

چطور خون اهدا کنیم؟

مهمترین فایده اهدای خون، نجات زندگی و کسب رضایت الهی است اما شاید آگاهی از سلامت جسمانی فرد اهداکننده از طریق کنترل ضربان قلب، فشار خون، دمای بدن و انجام آزمایش خون و تشخیص کم خونی و نوع گروه خونی را بتوان از فواید جانبی این عمل به حساب آورد...



قصد اهدای خون دارید؟ حتما این نکات را در نظر داشته باشید:

مهمترین فایده اهدای خون، نجات زندگی و کسب رضایت الهی است اما شاید آگاهی از سلامت جسمانی فرد اهداکننده از طریق کنترل ضربان قلب، فشار خون، دمای بدن و انجام آزمایش خون و تشخیص کم خونی و نوع گروه خونی را بتوان از فواید جانبی این عمل به حساب آورد.

هنگامی که فرد برای اهدای خون به هر یک از پایگاه‌های سازمان انتقال خون مراجعه می‌کند، مورد معاینه فیزیکی و مشاوره تخصصی قرار می‌گیرد.

در این مرحله به‌طور معمول این موارد در نظر گرفته می‌شود:

- معاینات معمول همچون اندازه‌گیری فشار خون، ضربان قلب و دمای بدن
- توجه به سوابق احتمالی بیماری اهداکننده
- توجه به داروهایی که ممکن است فرد مصرف کند
- پرسش در مورد مسافرت‌های اخیر فرد
- پرسش در مورد احتمال رفتارهای پرخطری که ممکن است فرد داشته باشد و ...

اگر پزشک تشخیص دهد که فرد برای اهدای خون مناسب است، خون‌گیری انجام می‌شود. از مردان 450 سی‌سی خون گرفته می‌شود اما خانم‌ها 400 سی‌سی خون می‌دهند و پس از آن نیز 30 عدد قرص آهن در اختیارشان قرار می‌گیرد که با عوارض کم‌خونی مواجه نشوند.

اگر قصد اهدای خون دارید حتما این نکات را در نظر داشته باشید:

- حتما کارت شناسایی معتبر عکس‌دار همراه داشته باشید.
- خانم‌ها مجازند 3 بار در سال خون اهدا کنند و مردان می‌توانند سالانه 4 بار برای اهدای خون اقدام کنند.
- فاصله دو اهدای خون نباید کمتر از 8 هفته باشد.
- شما می‌توانید در تمام طول سال و تمام ساعات روز برای اهدای خون مراجعه کنید مشروط بر آن که در فاصله 2 تا 4 ساعت قبل از اهدای خون، غذا خورده باشید.
- پس از اهدای خون کمی استراحت کنید و بیش از همیشه مایعات میل کنید.
- تا دو ساعت پس از اهدا به هیچ عنوان سیگار نکشید و ورزش سنگین انجام ندهید.
- افرادی که مبتلا به بیماری‌هایی چون صرع، بیماری‌های قلبی و ریوی پیشرفته هستند نباید برای اهدای خون اقدام کنند.
- مصرف بعضی داروها مانند آنتی‌بیوتیک‌ها و یا ابتلا به برخی بیماری‌ها مثل سرماخوردگی نیز باعث می‌شود که فرد در آن شرایط اهداکننده مناسبی نباشد که البته پزشک مستقر در پایگاه انتقال خون این موارد را کاملا بررسی می‌کند.