγενή ή το φίλο μας, δεν λύνει το πρόβλημα
- \* Μόνο με την τακτική Εθελοντική Αιμοδοσία υπάρχει πάντα διαθέσιμο και ασφαλές αίμα για όποιον το χρειάζεται
- \* Το αίμα δεν συντηρείται παρά **ΜΟΝΟ** για 35-42 ημέρες γι αυτό πρέπει να αιμοδοτούμε τακτικά

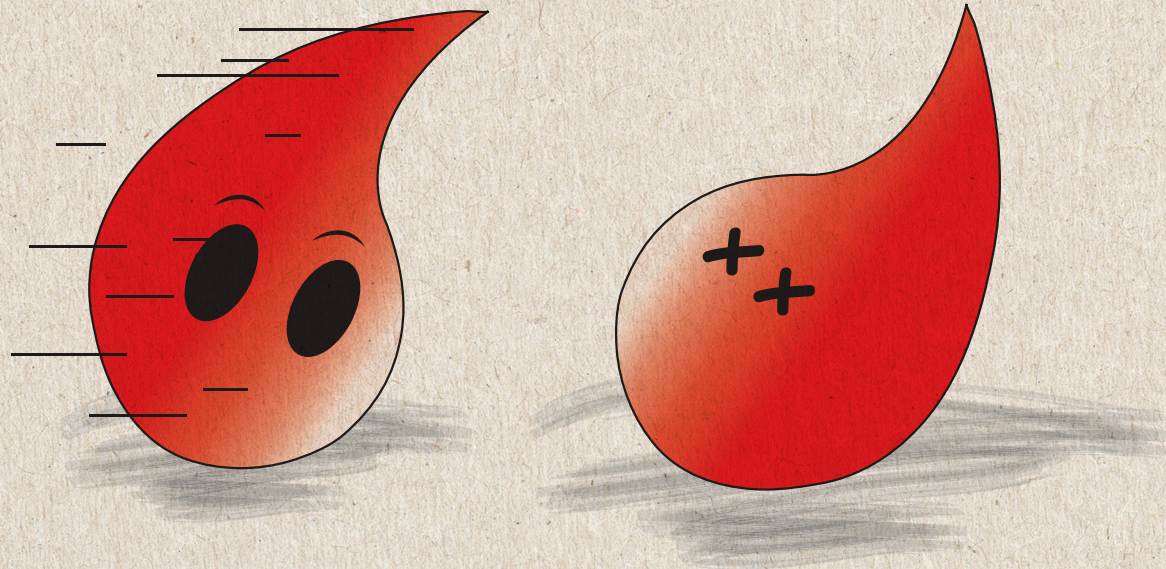


ε.κ.ε.α.

ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑΣ

# Είναι αλήθεια !

- \* Κάθε ημέρα χιλιάδες συνάνθρωποί μας, χρειάζονται αίμα και πολλοί από αυτούς επειγόντως γιατί απειλείται η ίδια τους η ζωή.
- \* Σήμερα μπορεί να αφορά κάποιον άλλον, αύριο ίσως αφορά εμάς ή κάποιον δικό μας!



Ε.ΚΕ.Α.

ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑΣ

# Ποιες είναι οι προϋποθέσεις για να δώσει κάποιος αίμα

- \* Να είναι 18 – 65 χρόνων
- \* Να αισθάνεται καλά την ημέρα της αιμοδοσίας
- \* Να μην έχει κάποιο σοβαρό ή χρόνιο πρόβλημα με την υγεία του
- \* Να έχει κοιμηθεί την προηγούμενη ημέρα τουλάχιστον 5 ώρες
- \* Να έχει πάρει ένα ελαφρύ γεύμα ή να έχουν περάσει 3 ώρες από ένα πλήρες γεύμα



