

## **Δώσε Αίμα - Χάρισε Ζωή**

Οι ανάγκες της Ελλάδας σε μονάδες αίματος ετησίως αγγίζουν τις 600.000 φιάλες. Ένας μεγάλος αριθμός ο οποίος δυστυχώς δεν καλύπτεται πλήρως από τους εθελοντές. Ιδιαίτερα κατά τη διάρκεια του καλοκαιριού και την περίοδο μετά από αυτό, ενώ οι ανάγκες κλιμακώνονται λόγω των αυξημένων τροχαίων ατυχημάτων, η προσέλευση των εθελοντών αιμοδοτών μειώνεται δραματικά. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να στερεύουν τα αποθέματα των Νοσοκομείων. Το αίμα καλύπτει τόσο τακτικές ανάγκες ασθενών που χρειάζονται μεταγγίσεις ή πρόκειται να υποβληθούν σε κάποια προγραμματισμένη επέμβαση, όσο και έκτακτες περιπτώσεις όπως αυτές των τροχαίων ατυχημάτων. Ειδικότερα στη χώρα μας τα άτομα με μεσογειακή αναιμία χρειάζονται τουλάχιστον 150.000 μονάδες αίματος ετησίως, οι οποίες μπορούν να συγκεντρωθούν μόνο με τη συνδρομή των εθελοντών.

Η μοναδική πηγή παραγωγής του αίματος είναι ο ίδιος ο άνθρωπος, οπότε οι εθελοντές, ουσιαστικά, κάνουν ένα δώρο ζωής σε όσους το έχουν ανάγκη. Η όλη διαδικασία της αιμοδοσίας είναι απόλυτα ασφαλής, καθώς η λήψη ιατρικού ιστορικού και η αιμοληψία πραγματοποιούνται από το εξειδικευμένο ιατρικό προσωπικό του Τμήματος Αιμοδοσίας του Νοσοκομείου. Παράλληλα, τηρούνται και όλα τα απαραίτητα μέτρα για την

αντιμετώπιση της πανδημίας του ιού COVID-19, έτσι ώστε η υγεία του αιμοδότη να μη διακυβεύεται σε καμία περίπτωση. Αιμοδότες μπορούν να γίνουν όλοι οι υγιείς άντρες και γυναίκες από 18 έως 62 ετών κάθε 3 με 4 μήνες (αντίστοιχα). Για να αιμοδοτήσει κάποιος πρέπει να έχει κοιμηθεί καλά το προηγούμενο βράδυ, και να μην έχει προηγηθεί κατανάλωση μεγάλης ποσότητας αλκοόλ. Συνιστάται ένα ελαφρύ γεύμα πριν την αιμοληψία, όχι όμως μεσημεριανό. Αφού πραγματοποιηθεί η αιμοδοσία, ο αιμοδότης καλείται να παραμείνει στον χώρο έως ότου το προσωπικό κρίνει πως είναι έτοιμος να αποχωρήσει. Είναι καλό η οδήγηση και το κάπνισμα να αποφευχθούν για την επόμενη 1 ώρα και απαραίτητα να γίνει λήψη αρκετών υγρών (όχι αλκοόλ!) για να αποκατασταθεί ο χαμένος όγκος.

Η Φοιτητική Ομάδα Εθελοντικής Αιμοδοσίας (ΦΟΕΑ) του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων, διοργανώνει σε συνεργασία με το Πανεπιστημιακό Γενικό Νοσοκομείο Ιωαννίνων εθελοντική αιμοδοσία, το Σάββατο 26.09.2020 από τις 09:00 το πρωί έως τις 14:00 το μεσημέρι στον πολιτιστικό χώρο <<Δημήτριος Χατζής>> (Παλαιά Σφαγεία).

Γενικότερα πληροφορίες για τον τόπο και τον χρόνο διεξαγωγής αιμοδοσιών σε όλες τις πόλεις της χώρας μπορεί να βρει κανείς στην ιστοσελίδα του Εθνικού Κέντρου Αιμοδοσίας (Ε.Κ.Ε.Α), καθώς αναρτώνται διαρκώς, αλλά και να επικοινωνήσει με το Νοσοκομείο της περιοχής του για περαιτέρω λεπτομέρειες. Αν μόλις ένας στους δέκα Έλληνες αιμοδοτούσε, η χώρα μας θα ήταν αυτάρκης σε αίμα!

Επομένως ας σπεύσουμε όλοι στο πλησιέστερο κέντρο αιμοδοσίας τις περιοχές μας.

Για περισσότερες πληροφορίες ή απορίες μπορείτε να επικοινωνήσετε με τη Φοιτητική Ομάδα Εθελοντικής Αιμοδοσίας (ΦΟΕΑ) στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης:

Facebook: Φοιτητική Ομάδα Εθελοντικής

Αιμοδοσίας Instagram: f.o.e.a.\_uoi

E-mail: foanews@gmail.com