

## اهدای خون، اهدای زندگی/شرایط داوطلبان اهدای خون

قابل توجه اساتید/همکاران ودانشجویان عزیز:

استقراراکیپ سازمان انتقال خون در دانشکده

زمان: روز دوشنبه 93/02/01 ساعت 9 صبح الی 15 بعدازظهر

مکان: نمازخانه دانشکده

روشن است وقتی سخن از سلامت خون به میان می آید، منظور این است که تزریق خون...

### شرایط داوطلبان اهدای خون

روشن است وقتی سخن از سلامت خون به میان می آید، منظور این است که تزریق خون، به بیمار دریافت کننده ی خون، صدمه ای نرزد و در عین حال سلامت اهدا کننده خون را نیز به خطر نمی اندازد.

به مفهوم دیگر پذیرش اهداکننده مناسب و دارای شرایط لازم و مطابق با استانداردهای ملی سازمان انتقال خون ایران به منظور تامین خون سالم جهت جلوگیری از بروز عوارض انتقال خون و بیماری های منتقله از طریق انتقال خون به گیرندگان و نیز اطمینان از این که اهدای خون برای اهدا کننده ضرری نداشته باشد، است. از این رو تمامی مراکز اهدای خون، برای داوطلبان شرایطی را در مد نظر دارند.

اهدا کننده باید در شرایط خوب و در وضعیت سلامت جسمانی و روانی باشد. همچنین وضعیت روحی داوطلب در هنگام اهدای خون خیلی مهم است و باید از این نظر آمادگی لازم جهت اهدای خون را داشته باشد.

پزشک مرکز خون گیری، پیش از اهدای خون، داوطلبان را بررسی و معاینه می کند. این بررسی شامل مصاحبه پزشکی در باره سوابق سلامتی، رفتارهای فردی و انجام یک معاینه مختصر می باشد. در صورتی که فرد داوطلب اهدای خون، تمامی شرایط لازم برای اهدای خون را داشته باشد می تواند خون اهدا کند. لازم به ذکر است سهم مهمی از تضمین سلامت خون بستگی به دقت و صداقت داوطلبان اهدای خون در پاسخ گویی به سؤالات پزشک در حین مصاحبه و معاینه دارد. البته برای حفظ سلامت خون، با توجه به سوابق پزشکی، مسئولیت پذیرش و یا عدم پذیرش داوطلب به عهده پزشک مرکز خون گیری می باشد. در اینجا شرایط اصلی داوطلبان اهدای خون آورده شده است.

1- سن: حداقل سن قابل قبول برای اهدای خون 18 سال تمام و حداکثر سن 60 سال تمام می باشد. حداکثر سن برای اولین اهدای خون 60 سال می باشد. برای دفعات بعدی اهدا کننده مستمر حداکثر 65 سال است. در اهدا کنندگان مستمر بالای 65 سال تنها در صورت داشتن مجوز از مدیر پزشکی پایگاه خونگیری به عمل آید.

2- هموگلوبین و هماتوکریت: میزان هموگلوبین قابل قبول، حداقل 12/5 گرم در دسی لیتر و هماتوکریت 38 % می باشد.

3- تعداد دفعات و فواصل اهدای خون: فواصل اهدای خون کامل 8 هفته (56 روز) است. یعنی اهدا کننده با فاصله 8 هفته می تواند مجدداً خون اهدا نماید، مشروط بر این که تعداد دفعات اهدای خون در طی 12 ماه از 4 بار برای آقایان و 3 بار برای خانم ها تجاوز نکند. بهتر است آقایان با فواصل 3 ماهه و خانم ها با فواصل 4 ماهه نسبت به اهدای خون اقدام نمایند.

4- وزن : از 50 کیلوگرم به بالا.

5- درجه حرارت: درجه حرارت دهان نباید بیشتر از 37/5 درجه سانتی گراد باشد.

6- نبض: پزشك مركز اهدای خون، حداقل براي مدت 15 ثانيه نبض اهدا کننده را شمارش مي كند و بطور معمول تعداد نبض بين 50 تا 100 عدد در دقيقه جهت اهداي خون مورد قبول است. اهدا كندگاني كه تعداد نبض کمتر از 50 عدد در دقيقه دارند تنها در صورتي پذيرفته مي شوند كه ورزشكار حرفه اي يا قهرماناي باشند.

