

## ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΥΠΟΨΗΦΙΟΥΣ ΑΙΜΟΔΟΤΕΣ

Κάθε χώρα έχει τους δικούς της κανονισμούς για τον καθορισμό των προϋποθέσεων που πρέπει να πληροί ένας υποψήφιος αιμοδότης. Όμως στα γενικά σημεία υπάρχει συμφωνία όλων των χωρών, που οι Υπηρεσίες Αιμοδοσίας είναι κάτω από Κρατικό έλεγχο και ακολουθούν τα διεθνώς παραδεδομένα και τυποποιημένα από την Διεθνή Κοινότητα Αιμοδοσίας:

Η διαδικασία αυτή αναφέρεται ως επιλογή του αιμοδότη και περιλαμβάνει κλινικά και εργαστηριακό έλεγχο:

- Λήψη συντόμου 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 τη συνεργασία του αιμοδότη και υπογράφεται από αυτόν.
- Σύντομη κλινική εξέταση που περιλαμβάνει την εκτίμηση της γενικής κατάστασης και κυρίως του καρδιαγγειακού συστήματος του αιμοδότη. Ο σφυγμός πρέπει να είναι ρυθμικός και οι σφίξεις 50-110 / λεπτό και η αρτηριακή πίεση, συστολική μεταξύ 95-180 mmHg και η διαστολική 50-100 mmHg.
- Προσδιορισμό της αιμοσφαιρίνης και αιματοκρίτη του υποψήφιου.

**Οι διάφοροι φορείς που ασχολούνται με την ενημέρωση του πληθυσμού για την ανάγκη της εθελοντικής Αιμοδοσίας, πρέπει να γνωρίζουν τα εξής:**

- Κάθε υγιής άνδρας ή γυναίκα ηλικίας 18-62 ετών μπορεί άφοβα να δίνει αίμα 3-4 φορές το χρόνο.
- Ο όγκος αίματος που προσφέρει ο αιμοδότης (450 ml) από τα 5 κιλά που διαθέτει ο κάθε ενήλικος άνδρας ή γυναίκα, αποκαθίσταται αμέσως από τον οργανισμό. Το πλάσμα του αίματος αναπαράγεται σε 24 ώρες και τα ερυθρά αιμοσφαίρια σε ένα περίπου μήνα.
- Δεν πρέπει να διενεργείται αιμοληψία πριν περάσουν 2 μήνες από την προηγούμενη δωρεά αίματος.
- Η αιμοδοσία είναι τελείως ανώδυνη και διαρκεί 5-1 λεπτά της ώρας.
- Κανένα φάρμακο δεν αντικαθιστά το αίμα ή το πλάσμα που χρειάζεται ο ασθενής.

**Διάφορα νοσήματα ή παθολογικές καταστάσεις απαγορεύουν οριστικά ή πρόσκαιρα την αιμοδοσία, από το φόβο μήπως επιβαρυνθεί η κατάσταση υγείας του αιμοδότη ή μήπως μεταβιβαστεί με τη μετάγγιση ένα λοιμώδες νόσημα στον δέκτη.**

### 1. Ηπατίτιδα.

Αποκλείονται σαν αιμοδότες άτομα που τους τελευταίους 6 μήνες χειρουργήθηκαν ή δέχθηκαν μετάγγιση αίματος ή παραγώγων αίματος. Αποκλείονται σαν αιμοδότες για 6 μήνες, όσοι ήρθαν σε επαφή με άτομα που πέρασαν ηπατίτιδα. Αποκλείονται σαν αιμοδότες όσοι έχουν θετικό το Αυστραλιανό Αντιγόνο ηπατίτιδας -B και το αντίσωμα κατά της ηπατίτιδας C , στο αίμα τους.

### 2. Ελονοσία.

Άτομα που πέρασαν ελονοσία, αποκλείονται από αιμοδοσία. Όσοι ταξίδεψαν σε χώρες που ενδημεί η ελονοσία μπορούν να αιμοδοτήσουν έξι μήνες μετά την επιστροφή τους στην Ελλάδα εφ' όσον δεν έχουν πυρετό και συμπτώματα. Όσοι προέρχονται από χώρες που ενδημεί η ελονοσία αποκλείονται για τρία χρόνια.

### **Δεν πρέπει να δίνουν αίμα:**

- Δεν πρέπει να δίνουν αίμα άτομα που πάσχουν από χρόνια νοσήματα όπως: καρδιακό νόσημα, διαβήτης, υπέρταση, χρόνια νεφροπάθεια, ηπατοπάθεια, αναιμία ή άλλο σοβαρό νόσημα.
- Ο αιμοδότης κατά την διάρκεια της λήψης του ιατρικού ιστορικού, πρέπει να αναφέρει τυχόν συμπτώματα και παλαιότερη νόσηση από αφροδίσιο νόσημα, ώστε να βοηθηθεί ο υπεύθυνος της Αιμοδοσίας να κρίνει με ασφάλεια.
- Άνδρες και γυναίκες, που γνωρίζουν ότι έχουν AIDS ή έχουν μολυνθεί από τον ιό του AIDS.
- Άνδρες, που έχουν έρθει σε σεξουαλική επαφή με έναν άλλο άνδρα.
- Άνδρες και γυναίκες, που είχαν σεξουαλική επαφή με άτομα που ζουν ή προέρχονται από την Αφρική (στις χώρες κάτω από τη Σαχάρα) τη νοτιοανατολική Ασία, τη νότια Αμερική και τα νησιά του Ειρηνικού, στη διάρκεια της τελευταίας δεκαετίας.
- Άνδρες και γυναίκες με πολλούς ερωτικούς συντρόφους
- Άτομα που κάνουν χρήση ενδοφλέβιων ναρκωτικών.
- Οι ερωτικοί σύντροφοι των ατόμων των παραπάνω κατηγοριών.
- Σοβαρές αλλεργικές καταστάσεις απαγορεύουν την αιμοδοσία. Εποχιακές αλλεργικές καταστάσεις και λήψη αντιαλλεργικών φαρμάκων απαγορεύουν προσωρινά μόνο την αιμοληψία.

#### Σχετικά με τους εμβολιασμούς δίνονται οι εξής οδηγίες:

- Αποφυγή αιμοδοσίας επί 3 εβδομάδες μετά το εμβόλιο ιλαράς, παρωτίτιδας, κίτρινου πυρετού και πολιομυελίτιδας από το στόμα (SABIN).
- Η αιμοδοσία είναι δυνατή 24 ώρες μετά τα παρακάτω εμβόλια εφ' όσον βέβαια ο υποψήφιος αιμοδότης δεν έχει τα συμπτώματα: τετάνου, τυφοειδούς πυρετού, παρατύφων, χολέρας, διφθερίτιδας, γρίπης, πολιομυελίτιδας (SAL1η και πανώλους).

#### **Επίσης:**

- Οι έγκυες δεν επιτρέπεται να δώσουν αίμα κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και τουλάχιστον έξι μήνες μετά τον τοκετό.
- Εάν ο αιμοδότης παίρνει φάρμακα η απόφαση για την πραγματοποίηση αιμοληψίας αφήνεται στην κρίση του γιατρού της Αιμοδοσίας
- Άτομα που είναι ετερόζυγοι φορείς Μεσογειακής Αναιμίας, Δρεπανοκυτταρικής Αναιμίας και έχουν ελαφρές διαταραχές των ενζύμων των ερυθροκυττάρων (ανεπάρκεια G-6PD) μπορούν να αιμοδοτήσουν εφ' όσον το επίπεδο της αιμοσφαιρίνης τους είναι άνω των 12gr/dl.