

ΤΟΜΕΑΣ ΠΡΟΣΕΛΚΥΣΗΣ ΚΑΙ ΔΙΑΤΗΡΗΣΗΣ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ ΑΙΜΟΔΟΤΩΝ

Τι πρέπει να γνωρίζει ο υποψήφιος εθελοντής αιμοδότης

Θα πρέπει για να μπορέσει κάποιος να δώσει αίμα:

- Να είναι 18-65 ετών
- Να ζυγίζει πάνω από 50 κιλά
- Να έχει προηγηθεί της αιμοληψίας ελαφρύ γεύμα
- Να έχουν παρέλθει 2-3 ώρες από πλήρες γεύμα
- Να έχει συμπληρώσει 6 ώρες ύπνου το προηγούμενο βράδυ
- Να αναφέρει στο γιατρό της Αιμοδοσίας αν έχει πάρει φάρμακα τις τελευταίες βδομάδες πριν την αιμοδοσία και χρόνιες παθήσεις

Δεν πρέπει να δώσει αίμα όποιος:

- Έχει ή είχε κάποτε ηπατίτιδα
- Είναι φορέας ηπατίτιδας ή AIDS
- Είχε πολλούς ερωτικούς συντρόφους χωρίς συστηματική προφύλαξη
- Έκανε ή κάνει χρήση ενδοφλεβίων ναρκωτικών ουσιών
- Έχει σεξουαλικό σύντροφο που ανήκει σε κάποια από τις πιο πάνω κατηγορίες

ΜΗ ΔΩΣΕΙΣ ΑΙΜΑ ΓΙΑ ΝΑ ΔΙΑΠΙΣΤΩΣΕΙΣ ΑΝ ΕΧΕΙΣ AIDS

Λίγες συμβουλές για μετά την αιμοληψία

Μετά την αιμοληψία σας παρακαλούμε:

- Μην καπνίσετε για τουλάχιστον μία ώρα
- Μην οδηγήσετε για τις επόμενες 2 ώρες
- Μην πιείτε οινοπνευματώδη ποτά, παρά μόνο μετά από 6 ώρες και αφού πάρετε το κανονικό σας γεύμα
- Πιείτε περισσότερα υγρά απ' ότι συνήθως τις επόμενες 4 ώρες
- Βγάλτε το λευκοπλάστ ή τον επίδεσμο από το χέρι σας μετά από τρεις ώρες
- Αν αιμορραγήσει το σημείο της φλεβοκέντησεως, σηκώστε ψηλά το χέρι σας και πιέστε το σημείο εκείνο
- Αν αισθανθείτε ζάλη, ξαπλώστε ή καθίστε κάτω με το κεφάλι ανάμεσα στα γόνατά σας
- Μην ασκηθείτε έντονα την επόμενη μέρα

ΝΑ ΘΥΜΑΣΤΕ

- Μπορείτε να ξαναπροσφέρετε αίμα μετά από τρεις μήνες.
- Μπορείτε άφοβα και εντελώς ακίνδυνα να δίνετε αίμα 3-4 φορές το χρόνο.
- Η εθελοντική Αιμοδοσία είναι ΥΓΕΙΑ. Ο έλεγχος και η διατήρηση της καλής υγείας του αιμοδότη αποτελεί πολύτιμη συμβολή στην αποκατάσταση της υγείας των ασθενών που έχουν ανάγκη μετάγγισης αίματος.