7- فشار خون: فشار خون بيشينه ( سيستوليك ) بايد مابين 90-180 ميلي متر جيوه و فشار خون كمينه (دياستوليك) بايد مابين 50-100 ميلي متر جيوه باشد. فشار خون بيشينه نبايد بيشتر از 180 ميلي متر جيوه و فشار خون كمينه نبايد بيشتر از 100 ميلي متر جيوه باشد. اهدا كندگاني كه فشار خون بيشينه بيش از 180 ميلي متر جيوه و فشار خون كمينه بيش از 100 ميلي متر جيوه دارند فقط پس از ارزيابي پزشك مركز اهدای خون، پذيرفته مي شوند.

8- اهداكنندگانی كه دارو مصرف می كنند بايد از نظر مناسب بودن برای اهدای خون ارزيابی شوند.

**"خواهشمند است در صورت وجود موارد زیر حتماً پزشك انتقال خون را جهت تصميم گيري صحيح، در جريان امر قرار دهيد"**

· آلرژي هاي مهم مانند آسم و تب يونجه

· مصرف دارو

· فشار خون بالا

· ديابت

· بيماري هاي قلبي، ريوي، كليوي و كبدي

· مسافرت به مناطق مالاريا خيز در يك سال اخير

· ابتلا به كم خوني

· ابتلا به اختلالات انعقادي

· ابتلا به بيماري هاي اعصاب و روان

· ابتلا به بيماري هاي عفوني مانند سرما خوردگي، سرخك، آنفولانزا، سل، تب مالت و مانند اين ها

· ابتلا به بيماري هاي پوستي

· ابتلا به بيماري هاي بدخيم

· سابقه غش، صرع و تشنج

· سابقه اعتياد به مواد مخدر تزريقي

· سابقه اعمال جراحي

· سابقه خال كوبي و حجامت، تاتو و يا چاقو خوردگي

· سابقه تزريق خون و فرآورده هاي خوني در يك سال اخير

· سابقه سقط جنين

· سابقه زردي يا يرقان در خود يا خانواده

· سابقه رفتارهاي پر خطر مانند تماس جنسي مشكوك

### **معافيت موقت، معافيت دائم**

احتمالاً برخي از اهدا كندگان خون، ده ها بار مبادرت به اين امر خير و حياتي نموده اند. اما اين باعث نمي شود كه در يكي از دفعات مراجعه به مركز اهدای خون، از اهداي خون معاف نشوند. در چنين مواردی راهنمايي هاي لازم توسط پزشك ارائه شده و در صورت امكان توصيه و تاكيد مي شود تا فرد داوطلب مجدداً در زمان ديگر براي اهداي خون مراجعه نمايد.

افراد به دو دليل ممكن است از اهداي خون معاف شوند: اگر سلامت خود فرد داوطلب در نتيجه اهداي خون به مخاطره

بیافند و یا اگر سلامت گیرنده خون، حتی به احتمال کم به مخاطره بیافند. معافیت از اهدای خون می تواند موقتی یا دائمی باشد. در معافیت موقت، داوطلب اهدای خون پس از طی مدتی که توسط پزشک مرکز اهدای خون به وی اعلام می گردد، می تواند وارد چرخه اهدا شده و خون بدهد. در معافیت دائم، داوطلب اهدای خون به طور کلی دیگر نمی تواند اهدای خون نماید که این امر مطابق با اصول علمی و در جهت تامین خون سالم برای نیازمندان است.

### اهدای خون نکنید!

اگر موارد زیر شامل حال شما می شود نباید خون اهدا نمایید:

- اگر دارای سابقه بیماری هایی مانند: بیماری های قلبی و عروقی، بیماری های ریوی شدید مانند آسم، سکتة مغزی، تشنج، دیابت قندی وابسته به انسولین هستید.
- اگر سابقه ابتلا به بیماری های عفونی مانند هپاتیت بی، هپاتیت سی و یا ایدز دارید.
- اگر قصد شما برای اهدا خون انجام آزمایش های مربوط به بیماری های ایدز، هپاتیت بی، هپاتیت سی و یا سایر آزمایش ها به دلیل احساس بیماری می باشد. آزمایش های مربوط به بیماری ایدز در مراکز تعیین شده به صورت رایگان در اختیار شما می باشد.
- اگر مبتلا به بیماری ایدز بوده و یا آزمایش های مربوط به این بیماری در شما مثبت می باشد.
- اگر یکی از علائم و نشانه های ایدز را دارا می باشید مانند: تب تعرق شبانه، کاهش وزن بدون دلیل، سرفه، اسهال، تورم غدد لنفاوی، لکه های سفید رنگ روی سطح زبان یا لکه های برجسته روی پوست بدن.
- اگر حتی برای یک بار به خود مواد مخدر تزریق کرده اید.
- اگر مبتلا به بیماری هموفیلی بوده و هرگونه فاکتور انعقادی در یافت کرده اید.
- اگر هرگونه فعالیت جنسی مشکوک داشته اید.
- اگر در یک سال گذشته، حتی برای یک بار با فرد مشکوک به بیماری ایدز، دریافت کننده فاکتور های انعقادی یا معتاد به مواد مخدر تزریقی نزدیکی جنسی داشته اید.

### × چرا این افراد نباید خون اهدا نمایند؟

افرادی که در فعالیت های ذکر شده شرکت داشته اند ممکن است آلوده به HIV یعنی ویروسی که منجر به بیماری ایدز می شوند باشند. یک فرد می تواند قبل از اینکه بیمار شود به مدت طولانی آلوده به HIV باشد. در حقیقت افراد می توانند آلوده باشند ولی نتیجه آزمایش HIV آن ها منفی باشد اگر چه افرادی که آلوده هستند بیمار نمی باشند و نتیجه آزمایش آن ها هم منفی می باشد ولی خون آن ها ممکن است حاوی ویروس HIV باشد. اگر این خون به فردی تزریق گردد ممکن است موجب انتقال بیماری بشود. سازمان های انتقال خون از افرادی که در یکی از فعالیت های فوق شرکت داشته اند تقاضا می کنند تا خون اهدا ننمایند.

### × دوره پنجره

آیا می دانید اگر در دوره پنجره ، خون خود را اهدا کنید ، هیچ آزمایشی آن را تشخیص نمی دهد؟

در تشخیص اغلب بیماری های عفونی، مبنای آزمایش های رایج طبی، پیدا کردن آنتی بادی ضد عوامل بیماری زا در خون های آزمایش شده می باشد و نه پیدا کردن خود این عوامل. از زمان ورود عامل بیماری زا به بدن فرد آلوده تا ساخته شدن آنتی بادی ضد آن ممکن است هفته ها حتی ماه ها طول بکشد. در این فاصله زمانی، آزمایش های طبی، آلودگی را نشان نمی دهند. به زبان دیگر در روند تشخیص آزمایشگاهی فاصله یا روزنه ای ایجاد می شود که این فاصله را به اصطلاح " دوره پنجره " می نامیم. بنابراین در این دوره گرچه در خون افراد ویروس وجود دارد ولی نتیجه آزمایش آن ها منفی است. چنانچه این خون به فردی تزریق شود می تواند سبب انتقال بیماری به فرد دریافت کننده خون شود.

### × انتخاب با شما است!

اگر فکر می کنید که نباید خون اهدا نمایید می توانید یکی از مراحل زیر را انتخاب کنید:

الف: می توانید محل اهدای خون را با اختیار خود ترک نمایید .

ب: می توانید با پزشک اهدا کنندگان در اتاق مصاحبه بطور خصوصی گفتگو کرده و راهنمایی های لازم را دریافت نمایید .

ج: اطلاع رسانی تلفنی call back : می توانید با فرصتی که سازمان انتقال خون ایران در اختیار شما قرار می دهد پس از اهدای خون به ما اطلاع دهید تا از خون شما استفاده نکنیم ( پزشک مصاحبه کننده سیستم خود حذفی محرمانه رابرایتان توضیح می دهد).

داوطلبان معاف شده با عدم اهدای خون خود، نقش مسئولانه و اخلاقی خود را در سلامت جامعه و بیماران ایفا می نمایند. اهدای خون در شرایط معافیت از اهدای خون، اهدای زندگی نبوده بلکه تهدید زندگی به شمار می آید. آنها می توانند با تشویق سایر افراد خانواده، دوستان و آشنایان به اهدای خون، در این امر انسان دوستانه مشارکت کنند.

**علی اصغر صغری فرد، کارشناس ارشد خون شناسی و بانک خون**