



14 ΙΟΥΝΙΟΥ - ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΕΘΕΛΟΝΤΗ ΑΙΜΟΔΟΤΗ

Πρόσφερε αίμα...Κάνε μια καρδιά να κτυπά...

"Κάθε αιμοδότης είναι ένας ήρωας". Με αυτό το σύνθημα επέλεξε ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας, να εορτάσει τη φετινή **Παγκόσμια Ημέρα Εθελοντή Αιμοδότη**, έχοντας ως στόχο αφενός να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με την ανάγκη για ασφαλές αίμα και προϊόντα αίματος και αφετέρου, να ευχαριστήσει τους εθελοντές αιμοδότες για αυτό το δώρο ζωής που προσφέρουν.

Την ημέρα αυτή, τιμάται ο εθελοντής αιμοδότης και ο αλtruισμός που επιδεικνύει προς τον πάσχοντα συνάνθρωπο του, έχοντας ως μοναδικό αντάλλαγμα την ικανοποίηση της προσφοράς. Δέκα λεπτά χρόνο από τη ζωή του και 450ml από το αίμα του, είναι ικανά να χαρίσουν ζωή.

Σύμφωνα με στοιχεία του ΠΟΥ, **92 εκατομμύρια αιμοδότες προσφέρουν αίμα ετησίως**. Το 45% της παροχής αίματος σε χώρες χαμηλού και μεσαίου εισοδήματος, προέρχεται από αιμοδότες κάτω των 25 ετών. Επιπλέον, οι γυναίκες αιμοδότες συνεισφέρουν το 40% της παροχής αίματος.

Η **Επιτροπή Αιμοδοσίας του Πανεπιστημίου Κύπρου**, διοργανώνει με μεγάλη επιτυχία δύο φορές το χρόνο εθελοντική αιμοδοσία, με σκοπό τη βοήθεια στο έργο της Τράπεζας Αίματος Κύπρου και την ευρύτερη κοινωνική προσφορά.

Το αίμα αποτελεί κύριο συστατικό του καρδιαγγειακού συστήματος και είναι υπεύθυνο για τη μεταφορά οξυγόνου, θρεπτικών συστατικών, ορμονών, ενζύμων και φαρμάκων στα κύτταρα, καθώς επίσης και για τη μεταφορά διοξειδίου του άνθρακα και άλλων προϊόντων αποδόμησης από τα κύτταρα. Αποτελείται από διάφορους τύπους κυττάρων που συγκρατούνται μέσα σε ένα υγρό μέσο, που ονομάζεται πλάσμα. Το αίμα αποτελεί περίπου 7% του βάρους του ανθρώπινου σώματος και ο μέσος ενήλικας έχει συνολικό όγκο αίματος 4-5 λίτρα.

Το αίμα είναι ένας ζωντανός ιστός, που δεν μπορεί να υποκατασταθεί με κανένα φάρμακο ή χημική ουσία, με αποτέλεσμα να λαμβάνεται από υγιείς δότες. Αιμοδότες μπορεί να είναι όλοι οι άντρες και γυναίκες ηλικίας 18-65 ετών, πάνω από 50 κιλά, κάθε 3-4 μήνες. Για τη διασφάλιση της ποιότητας του αίματος, δε γίνεται αιμοληψία από άτομα που πάσχουν από διάφορα νοσήματα και παθολογικές καταστάσεις. Ιδιαίτερη σημασία δίνεται επίσης στις συνήθειες του ατόμου όπως, η σεξουαλική συμπεριφορά, η λήψη συγκεκριμένης φαρμακευτικής αγωγής, η λήψη ναρκωτικών και η δημιουργία τατουάζ ή τρυπημάτων για κοσμητικούς λόγους στο σώμα, κατά το έτος που προηγείται. Για το λόγο αυτό, ο **αιμοδότης πρέπει να είναι απόλυτα ειλικρινής κατά την συμπλήρωση του ειδικού ερωτηματολογίου**.

Ο όγκος του αίματος που λαμβάνεται, είναι μόνο το 1/20 του συνολικού όγκου αίματος του ανθρώπου. Η αναπλήρωση του χαμένου όγκου γίνεται σε 10 λεπτά, ενώ ο όγκος του πλάσματος αποκαθίσταται σε 12 ώρες και τα ερυθρά αιμοσφαίρια σε 1 μήνα περίπου.

Το μήνυμα εορτασμού της Ημέρας Εθελοντή Αιμοδότη, δεν είναι μόνο να αναγνωρίσει τους σιωπηλούς και αφανείς ήρωες που σώζουν ζωές προσφέροντας το αίμα τους, αλλά επίσης να ενθαρρύνει όσο το δυνατό περισσότερους ανθρώπους να γίνουν τακτικοί εθελοντές αιμοδότες. Επιπλέον, η μέρα αυτή έχει ως στόχο να εξαλείψει την προκατάληψη, το φόβο και την άγνοια γύρω από την αιμοδοσία.

Πηγές: Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας, Dewit, S.C. (2009) Παθολογική Χειρουργική Νοσηλευτική. Τόμος 1. Αθήνα: Ιατρικές Εκδόσεις Πασχαλίδης, Πανελλήνιος Σύλλογος Εθελοντών Αιμοδοτών, Εθελοντική αιμοδοσία: <http://www.army.gr>, Ενημερωτικό Δελτίο Πανεπιστημίου Κύπρου. Κοινότητα. Ιούνιος 2004, Τεύχος 4.