# ΔΕΝ πρέπει να δώσει αίμα όποιος:

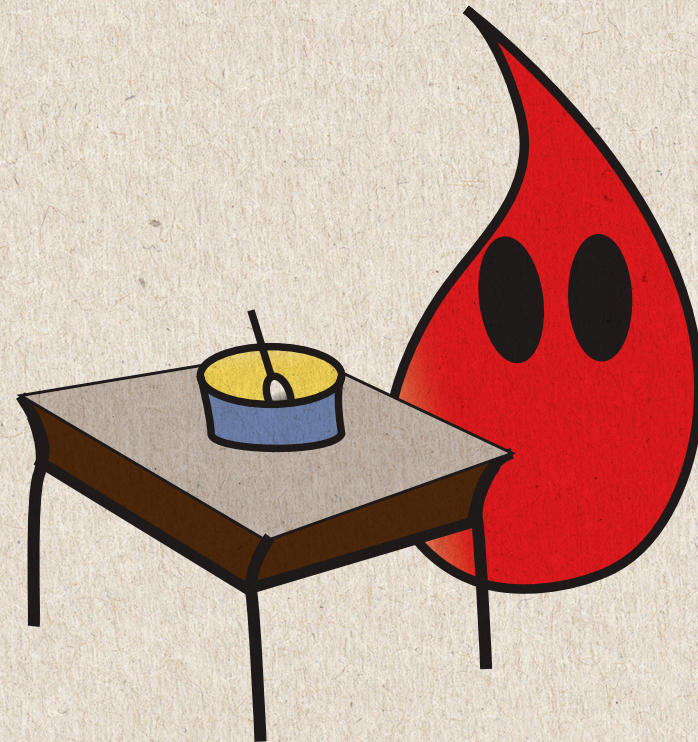
- \* Έχει νοσήσει από Ηπατίτιδα ή AIDS
- \* Έχει κάνει χρήση ναρκωτικών ουσιών
- \* Έχει περιστασιακές σεξουαλικές σχέσεις χωρίς προφύλαξη τους τελευταίους 6 μήνες
- \* Έχει σεξουαλικό σύντροφο που ανήκει σε κάποια από τις πιο πάνω κατηγορίες





