

# Οδηγίες για την Αιμοδοσία-Γενικό Νοσοκομείο Βέροιας

<http://www.verhospi.gr>

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 450 ml 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.

Οδηγίες για τον αιμοδότη πριν και μετά την αιμοδοσία

- Ο αιμοδότης μπορεί να δίνει 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 (π.χ. πρωινό). 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 το επιτρέψει το υπεύθυνο προσωπικό.
- Να μην καπνίσει για 1 (μια) ώρα.
- Να μην οδηγήσει για 1 (μια) 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 ημέρα της αιμοδοσίας.
- Σε περίπτωση αιμορραγίας από το σημείο φλεβοκέντησης, ο αιμοδότης θα πρέπει να σηκώσει το χέρι ψηλά και να εφαρμόσει πίεση.
- Ο επίδεσμος μπορεί να αφαιρεθεί μετά από 2-3 ώρες.
- Για οποιοδήποτε πρόβλημα ή απορία ο αιμοδότης μπορεί να απευθύνεται στο νοσηλευτικό προσωπικό ή στο γιατρό της αιμοδοσίας.

## **ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΑΙΜΟΔΟΤΕΣ**

**ΠΑΡΑΚΑΛΟΥΜΕ ΝΑ ΤΟ ΔΙΑΒΑΣΕΤΕ**

**ΠΟΙΟΣ ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΔΩΣΕΙ ΑΙΜΑ**

1. Όποιος είχε έστω και μία ομοφυλοφιλική σχέση από το 1977.
2. Όποιος έχει κάνει ενδοφλέβια χρήση ναρκωτικών από το 1977.
3. Όποιος είχε πολλούς ερωτικούς συντρόφους χωρίς τη συστηματική χρήση προφυλακτικών μέσων κατά την τελευταία δεκαετία και
4. Γενικά όποιος νομίζει ότι υπάρχει πιθανότητα να έχει εκτεθεί στον ιό που προκαλεί AIDS.

**ΕΠΙΣΗΣ δεν αιμοδοτούν** όσοι πάσχουν από :

Καρδιαγγειακές νόσους, Αρρυθμίες, Υπέρταση, Αυτοάνοσα νοσήματα, Νεοπλασίες, Αιματολογικές νόσους, Επιληψία , Ανεπάρκεια G6PD, Χρόνιες λοιμώξεις, Ψυχικές νόσους, Σακχαρώδη και 'ποιο διαβήτη υπό αγωγή, Χρόνιες νόσους ή Ανεπάρκειες οργάνων.