

Αιμοδοσία ίσον τσεκάπ!

Η αιμοδοσία δεν είναι σωτήρια μόνο για όποιον χρειάζεται αίμα, αλλά μπορεί να ωφελήσει σημαντικά και την υγεία του αιμοδότη!

Κάθε εθελοντής αιμοδότης ουσιαστικά υποβάλλεται σε ένα μίνι **τσεκάπ** από τους γιατρούς της αιμοληψίας-κι αυτό γίνεται κάθε φορά που δίνει αίμα.

Οφέλη για τον αιμοδότη.

Έγκαιρη διάγνωση τυχών προβλημάτων και λοιμώξεων.

Πρόληψη χρόνιων παθήσεων. Μελέτες έχουν δείξει ότι τακτική (τουλάχιστον δύο φορές το χρόνο) αιμοδοσία, μειώνει μακροπρόθεσμα τις πιθανότητες να εμφανίσει κανείς καρδιοπάθειες, υπέρταση, κάποιες μορφές καρκίνου, σακχαρώδη διαβήτη, αυξημένη χοληστερίνη στο αίμα και εμβολικά επεισόδια (λ.χ. εγκεφαλικό)

Ψυχοκοινωνικά οφέλη (αυτοπραγμάτωση, αυτοεκτίμηση, ατομική καταξίωση, κοινωνική συμμετοχή, κοινωνική αναγνώριση, αίσθηση ατομικής και οικογενειακής προστασίας)

Χρόνος πλήρους αναπλήρωσης μετά την αιμοδοσία

10 λεπτά για τον όγκο του αίματος.

24 ώρες για το πλάσμα.

72 ώρες για τα αιμοπετάλια.

2-4 εβδομάδες για τα ερυθρά αιμοσφαίρια.

ΠΗΓΗ: Κ. Πολίτη, πρόεδρος Επιτροπής Αιμοδοσίας.