

ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΑΙΜΟΔΟΤΩΝ & ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΕΙΣ ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑ

Μπορείς να προσφέρεις αίμα εάν...

- **Είσαι μεταξύ 18 και 65 ετών.** Μπορείς σε ειδικές περιπτώσεις και εφόσον ο ιατρός το επιτρέπει να δώσεις αίμα εάν είσαι 17 ετών ή πάνω από 65, μάθε λεπτομέρειες.
 - **Ζυγίζεις πάνω από 50kg.** Στις περισσότερες περιπτώσεις εάν είσαι κάτω από 50 Kg, μπορεί να μην είναι ασφαλές να προσφέρεις αίμα.
 - **Είσαι υγιής.** Το αίμα από έναν άρρωστο άνθρωπο ή κάποιον που παίρνει φάρμακα μπορεί να έχει αρνητικές συνέπειες για αυτόν που θα το πάρει. Δεν θα μπορέσεις να προσφέρεις αίμα εάν είχες στο παρελθόν ίκτερο ή ηπατίτιδα, ή εάν είχες κάποια μορφή καρκίνου, καρδιοπάθειας, επιληψία ή κάποια αιμορραγική διαταραχή. Εάν έχεις ερωτήσεις για κάποια συγκεκριμένα φάρμακα που παίρνεις επικοινωνήσε με τον υπεύθυνο της αιμοδοσίας.
 - **Έχεις ασφαλή τρόπο ζωής.** Πράγματα και συμπεριφορές που θεωρούνται υψηλού κινδύνου, όπως η λήψη ουσιών, πολλαπλοί ερωτικοί σύντροφοι, τατουάζ ή piercings που έγιναν τους τελευταίους 6 μήνες. Για την δική σου ασφάλεια δεν μπορείς να προσφέρεις αίμα εάν κάνεις πρωταθλητισμό και προετοιμάζεσαι για κάποιο μεγάλο αθλητικό γεγονός ή εάν κάνεις κάποιο επικίνδυνο επάγγελμα.
 - **Είσαι αποφασισμένος να βοηθάς τους άλλους.** Τόσο απλά.
-

***Υπάρχουν στιγμές που ακόμη και ο πιο υγιής άνθρωπος
δεν πρέπει να προσφέρει αίμα.***

Δεν θα μπορείς να δώσεις αίμα εάν:

- Δεν πληροίς τα βασικά κριτήρια για αιμοδοσία.
- Δεν έχεις φάει κάτι τρεις – τέσσερις ώρες πριν αιμοδοτήσεις.
- Έχεις κάποια λοίμωξη (έστω και απλό κρυολόγημα!) -χρειάζεται να είσαι ελεύθερος συμπτωμάτων- τουλάχιστον για 7 ημέρες.
- Εάν παίρνεις κάποια αντιβιοτικά, πρέπει να περιμένεις τουλάχιστον για μία εβδομάδα αφού τελειώσεις τη θεραπεία.
- Είχες κάποιο μεγάλο χειρουργείο τους τελευταίους έξι μήνες.
- Έχεις προγραμματίσει κάποια χειρουργική επέμβαση μέσα στις επόμενες έξι εβδομάδες.

- Είσαι έγκυος ή έχεις γεννήσεις τους προηγούμενους τρεις μήνες.
 - Θηλάζεις το μωρό σου και δεν έχουν περάσει 6 μήνες από τον τοκετό.
 - Έχεις επισκεφτεί περιοχή με ελονοσία.
 - Είχες σεξουαλική επαφή τους τελευταίους έξι μήνες με κάποιον που δεν γνωρίζεις καλά.
 - Υποπτεύεσαι ότι μπορεί να έχεις κολλήσει κάποιο σεξουαλικά μεταδιδόμενο νόσημα όπως AIDS ή Σύφιλη.
 - Εάν γνωρίζεις ότι έχεις κολλήσει κάποιο σεξουαλικά μεταδιδόμενο νόσημα όπως AIDS ή Σύφιλη.
 - Παίρνεις αγωγή με αντιβιοτικά ή έχεις κάποια άλλη σοβαρή ασθένεια. Σε παρακαλούμε να το συζητήσεις με τον υπεύθυνο της αιμοδοσίας ή επικοινωνήσε μαζί μας.
-

Οι ειλικρινείς απαντήσεις σου είναι ΖΩΤΙΚΗΣ σημασίας!!!

Πράγματα που πρέπει να κάνεις μετά την αιμοδοσία

1. Χαλάρωσε και πιες αρκετά υγρά. Τα υγρά θα βοηθήσουν να αντικατασταθεί ο όγκος αίματος που χάθηκε. Καλό είναι την υπόλοιπη μέρα να πιείς αρκετά υγρά (όχι αλκοολούχα).
 2. Κράτα τον επίδεσμο στο χέρι σου καθαρό και στεγνό για λίγη ώρα.
 3. Εάν ο επίδεσμος στο χέρι σου ματώσει, σήκωσε το χέρι ψηλά και πίεσε με δύναμη μέχρι να σταματήσει το αίμα.
 4. Να αποφύγεις να σηκώσεις βαριά αντικείμενα με το χέρι που έδωσες αίμα την ημέρα της αιμοδοσίας.
 5. Εάν αισθανθείς αδυναμία ή ζάλη, ξάπλωσε ανάσκελα και σήκωσε ψηλά τα πόδια σου.
 6. Εάν σε ανησυχεί ελαφρύς πόνος στο χέρι που έδωσες αίμα ή δεις μελανιά σε αυτό το σημείο, μην ανησυχείς αλλά επικοινωνήσε μαζί μας και ζήτη να μιλήσεις με τον υπεύθυνο ιατρό.
-

Πληροφορίες

Για οποιαδήποτε απορία ή διευκρίνηση, μπορείτε να καλέσετε στο τμήμα Αιμοδοσίας του Γενικού Νοσοκομείου Κατερίνης, στα τηλέφωνα 2351350178, 2351352953.
