

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑΣ (Ε.ΚΕ.Α.)



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ



Ε.ΚΕ.Α.
ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑΣ

Τι πρέπει να γνωρίζει ο αιμοδότης

Αγαπητέ αιμοδότη

Το να δώσεις αίμα είναι πολύ απλό και ανώδυνο
Η αξία της προσφοράς σου είναι ανεκτίμητη
Γίνε τακτικός εθελοντής αιμοδότης

Προποθέσεις για να γίνεις αιμοδότης

- ✓ **Ηλικία 18 – 65 χρόνων**
- ✓ **Να μην έχεις κάποιο σοβαρό ή χρόνιο πρόβλημα υγείας**
- ✓ **Να μην έχεις νοσήσει από Ηπατίτιδα ή AIDS**
- ✓ **Να μην έχεις κάνει ποτέ χρήση ναρκωτικών ουσιών.**
- ✓ **Να μην είχες ή έχεις σεξουαλική σχέση με άτομα που κάνουν ή έχουν κάνει χρήση**
- ✓ **Να μην έχεις κάνει περιστασιακές σεξουαλικές σχέσεις χωρίς προφύλαξη τους τελευταίους 6 μήνες**
- ✓ **Να έχεις κοιμηθεί καλά την προηγούμενη ημέρα**
- ✓ **Να έχεις πάρει ένα ελαφρύ γεύμα**

Πριν δώσεις αίμα

- ✓ **Να είσαι ξεκούραστος**
- ✓ **Να έχεις κοιμηθεί καλά το προηγούμενο βράδυ**
- ✓ **Να έχεις πάρει ένα ελαφρύ γεύμα**

- ✓ Να έχεις περί 2-3 ποτήρια νερό ή χυμό
- ✓ Να φοράς άνετα ρούχα

Φθάνοντας στην Αιμοδοσία

- ✓ Θα έχεις φιλική υποδοχή
- ✓ Θα δηλώσεις τα στοιχεία σου
- ✓ Θα δώσεις ένα μικρό ιατρικό ιστορικό που έχει σκοπό να προστατεύσει την υγεία τη δική σου και του ασθενή, γι' αυτό σε παρακαλούμε να απαντήσεις με ακρίβεια
- ✓ Θα μετρήσουμε πίεση, αιματοκρίτη ή αιμοσφαιρίνη και σφυγμούς
- ✓ Θα κρίνει ο ιατρός αν μπορείς να δώσεις αίμα ή αν πρέπει να αναβληθεί η αιμοδοσία για ένα χρονικό διάστημα
- ✓ Θα υπάρχει απόλυτη εξεμύθεια

Διαδικασία αιμοληψίας

- ✓ Κάθεται αναπαυτικά στην καρέκλα
- ✓ Καθαρίζεται το σημείο που θα γίνει η λήψη αίματος

- ✓ Πραγματοποιείται η αιμοληψία εύκολα και ανώδυνα από εκπαιδευμένο και έμπειρο προσωπικό
- ✓ Χρησιμοποιούνται μόνο αποστειρωμένα και μιας χρήσης υλικά
- ✓ Ο όγκος αίματος που θα προσφέρεις είναι περίπου 450 ml και αναπληρώνεται πλήρως σε 24 περίπου ώρες ενώ τα ερυθρά αιμοσφαίρια σε 4 περίπου εβδομάδες

Αφού δώσεις αίμα, τις επόμενες ώρες

- ✓ Θα πρέπει να πίνεις πολλά υγρά
- ✓ Να μην καπνίσεις για τουλάχιστον 2 ώρες
- ✓ Να μην καταναλώσεις αλκοόλ και να μην εκτεθείς σε υψηλές θερμοκρασίες
- ✓ Να μη σηκώσεις μεγάλο βάρος με το χέρι που έδωσες αίμα
- ✓ Να αποφύγεις την πολύωρη ορθοστασία και την έντονη άσκηση

Τι θα γίνει το αίμα που έδωσες

- ✓ Θα εξετασθεί για ηπατίτιδα Β και C, AIDS, HTLV και σύφιλη
- ✓ Αν βρεθεί θετικό αποτέλεσμα σε κάποια εξέταση, το αίμα σου δεν θα μεταγγισθεί και θα ενημερωθείς με απόλυτη εξεμύθεια
- ✓ Θα διαχωριστεί σε ερυθρά αιμοσφαίρια, αιμοπετάλια και πλάσμα που θα μεταγγισθούν σε τρεις διαφορετικούς ασθενείς ανάλογα με το συστατικό που χρειάζονται για τη θεραπεία τους

**Μπορείς
να αποκτήσεις
κάρτα
εθελοντή αιμοδότη**

**Σε ευχαριστούμε
που είσαι
Εθελοντής Αιμοδότης**

**Δώσε ζωή
με το αίμα σου
Γίνε Τακτικός
Εθελοντής Αιμοδότης
Αίμα μπορείς
να δίνεις
4 φορές το χρόνο**

www.ekea.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ



Ε.ΚΕ.Α.
ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑΣ

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑΣ (Ε.ΚΕ.Α.)