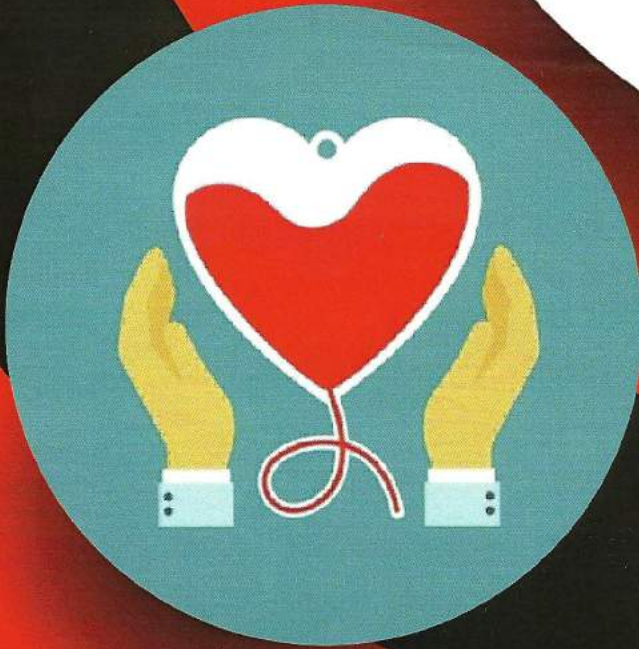


ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
και ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΜΕΡΙΜΝΑΣ

ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΗ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑ
ΠΟΤΕ, ΠΟΥ, ΓΙΑΤΙ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ
ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ – ΘΡΑΚΗΣ
ΠΕ ΡΟΔΟΠΗΣ

Γυμνάσιο Νέας Καλλίστης

Απρίλιος 2018

- Τι σημαίνει «δίνω αίμα»;
- Είναι η αιμοδοσία μια απλή μετάγγιση υγρών του οργανισμού;

Κάθε μετάγγιση αίματος γίνεται σε ανθρώπους που τη χρειάζονται για να διατηρηθούν στη ζωή.

- Εγχειρίσεις
- Μεταμοσχεύσεις
- Χημειοθεραπείες
- Σοβαροί τραυματισμοί σε τροχαία δυστυχήματα

- Πλήθος οι περιπτώσεις που νομίζουμε ότι δεν μας αφορούν, αλλά μπορεί να τις βιώσουμε οι ίδιοι ανά πάσα στιγμή.

- Δυστυχώς, δεν υπάρχει τεχνητό αίμα.
- «Δίνω αίμα» σημαίνει δίνω ζωή, δίνω ανθρωπιά, δίνω πολιτισμό!

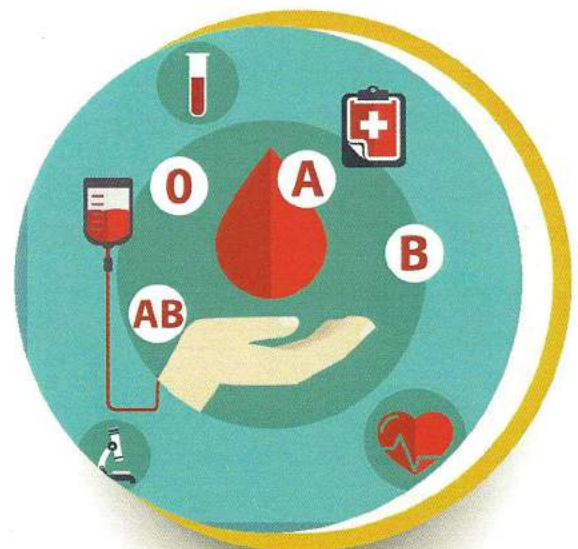
ΟΙ ΟΜΑΔΕΣ ΑΙΜΑΤΟΣ ΚΑΙ Η ΜΕΤΑΞΥ ΤΟΥΣ «ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ»

- Μια αιμοληψία διαρκεί από 5 έως 10 λεπτά

- Το αίμα που λαμβάνεται είναι περίπου 450 ml

- Η συχνότητα της αιμοδοσίας ποικίλει από 2 έως 4 φορές τον χρόνο για τον αιμοδότη

ΟΜΑΔΕΣ ΑΙΜΑΤΟΣ		
Τύπος	Δίνει αίμα σε:	Δέχεται από:
A+	A+, AB+	A+, A-, O+, O-
O+	O+, A+, B+ AB+	O+, O-
B+	B+, AB+	B+, B-, O+, O-
AB+	AB+	Από όλους
A-	A+, A-, AB+, AB-	A-, O-
O-	Σε όλους	O-
B-	B+, B-, AB+, AB-	B-, O-
AB-	AB+, AB-	AB-, A-, B-, O-



