

# ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΓΝΩΡΙΖΕΙ Ο ΥΠΟΨΗΦΙΟΣ ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ

## ΑΙΜΟΔΟΤΗΣ Ή ΑΙΜΟΠΕΤΑΛΙΟΔΟΤΗΣ:

### ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ:

- ✓ Να είναι 18-65 ετών.
- ✓ Να ζυγίζει πάνω από 50 κιλά.
- ✓ Να έχει προηγηθεί της αιμοληψίας ελαφρύ γεύμα, αλλά από πλήρες γεύμα να έχουν παρέλθει 2-3 ώρες.
- ✓ Να έχει συμπληρώσει 6 ώρες ύπνου το προηγούμενο βράδυ.
- ✓ Να αναφέρει στο γιατρό της Αιμοδοσίας λεπτομερειακά το ιατρικό του ιστορικό ή λήψη φαρμάκων.
- ✓ Να μην πάσχει από συγκεκριμένα νοσήματα ή παθολογικές καταστάσεις.
- ✓ Ο όγκος αίματος που προσφέρει αποκαθίσταται άμεσα. Η αιμοδοσία είναι ανώδυνη και διαρκεί 10 λεπτά περίπου. Η προσφορά αιμοπεταλίων διαρκεί περισσότερο. Για την προσφορά αιμοπεταλίων απαιτείται ειδική επικοινωνία (ραντεβού, προαιμοληπτικός έλεγχος κλπ). Οι υποψήφιοι δότες αιμοπεταλίων δεν πρέπει να έχουν λάβει ασπιρίνη ή παράγωγα ασπιρίνης 48-72 ώρες πριν την συνεδρία.

### ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ:

Να δώσει αίμα όποιος:

- ✓ Είναι φορέας ηπατίτιδας ή AIDS
- ✓ Είχε πολλούς ερωτικούς συντρόφους χωρίς συστηματική προφύλαξη.
- ✓ Έκανε ή κάνει χρήση ενδοφλέβιων ναρκωτικών.
- ✓ Έχει σεξουαλικό σύντροφο που ανήκει σε κάποια από τις πιο πάνω κατηγορίες.

### ΜΗ ΔΩΣΕΙΣ ΑΙΜΑ ΓΙΑ ΝΑ ΔΙΑΠΙΣΤΩΣΕΙΣ ΑΝ ΕΧΕΙΣ AIDS!

### ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑ, Ο ΑΙΜΟΔΟΤΗΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΑΠΟΦΥΓΕΙ:

- ✓ Οδήγηση.
- ✓ Κάπνισμα τις επόμενες 2 ώρες.
- ✓ Λήψη αλκοόλ τις επόμενες 6 ώρες.
- ✓ Έντονη άσκηση την υπόλοιπη μέρα.



Η Εθελοντική Αιμοδοσία είναι υγεία, έλεγχος και διατήρηση της καλής υγείας του αιμοδότη είναι πολύτιμη συμβολή στην αποκατάσταση της υγείας των ασθενών που έχουν ανάγκη για μετάγγιση αίματος / αιμοπεταλίων.