



## Εθελοντική Αιμοδοσία

στο πλαίσιο της «Παγκόσμιας Ημέρας Μνήμης για τα Θύματα των Τροχαίων Δυστυχημάτων»

**Πέμπτη 16 Νοεμβρίου 2017**  
**10:00 – 16:00**

**Χώρος Πολλαπλών Χρήσεων - Σταθμός του Μετρό «ΣΥΝΤΑΓΜΑ»**

### Η ΑΙΜΟΔΟΣΙΑ ΕΙΝΑΙ ΠΡΑΞΗ:

- ✓ **ΟΛΙΓΟΛΕΠΤΗ**
- ✓ **ΑΠΛΗ**
- ✓ **ΑΝΩΔΥΝΗ**
- ✓ **ΑΚΙΝΔΥΝΗ**
- ✓ **ΠΡΟΣΦΟΡΑΣ ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΥ**

**ΟΛΟΙ ΟΔΗΓΟΥΜΕ**  
**ΟΛΟΙ ΚΙΝΔΥΝΕΥΟΥΜΕ**



**ΔΩΣΕ ΛΙΓΟ ΑΙΜΑ**  
**ΣΩΣΕ ΜΙΑ ΖΩΗ, ΜΠΟΡΕΙΣ!**



### ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΓΝΩΡΙΖΕΙΣ ΠΡΙΝ ΔΩΣΕΙΣ ΑΙΜΑ

- Αίμα μπορεί να δώσει κάθε υγιής άνδρας ή γυναίκα 18-60 ετών.
- Η συχνότητα αιμοδοσίας είναι για τους άνδρες κάθε 3 μήνες και για τις γυναίκες κάθε 4-6 μήνες.
- Ο αιμοδότης να είναι απολύτως υγιής, ξεκούραστος και να έχει συμπληρώσει τουλάχιστον 6-8 ώρες νυκτερινού ύπνου.
- Εάν αιμοδοτήσει το πρωί πρέπει να έχει προηγηθεί πλήρες πρωινό ενώ εάν είναι απογευματινή ώρα να έχει προηγηθεί 3 ώρες το μεσημεριανό γεύμα.

- Ο αιμοδότης καλόν είναι να έχει λάβει αρκετά υγρά όμως ΟΧΙ οινόπνευματώδη.
- Οι γυναίκες που πρόκειται να τεκνοποιήσουν, όπως και στη διάρκεια της εγκυμοσύνης και 6 μήνες μετά το θηλασμό του νεογέννητου δεν πρέπει να αιμοδοτήσουν.
- Όποιος αιμοδότης έχει υποβληθεί σε χειρουργική επέμβαση ή έχει τατουάζ ή τρύπημα αυτιών ή έχει προσβληθεί από κάποια νόσο, καλόν είναι να μην αιμοδοτεί τουλάχιστον για 1 χρόνο και κατόπιν συνεννοήσεως με το γιατρό της αιμοδοσίας.
- Δεν μπορεί να αιμοδοτήσει άτομο που πάσχει από ελονοσία (ή έχει ταξιδέψει σε χώρες που ενδημεί η ελονοσία), από φυματίωση, ηπατίτιδα, σύφιλη, μελιταιίο πυρετό, AIDS, σακχαρώδη διαβήτη, υπέρταση, καρδιακά προβλήματα, πνευμονοπάθειες, νεφροπάθειες.
- Ο αιμοδότης πρέπει να γνωρίζει ότι υπάρχει ΕΧΕΜΥΘΕΙΑ και τηρείται πάντοτε το ΙΑΤΡΙΚΟ ΑΠΟΡΡΗΤΟ από τον ιατρό της αιμοδοσίας και σε περίπτωση προσωρινού ή μόνιμου αποκλεισμού του αιμοδότη δίνονται οδηγίες και κατάλληλες ιατρικές συμβουλές για την καλύτερη αντιμετώπιση του προβλήματος υγείας του αιμοδότη.
- Το Γενικό Νοσοκομείο Αθηνών «Κοργιαλένιο-Μπενάκειο Ε.Ε.Σ.» διαθέτει πρόγραμμα δωρεάν ελέγχου (checkup) των εθελοντών αιμοδοτών του Ινστιτούτου, ανά έτος.
- Η καλή επικοινωνία του αιμοδότη με τον ιατρό της Αιμοδοσίας η ειλικρίνεια του, η αναφορά όλων των πιθανών προβλημάτων του υγείας, διασφαλίζει την καλή ποιότητα του αίματος και των παραγώγων του (ερυθρών-πλάσματος και Αιμοπεταλίων) και την μετάγγιση αίματος χωρίς μικρόβια και ιούς (ηπατίτιδων ή AIDS ) παρόλο που όλες οι μονάδες του αίματος ελέγχονται για ηπατίτιδες και AIDS.
- Όλα τα υλικά που χρησιμοποιούνται είναι μίας χρήσης και καταστρέφονται αμέσως μετά την αιμοληψία.
- Ο εθελοντής αιμοδότης μπορεί να διαθέσει αίμα από τα αποθέματα της κάρτας του σε Α΄ βαθμού συγγενή (γονείς, αδέρφια, σύζυγο, παιδιά) μετά από συνεννόηση με το Νοσοκομείο που νοσηλεύεται ο ασθενής ή με το τμήμα Αιμοδοσίας όπου δίνει αίμα ή με το Ινστιτούτο μας.
- Κατά την ημέρα της αιμοδοσίας είναι απαραίτητη η επίδειξη από τον αιμοδότη εγγράφου ταυτοπροσωπίας (ταυτότητα, διαβατήριο, δίπλωμα οδήγησης κ.λπ.).
- Η κάρτα νέου αιμοδότη στην οποία αναγράφονται τα στοιχεία του, η ομάδα αίματος και η ημερομηνία της κάθε αιμοδοσίας, εκδίδεται από το Γενικό Νοσοκομείο Αθηνών «Κοργιαλένιο-Μπενάκειο Ε.Ε.Σ.» και παραδίδεται στους εθελοντές αιμοδότες από το τμήμα αιμοδοσίας του νοσοκομείου (τηλ: 213-2068782)

## Στήριξε την ενίσχυση της Τράπεζας Αίματος για τα Τροχαία Συμβάντα

### Μια πρωτοβουλία:



### Με την υποστήριξη:



Δρόμοι στο Μέλλον  
Συμμαχία για την ασφάλεια  
και τον πολιτισμό στο δρόμο  
**Ν.Α. ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΑ ΤΣΥ Ι.Ο.Α.Σ.**

### Με την Αιγίδα:



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΠΟΔΟΜΩΝ  
ΚΑΙ ΜΕΤΑΦΟΡΩΝ

**Ινστιτούτο Οδικής Ασφάλειας (Ι.Ο.Α.Σ.) «Πάνος Μυλωνάς»**  
Νεμέσεως 2, Αθήνα 112 53, Τηλ.: 210.86.20.150, Fax: 210.86.20.007  
e-mail: [info@ioas.gr](mailto:info@ioas.gr), website: [www.ioas.gr](http://www.ioas.gr)