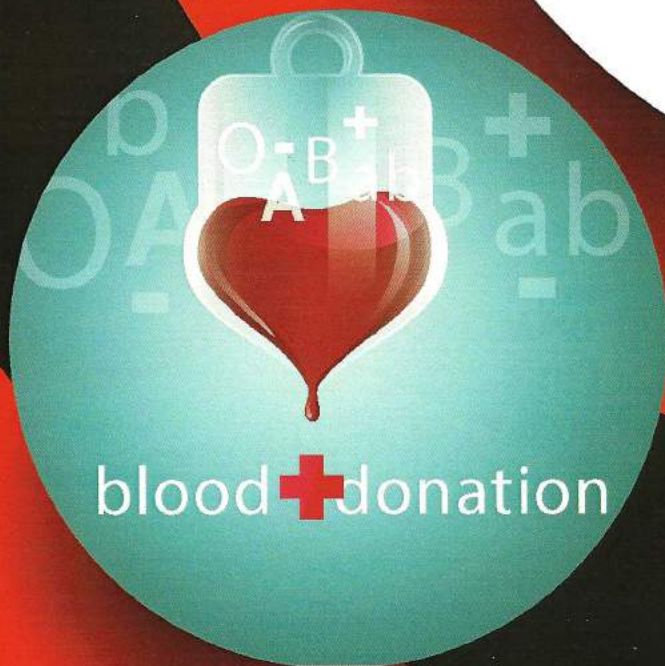
Η ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΤΗΣ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑΣ

Ο αιμοδότης, πριν την αιμοδοσία:

- παίρνει ένα ελαφρύ γεύμα περίπου 3 ώρες νωρίτερα
- δεν πρέπει να έχει καταναλώσει αλκοόλ από το προηγούμενο βράδυ
- δεν πρέπει να ταλαιπωρείται από καμία ασθένεια ή αδιαθεσία
- δεν πρέπει να ακολουθεί κάποια φαρμακευτική αγωγή
- δεν πρέπει να βιαστεί για νέα αιμοδοσία, εάν δεν έχουν περάσει 3 μήνες από την προηγούμενη
- οι αιμοδότριες γυναίκες δεν πρέπει να δίνουν αίμα όταν εγκυμονούν ή έχουν έμμηνο ρύση

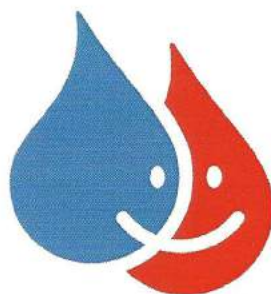
Ο αιμοδότης, μετά την αιμοδοσία:

- πίνει τον χυμό και τρώει τα μπισκότα που του προσφέρονται
- παραμένει στον χώρο της αιμοδοσίας τουλάχιστον για μισή ώρα
- παίρνει πολλή υγρά και καλὰ γεύματα
- δεν καπνίζει για τουλάχιστον 2 ώρες μετά την αιμοδοσία
- δεν οδηγεί για τουλάχιστον 2 ώρες μετά την αιμοδοσία.
- δεν καταναλώνει αλκοόλ
- αποφεύγει την έντονη άσκηση



Η αιμοδοσία συνιστά
μέγιστη κοινωνική προσφορά.
Πολλά είναι όμως και τα
προσωπικά οφέλη για τον αιμοδότη:

- ισορροπεί ο σίδηρος που πλεονάζει στο αίμα.
- μειώνονται οι πιθανότητες καρδιακής προσβολής.
 - παρέχεται προστασία από τις θρομβώσεις.
- μειώνεται η πιθανότητα για εγκεφαλικό επεισόδιο.
 - προστατεύεται συνολικά η υγεία.
- δίνεται προτεραιότητα στον αιμοδότη για λήψη αίματος,
εφόσον ο ίδιος βρεθεί σε ανάγκη.



Κάθε σταγόνα σταγόνα ζωής!

ΑΓΑΠΩ ΤΟΝ ΣΥΝΑΝΘΡΩΠΟ, ΑΓΑΠΩ ΚΙ ΕΜΕΝΑ: ΓΙΝΟΜΑΙ ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ ΑΙΜΟΔΟΤΗΣ!