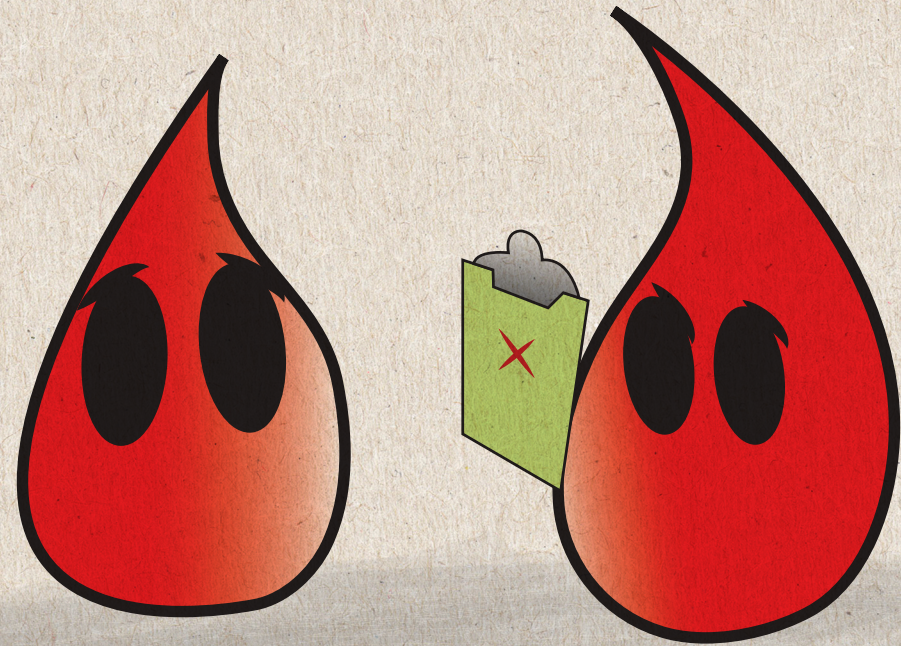
# Διαδικασία Αιμοδοσίας

- \* Ιστορικό
- \* Πίεση, Αιμοσφαιρίνη
- \* Αιμοληψία
- \* Ελαφρύ γεύμα



# Ιστορικό Αιμοδοτή

- \* Συμπληρώνουμε το ερωτηματολόγιο με προσοχή και απόλυτη ειλικρίνεια, τόσο για την ασφάλεια του αιμοδοτή, όσο και του ασθενή
- \* Κάθε αμφιβολία ή διευκρίνιση συζητείται με τον ιατρό και είναι απόρρητη



# Διατρέχω κίνδυνο δίνοντας αίμα;

\* Η αιμοδοσία είναι ανώδυνη, ακίνδυνη, διαρκεί λίγα λεπτά της ώρας και πραγματοποιείται από έμπειρο προσωπικό

\* Όλα τα υλικά που χρησιμοποιούνται είναι μιας χρήσης και αποστειρωμένα

\* Είναι ανύπαρκτη η πιθανότητα να κολλήσει κάποιος οποιοδήποτε νόσημα

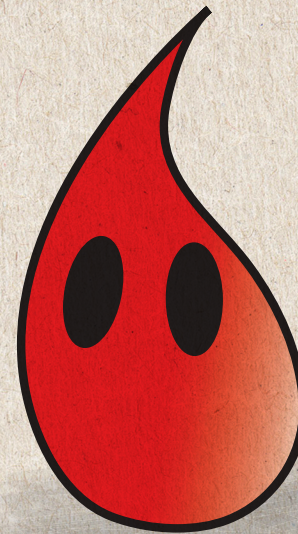


ε.κε.α.

ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑΣ

# Πόσο αίμα δίνουμε;

- \* Ο ανθρώπινος οργανισμός διαθέτει 4-6 λίτρα αίματος
- \* Ο αιμοδότης προσφέρει κάθε φορά 450ml αίματος
- \* Η αναπλήρωση του όγκου αυτού, αρχίζει αμέσως από τον οργανισμό και ολοκληρώνεται σε 72 ώρες



# Τι πρέπει να αποφύγουμε μετά την αιμοδοσία:

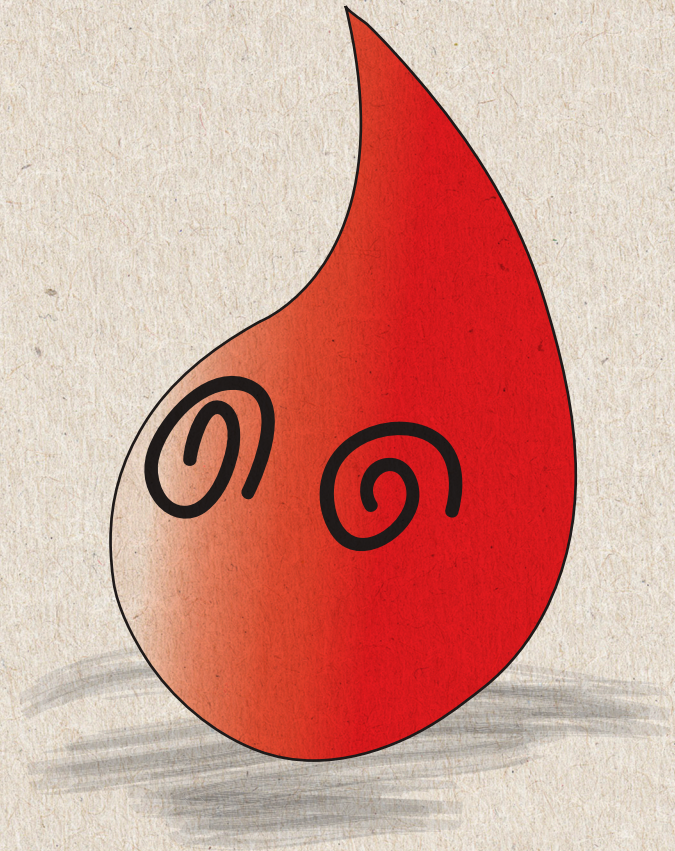
- \* Κάπνισμα για μια ώρα
- \* Οδήγηση για μια ώρα
- \* Λήψη αλκοόλ για 6-8 ώρες
- \* Έντονη σωματική άσκηση την ημέρα της αιμοδοσίας
- \* Παρατεταμένη έκθεση στον ήλιο



# Το αίμα ελέγχεται για:

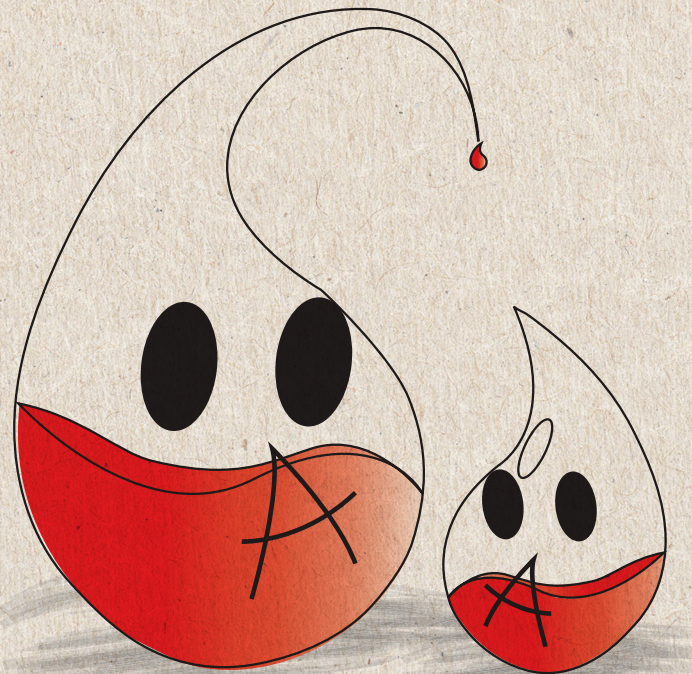
- \* Ηπατίτιδα Β
- \* Ηπατίτιδα C
- \* HTLV
- \* Σύφιλη

Αν στον έλεγχο κάποια από τις εξετάσεις βγει θετική, ειδοποιείται προσωπικά ο αιμοδότης και με απόλυτη εχεμύθεια.




# Αίμα μπορούμε να δίνουμε κάθε 3-4 μήνες

- \* Κάνε την αιμοδοσία μέρος της ζωής σου
- \* Παρότρυνε και τους φίλους σου να δώσουν αίμα!



# Μη ξεχνάμε !

- \* Δεν πρέπει να συμβαίνει κάτι δυσάρεστο στο περιβάλλον μας για να ευαισθητοποιούμαστε....
- \* Η Εθελοντική Αιμοδοσία είναι **ΥΓΕΙΑ**   
γιατί οι εθελοντές Αιμοδότες είναι καλύτερα ενημερωμένοι και ξέρουν να προστατεύουν τον εαυτό τους.....



ε.κ.ε.α.

ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑΣ



# Σας καλούμε όλους να συμμετέχετε στην Αιμοδοσία



Ήρωας δεν γίνεσαι  
μόνο όταν δίνεις  
το αίμα σου  
για την πατρίδα!  
Ήρωας γίνεσαι  
κι όταν δίνεις  
λίγο από το αίμα σου  
για τον συνάνθρωπο!!!

# Ας δίνουμε Αίμα Τακτικά



Υπάρχει πάντα ανάγκη

ΜΙΑ ΦΟΡΑ ... ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΑΡΚΕΤΗ!



ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑΣ