

## ΑΝΑΡΤΗΤΕΟ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

ΓΕΝΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ

ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ &amp; ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΥΓΕΙΑΣ

Δ/ΝΣΗ ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

&amp; ΠΡΟΛΗΨΗΣ

ΤΜΗΜΑ Δ' ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΛΗΨΗΣ

**ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ ΕΠΕΙΓΟΝ**

Αθήνα, 03.06.2016

Αρ. πρωτ.: Γ3δ/Δ/ΦΑΥ9/Γ.Π.οικ.40632

Ταχ. Διεύθυνση : Αριστοτέλους 17  
 Ταχ. Κώδικας : 101 87  
 Πληροφορίες : Στρ.Χατζηχαράλαμπος  
 : Κ. Κραβαρίτη  
 Τηλέφωνο : 213-2161623/1620  
 Φαξ : 210-5230577  
 E-mail : [pfy4@moh.gov.gr](mailto:pfy4@moh.gov.gr)

**ΠΡΟΣ :** ΟΠΩΣ Ο ΠΙΝΑΚΑΣ  
 ΑΠΟΔΕΚΤΩΝ

**ΘΕΜΑ:** Παγκόσμια Ημέρα Εθελοντή Αιμοδότη\_14.06.2016, με θέμα :  
 «Το αίμα μας ενώνει όλους» (Blood connect us all ).

- Σχετ.** :1. Το με αριθμ. Γ3δ/ΔΦ 4.3,ΦΑΥ9.2016/Γ.Π./οικ.9350/08.02.2016 (ΑΔΑ:7ΦΗ9465ΦΥΟ-ΟΟ2) έγγραφο της Δ/νσης Π.Φ.Υ. και Πρόληψης, με θέμα : Υπενθύμιση του αρ. πρωτ. Γ3δ/ΔΦΑΥ9/Γ.Π./οικ.60005/5.08.2015 έγγραφο της Δ/νσης Π.Φ.Υ. και Πρόληψης, με θέμα «Καθορισμός ενιαίων διαδικασιών έκδοσης Εγκυκλίων για Παγκόσμιες και Διεθνείς Ημέρες /Εβδομάδες για θέματα υγείας»
2. Το με αριθμ. Γ3δ/ΔΦΑΥ9/Γ.Π./οικ.60005/5.08.2015( ΑΔΑ: 6Μ9Ε465ΦΥΟ-ΤΦ8) έγγραφο της Δ/νσης Π.Φ.Υ. και Πρόληψης, με θέμα «Καθορισμός ενιαίων διαδικασιών έκδοσης Εγκυκλίων για Παγκόσμιες και Διεθνείς Ημέρες /Εβδομάδες για θέματα υγείας»
- 3.Το από 23.05.2016 Υπηρεσιακό Σημείωμα της Δ/νσης Ανάπτυξης Μονάδων Υγείας.

Η Δ/νση Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας και Πρόληψης, Τμήμα Δ' Αγωγής Υγείας και Πρόληψης, σε συνεργασία με τη Δ/νση Ανάπτυξης Μονάδων Υγείας, του Υπουργείου Υγείας, στο πλαίσιο της **καθιερωμένης Παγκόσμιας Ημέρας Εθελοντή Αιμοδότη, του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας, που είναι η 14<sup>η</sup> Ιουνίου** εκάστου έτους, σας ενημερώνει για τα ακόλουθα:

**Α.1.** Η παγκόσμια κοινότητα, αναγνωρίζοντας την επιστημονική προσφορά του Γερμανού γιατρού Karl Landsteiner, του επιστήμονα που ανακάλυψε τις ομάδες αίματος, επέλεξε την 14 Ιουνίου, ημέρα γέννησής του, ως Παγκόσμια Ημέρα Εθελοντή Αιμοδότη.

Ο εορτασμός της ημέρας στοχεύει : Στην εξάλειψη κάθε προκατάληψης, φόβου και άγνοιας σχετικά με την εθελοντική αιμοδοσία και στην αναγνώριση των σιωπηλών εθελοντών αιμοδοτών που αθόρυβα και ανιδιοτελώς προσφέρουν το αίμα τους σε ανθρώπους που το έχουν ανάγκη.

**A.2.** Για το έτος 2016, ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας, για την Παγκόσμια Ημέρα του Εθελοντή Αιμοδότη, θέτει ως κεντρικό μήνυμα, **«Το αίμα μας ενώνει όλους» (Blood connect us all )**, όπου με το μήνυμα αυτό επιδιώκεται να προβληθεί η αλυσίδα αλληλεγγύης : **εθελοντής αιμοδότης – αίμα – ασθενής.**

Η εθελοντική αιμοδοσία είναι επί της ουσίας προσφορά στο συνάνθρωπο. Είναι ένα δώρο που μπορεί να σώσει ζωές και να προσφέρει ένα νέο συμβόλαιο ζωής σε πολλούς ανθρώπους που το χρειάζονται. Με την αιμοδοσία ο εθελοντής αιμοδότης προσφέρει δυο αγαθά χωρίς ανταμοιβή: 10 λεπτά χρόνο από τη ζωή του και 400 κ.ε. αίμα από τα 5 λίτρα που διαθέτει.

Σύμφωνα με στοιχεία του Π.Ο.Υ. οι συνειδητοποιημένοι εθελοντές δότες αίματος που εμφορούνται από αλτρουιστικά και μόνο αισθήματα αποτελούν έναν από τους δείκτες ασφάλειας του συστήματος αιμοδοσίας. Έχουν ικανοποιητικό επίπεδο υγείας καθώς υποβάλλονται σε τακτικό ιατρικό έλεγχο και αποφεύγουν συμπεριφορές που αυξάνουν την εμφάνιση λοιμώξεων και ανταποκρίνονται σε έκτακτα περιστατικά.

**B.** Στη χώρα μας μόνο το 52% του συλλεγόμενου αίματος προέρχεται από εθελοντική αιμοδοσία ενώ το 48% προέρχεται από δότες του συγγενικού περιβάλλοντος των ασθενών. Αντίθετα, στις περισσότερες χώρες της Ευρώπης το αίμα προέρχεται κατά 95%-100% από εθελοντές αιμοδότες. Επίσης, η Ελλάδα έχει πολύ ισχνή δεξαμενή εθελοντών δοτών μυελού και μικρό αριθμό εθελοντών δοτών οργάνων (Δελτίο Τύπου, Εθνικό Κέντρο Αιμοδοσίας).

**Γ.** Στο πλαίσιο ανάπτυξης και εφαρμογής των πολιτικών για την οργάνωση ενός Εθνικού Συστήματος Αιμοδοσίας, απαιτείται η εμπέδωση της εθελοντικής αιμοδοσίας στο σύστημα αξιών του ανθρώπου, ώστε το άτομο να ενθαρρυνθεί να γίνει εθελοντής αιμοδότης. Η εθελοντική αιμοδοσία δεν είναι απλά ενέργεια φιλανθρωπίας, είναι βασικός πυλώνας του Δημοσίου Συστήματος Υγείας και μια έμπρακτη έκφραση κοινωνικής αλληλεγγύης.

**Δ.** Προς την κατεύθυνση της αύξησης των συνειδητοποιημένων εθελοντών αιμοδοτών, που αποτελεί τη μεγαλύτερη πρόκληση για το σύστημα αιμοδοσίας της χώρας μας, προτείνεται η ανάπτυξη, οργάνωση και υλοποίηση των ακόλουθων ενεργειών και δράσεων:

1) Ευαισθητοποίηση - ενημέρωση της κοινής γνώμης από τους επαγγελματίες υγείας των υπηρεσιών αιμοδοσίας αλλά και άλλων υπηρεσιών του δημόσιου ή ιδιωτικού τομέα που εμπεριέχουν στις παρεχόμενες υπηρεσίες τους προς τον πολίτη δράσεις αγωγής υγείας, με σκοπό τη συνειδητοποίηση της μεγάλης σημασίας της προσφοράς αίματος καθώς και της ηθικής ικανοποίησης που αυτή προσφέρει.

Ιδιαίτερα, για τις Υπηρεσίες Αιμοδοσίας των νοσοκομείων της χώρας, οι πρακτικές προσέλκυσης και διατήρησης εθελοντών αιμοδοτών, που αναπτύσσονται από το προσωπικό των υπηρεσιών αυτών, θα πρέπει να εστιάζουν, μεταξύ άλλων και στους κάτωθι άξονες:

- Στην προβολή της ανθρωπιστικής διάστασης του θεσμού της εθελοντικής αιμοδοσίας
- Στην προβολή του υγιούς τρόπου ζωής και ιδίως στη διαμόρφωση συμπεριφορών που ενέχουν χαμηλό κίνδυνο μετάδοσης λοιμώξεων
- Στην ενθάρρυνση των εθελοντών αιμοδοτών που αποκλείστηκαν προσωρινά από την αιμοδοσία ώστε να επανέλθουν σε αυτή, μόλις αρθεί ο λόγος αποκλεισμού τους
- Στην απονομή τιμητικών διακρίσεων στους εθελοντές αιμοδότες, όπως απονομή διπλωμάτων και μεταλλίων, που προβλέπονται στο σχετικό νομοθετικό πλαίσιο της χώρας μας
- Στην τακτική επικοινωνία με τους εθελοντές αιμοδότες προς απάλειψη τυχόν αδυναμιών και δυσλειτουργιών, που σχετίζονται με το επίπεδο των υπηρεσιών που προσφέρονται σε αυτούς, ώστε να ληφθούν κατάλληλα βελτιωτικά μέτρα

2) Συνεχής επιμόρφωση επαγγελματιών υγείας καθώς και άλλων στελεχών που απασχολούνται σε δομές και υπηρεσίες σχετικές με την πρόληψη και αγωγή υγείας

3) Ιδιαίτερη έμφαση πρέπει να δοθεί στους χώρους Δευτεροβάθμιας και Τριτοβάθμιας Εκπαίδευσης: Η προβολή στο σχολείο του υγιεινού τρόπου ζωής και η ευαισθητοποίηση στην εθελοντική αιμοδοσία θα προετοιμάσει τους αυριανούς εθελοντές αιμοδότες.

Πέρα από τις προαναφερόμενες δράσεις οι οποίες πρέπει να αναπτύσσονται καθόλη τη διάρκεια του έτους για την διάδοση του θεσμού της εθελοντικής αιμοδοσίας και με αφορμή τον Εορτασμό της Παγκόσμιας Ημέρας Εθελοντή Αιμοδότη, ενδεικτικά προτείνονται και οι κάτωθι δράσεις για ενημέρωση του πληθυσμού:

- Ανάρτηση αφισών και διανομή ενημερωτικού υλικού και εντύπων σχετικά με θέματα εθελοντικής αιμοδοσίας

- Προβολή του μηνύματος της φετινής Παγκόσμιας Ημέρας Εθελοντή Αιμοδότη με θέμα « **Το αίμα μας ενώνει όλους**» από τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και τους ραδιοτηλεοπτικούς σταθμούς
- Διοργάνωση εκ μέρους των Υπηρεσιών Αιμοδοσίας εορταστικών εκδηλώσεων και εθελοντικών αιμοδοσιών σε συνεργασία με τοπικούς φορείς, συλλόγους, εκκλησία, δήμους κ.λ.π. και οι οποίες θα έχουν ως σκοπό την ενημέρωση και προβολή της μεγάλης σημασίας της προσφοράς αίματος και της ηθικής ικανοποίησης που η προσφορά αυτή επιφέρει. Επιπρόσθετα, στις εκδηλώσεις αυτές να απευθύνονται ευχαριστίες σε όλους εκείνους τους ξεχωριστούς ανθρώπους που ως τακτικοί Εθελοντές Αιμοδότες αποτελούν τη βάση της παροχής ασφαλούς αίματος στη χώρα μας προσφέροντας ανιδιοτελώς ένα πολύτιμο δώρο ζωής.

Για την προσέλκυση και διατήρηση εθελοντών αιμοδοτών και την εξασφάλιση εθνικών αποθεμάτων αίματος, ιδιαίτερης σημασίας είναι και η εκστρατεία εθνικής εμπέλειας που διοργανώνει φέτος και το Εθνικό Κέντρο Αιμοδοσίας, η οποία, μεταξύ άλλων, περιλαμβάνει:

- 1) Διανομή ενιαίου ενημερωτικού υλικού, βασισμένου στα μηνύματα του Π.Ο.Υ. για τη φετινή Παγκόσμια Ημέρα Εθελοντή Αιμοδότη, στις Υπηρεσίες Αιμοδοσίας της χώρας
- 2) Ημερίδα-Συναυλία-Έκθεση Ζωγραφικής μαθητών την 14η Ιουνίου 2016 στην Αθήνα, Τεχνόπολις - Γκάζι. Η ημερίδα θα λάβει χώρα 18.00-20.30, θα περιλαμβάνει θεματική συζήτηση με συμμετοχή ιατρών, εκπροσώπων εθελοντών αιμοδοτών και εκπροσώπους ασθενών και θα ακολουθήσει συναυλία.

**Ε.** Προκειμένου να οργανωθούν και να υλοποιηθούν οι εν λόγω δράσεις και ενέργειες, προτείνεται οι αρμόδιοι επαγγελματίες υγείας, όπως γενικοί ιατροί, αιματολόγοι, παθολόγοι, ιατροί δημόσιας υγείας, επισκέπτες-τριες υγείας, νοσηλεύτες, κ.α., να συνεργαστούν σε κάθε επίπεδο με φορείς, υπηρεσίες και κέντρα Αιμοδοσίας, Νοσοκομεία, Μονάδες Υγείας του ΠΕΔΥ, Φορείς Κοινωνικής Φροντίδας, ΟΤΑ, Συλλόγους Αιμοδοτών, Μ.Κ.Ο. προσανατολισμένες σε θέματα εθελοντικής αιμοδοσίας.

**ΣΤ.** Οι ενδιαφερόμενοι φορείς και επαγγελματίες υγείας δύνανται να αναζητήσουν περισσότερες πληροφορίες για θέματα εθελοντικής αιμοδοσίας, προστασίας της υγείας του Εθελοντή Αιμοδότη κ.λ.π. στους ακόλουθους ιστότοπους:

**Διεθνείς ιστότοποι :**

- <http://www.who.int/campaigns/world-blood-donor-day/2016/en/>

(Π.Ο.Υ.-Παγκόσμια Ημέρα Εθελοντή Αιμοδότη)

- <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs279/en/> (εμπεριέχει στοιχεία από την Παγκόσμια Βάση Δεδομένων Π.Ο.Υ. για την ασφάλεια του αίματος 2010-2012)

**Ελληνικοί ιστότοποι :**

- [www.ekea.gr](http://www.ekea.gr) ( Εθνικό Κέντρο Αιμοδοσίας)
- [www.keelpno.gr](http://www.keelpno.gr) ( Κέντρο Ελέγχου και Πρόληψης Νοσημάτων )
- [www.posea.gr](http://www.posea.gr) (Πανελλήνια Ομοσπονδία Συλλόγων Εθελοντών Αιμοδοτών)

**Ζ.** Στο πλαίσιο των ανωτέρω, το Υπουργείο Υγείας προωθεί ενέργειες για την προβολή τηλεοπτικού μηνύματος διάρκειας 25 δευτερολέπτων με θέμα, την «εθελοντική προσφορά αίματος κατά την θερινή περίοδο» σε συνέχεια έγκρισης από το Εθνικό Συμβούλιο Ραδιοτηλεόρασης προκειμένου να προβληθεί το εν λόγω μήνυμα από τηλεοπτικούς σταθμούς Πανελληνίας και Περιφερειακής εμβέλειας, για το χρονικό διάστημα από την 1<sup>η</sup> Ιουλίου μέχρι και την 15<sup>η</sup> Σεπτεμβρίου 2016.

Οι αποδέκτες της παρούσας εγκυκλίου, παρακαλούνται να ενημερώσουν σχετικά τις υπηρεσίες και τους εποπτευόμενους Φορείς όπως και κάθε άλλο συνεργαζόμενο Φορέα.

Επίσης, το Γραφείο Τύπου και Δημοσίων Σχέσεων του Υπουργείου Υγείας, παρακαλείται όπως ενημερώσει σχετικά όλα τα έντυπα και ηλεκτρονικά μέσα ενημέρωσης.

Οι Φορείς που θα οργανώσουν εκδηλώσεις, παρακαλούνται να ενημερώσουν σχετικά τις αρμόδιες Δ/σεις του Υπουργείου Υγείας (Δ/ση Ανάπτυξης Μονάδων Υγείας [damy@moh.gov.gr](mailto:damy@moh.gov.gr), Δ/ση Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας και Πρόληψης [pfy@moh.gov.gr](mailto:pfy@moh.gov.gr)).

**Ο ΑΝΑΠΛ. ΓΕΝΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ**

**ΣΤΑΜΑΤΗΣ ΒΑΡΛΑΡΟΣ**

**ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΠΟΛΕΚΤΩΝ ΓΙΑ ΕΝΕΡΓΕΙΑ**

1. Προεδρία της Δημοκρατίας , Βασ. Γεωργίου Β΄2, 10028 Αθήνα
2. Βουλή των Ελλήνων, Βασ. Σοφίας 2-6, 10021 Αθήνα
3. Ακαδημία Αθηνών , Ελ. Βενιζέλου 28, 10679 Αθήνα
4. Υπουργεία, Δ/νσεις Διοικητικού, (για ενημέρωση υπηρεσιών και εποπτευόμενων φορέων)
5. Υπουργείο Υγείας
  - α) Όλες τις Υγειονομικές Περιφέρειες, Γραφ. κ.κ. Διοικητών (με την παράκληση να ενημερωθούν όλοι οι εποπτευόμενους φορείς τους).
  - β) Όλους τους εποπτευόμενους Φορείς, ΝΠΙΔ & ΝΠΔΔ
  - γ) Εθνικό Κέντρο Επιχειρήσεων Υγείας, Γραφ. κ. Διοικητή
  - δ) Ε.Κ.Α.Β., Γραφ. κ. Προέδρου – Τέρμα Οδού Υγείας , 115 27 Αθήνα
  - ε) Ε.Ο.Π.Υ.Υ., Αποστόλου 12, Γραφ. κ. Προέδρου, 151 23 Μαρούσι Αττικής
  - στ) Ινστιτούτο Υγείας του Παιδιού, Παπαδιαμαντοπούλου και Θηβών 1, 115 27, Αθήνα
  - ζ) ΣΕΥΥΠ Γραφ. κ. Γεν. Επιθεωρητή
  - η) Ο.Κ.Α.Ν.Α. Γραφ. κ. Προέδρου, Αβέρωφ 21, 104 33 Αθήνα
  - θ) ΚΕΕΛΠΝΟ, Γραφ. κ. Προέδρου, Αγράφων 3-5, 151 23 Μαρούσι Αττικής
  - ι) Εθνικό Κέντρο Αιμοδοσίας, Ολυμπιονίκη Χρ. Μάντικα 7 θέση Λεκάρες 136 78 Αχαρνές – Αθήνα
  - ι) Γραφ. Τύπου και Δημοσίων Σχέσεων
  - ια) Δ/νση Ηλεκτρονικής Διακυβέρνησης
6. ΕΣΔΥ Γραφ. κ. Κοσμήτορος, Λ. Αλεξάνδρας 196, 115 21, Αθήνα
7. Όλα τα ΑΕΙ και ΤΕΙ της Χώρας (για ενημέρωση Σχολών και Τμημάτων)
8. Γ.Ε.Σ. Δ/νση Υγειονομικού
9. Γ.Ε.Α. Δ/νση Υγειονομικού
10. Γ.Ε.Ν. Δ/νση Υγειονομικού
11. Περιφέρειες της Χώρας, Γραφ. κ.κ. Περιφερειάρχων (για ενημέρωση των Π.Ε.)
12. Αποκεντρωμένες Διοικήσεις, Γραφ. κ.κ. Γεν. Γραμματέων (για ενημέρωση ΟΤΑ)
13. Κεντρική Ένωση Δήμων Ελλάδας (Κ.Ε.Δ.Ε.) , Γ. Γενναδίου 8. 106 78 Αθήνα
14. Εθνικό Διαδημοτικό Δίκτυο Υγιών Πόλεων – Προαγωγής Υγείας, Παλαιολόγου 9 151 24, Μαρούσι Αττικής

15. Πανελλήνιος Φαρμακευτικός Σύλλογος, Πειραιώς 134, 118 54 Αθήνα  
(ενημέρωση Μελών )
16. Πανελλήνιος Ιατρικός Σύλλογος Πλουτάρχου 3, και Υψηλάντους, 106 75, Αθήνα  
(ενημέρωση Μελών)
17. Ιατρική Εταιρεία Αθηνών, Μαιάνδρου 23 115 25 Αθήνα (Ενημέρωση  
Επιστημονικών Εταιρειών)
18. Διαρκής Ιερά Σύνοδος Εκκλησίας της Ελλάδος, Ι. Γενναδίου 14, 115 21 Αθήνα  
(για ενημέρωση Ι.Μ.)
19. Ένωση Νοσηλευτών Ελλάδας, Βασ. Σοφίας 47, 106 76, Αθήνα (ενημέρωση  
Μελών)
20. Σύλλογος Επιστημόνων Μαιών-των, Αρ. Παππά 2, 115 21, Αθήνα (ενημέρωση  
Μελών)
21. Πανελλήνιος Σύλλογος Επισκεπτών, Παπαρηγοπούλου 15, 105 61, Αθήνα  
(ενημέρωση Μελών )
22. Σύλλογος Εποπτών Δημόσιας Υγείας, Γλάδστωνος 10, 106 67, Αθήνα  
(ενημέρωση Μελών )
23. Πανελλήνια Ομοσπονδία Συλλόγων Εθελοντών Αιμοδοτών  
Ολυμπιονίκη Χρήστου Μάντικα 7, 136 71, Αχαρνές, Αττική
24. Πανελλήνιος Σύλλογος Πασχόντων από Μεσογειακή Αναιμία - Θαλασσαιμία  
Αναστασίου Τσόχα 18 – 20, 115 21 Αθήνα
25. Συνήγορος του Πολίτη, Χαλκοκονδύλη 17, 104 32, Αθήνα
26. Ε.Ε.Σ. Λυκαβηττού 1, 106 72 Αθήνα
27. Ι.Κ.Α. Τμήμα Προληπτικής Ιατρικής, Αγίου Κωνσταντίνου 8, 102 41 Αθήνα
28. Γενική Γραμματεία Μέσων Ενημέρωσης – Γενική Γραμματεία Ενημέρωσης και  
Επικοινωνίας :  
α) Για λογαριασμό Δημόσιας Τηλεόρασης β) Για λογαριασμό Δημόσιας  
Ραδιοφωνίας Αλεξάνδρου Πάντου και Φραγκούδη 11, 101 63 Αθήνα (δύο (2)  
αντίγραφα του εγγράφου).
28. MEGA CHANNEL, Λεωφ. Μεσογείων 117 και Ρούσου 4, 115 25 Αθήνα
29. ANTENNA, Κηφισίας 10-12, 151 25 Μαρούσι Αττικής
30. ALPHA TV, 40° χλμ Αττικής Οδού (Σ.Ε.Α. Μεσογείων , Κτίριο 6) Κάντζα  
Αττικής
31. STAR CHANNEL, Βιλτανιώτη 36, 145 64 Κάτω Κηφισιά Αττικής
32. ΑΘΗΝΑ 9,83 FM, Πειραιώς 100, 118 54 Αθήνα
33. ANTENNA 97,2 FM, Κηφισίας 10-123 151 25 Μαρούσι Αττικής

34. SKAI 100,3 FM, Φαληρέως 2 και Εθνάρχου Μακαρίου, 18547 Ν. Φάληρο Αττικής.

35. ΕΣΗΕΑ Ακαδημίας 20, 10671, Αθήνα

**ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΔΙΑΝΟΜΗ**

1. Γραφ. κ. Υπουργού Υγείας
2. Γραφ. κ. Αν. Υπουργού Υγείας
3. Γραφ. κ.κ. Γεν. Γραμματέων (3)
4. Γραφ. κ.κ. Προϊσταμένων Γεν. Δ/σεων (3)
5. Δ/σεις και Αυτοτελή Τμήματα του Υπουργείου
6. Δ/ση Ανάπτυξης Μονάδων Υγείας
7. Δ/ση Π.Φ.Υ. & Πρόληψης /Τμήμα Δ'(5)

### Τι θα γίνει το αίμα που έδωσες

- ✓ Θα εξετασθεί για ηπατίτιδα Β και C, AIDS, HTLV και σύφιλη
- ✓ Αν βρεθεί θετικό αποτέλεσμα σε κάποια εξέταση, το αίμα σου δεν θα μεταγγισθεί και θα ενημερωθείς με απόλυτη εκκεμύθεια
- ✓ Θα διαχωριστεί σε ερυθρά αιμοσφαίρια, αιμοπετάλια και πλάσμα που θα μεταγγισθούν σε τρεις διαφορετικούς ασθενείς ανάλογα με το συστατικό που χρειάζονται για τη θεραπεία τους

**Μπορείς  
να αποκτήσεις  
κάρτα  
εθελοντή αιμοδότη**

**Σε ευχαριστούμε  
που είσαι  
Εθελοντής Αιμοδότης**

**Δώσε ζωή  
με το αίμα σου  
Γίνε Τακτικός  
Εθελοντής Αιμοδότης  
Αίμα μπορείς  
να δίνεις  
4 φορές το χρόνο**

[www.ekea.gr](http://www.ekea.gr)



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑΣ (Ε.ΚΕ.Α.)

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑΣ (Ε.ΚΕ.Α.)



**Τι πρέπει  
να γνωρίζει  
ο αιμοδότης**

#### Αγαπητέ αιμοδότη

Το να δώσεις αίμα είναι πολύ απλό και ανώδυνο  
Η αξία της προσφοράς σου είναι ανεκτίμητη  
Γίνε τακτικός εθελοντής αιμοδότης

### Προϋποθέσεις για να γίνεις αιμοδότης

- ✓ Ηλικία 18 – 65 χρόνων
- ✓ Να μην έχεις κάποιο σοβαρό ή χρόνιο πρόβλημα υγείας
- ✓ Να μην έχεις νοσήσει από Ηπατίτιδα ή AIDS
- ✓ Να μην έχεις κάνει ποτέ χρήση ναρκωτικών ουσιών.
- ✓ Να μην είχες ή έχεις σεξουαλική σχέση με άτομο που κάνουν ή έχουν κάνει χρήση
- ✓ Να μην έχεις κάνει περιστασιακές σεξουαλικές σχέσεις χωρίς προφύλαξη τους τελευταίους 6 μήνες
- ✓ Να έχεις κοιμηθεί καλά την προηγούμενη ημέρα
- ✓ Να έχεις πάρει ένα ελαφρύ γεύμα

### Πριν δώσεις αίμα

- ✓ Να είσαι ξεκούραστος
- ✓ Να έχεις κοιμηθεί καλά το προηγούμενο βράδυ
- ✓ Να έχεις πάρει ένα ελαφρύ γεύμα

- ✓ Να έχεις μεί 2-3 ποτήρια νερό ή χυμό
- ✓ Να φοράς άνετα ρούχα

### Φθάνοντας στην Αιμοδοσία

- ✓ Θα έχεις φιλική υποδοχή
- ✓ Θα δηλώσεις τα στοιχεία σου
- ✓ Θα δώσεις ένα μικρό ιατρικό ιστορικό που έχει σκοπό να προστατεύσει την υγεία τη δική σου και του ασθενή, γι' αυτό σε παρακαλούμε να απαντήσεις με ακρίβεια
- ✓ Θα μετρήσουμε πίεση, αιματοκρίτη ή αιμοσφαιρίνη και σφυγμούς
- ✓ Θα κρίνει ο ιατρός αν μπορείς να δώσεις αίμα ή αν πρέπει να αναβληθεί η αιμοδοσία για ένα χρονικό διάστημα
- ✓ Θα υπάρχει απόλυτη εξεμύδεια

### Διαδικασία αιμοληψίας

- ✓ Κάθεσαι αναπαυτικά στην καρέκλα
- ✓ Καθαρίζεται το σημείο που θα γίνει η λήψη αίματος

- ✓ Πραγματοποιείται η αιμοληψία εύκολα και ανώδυνα από εκπαιδευμένο και έμπειρο προσωπικό
- ✓ Χρησιμοποιούνται μόνο αποστειρωμένα και μιας χρήσης υλικά
- ✓ Ο όγκος αίματος που θα προσφέρεις είναι περίπου 450 ml και αναπληρώνεται πλήρως σε 24 περίπου ώρες ενώ τα ερυθρά αιμοσφαίρια σε 4 περίπου εβδομάδες

### Αφού δώσεις αίμα, τις επόμενες ώρες

- ✓ Θα πρέπει να πίνεις πολλά υγρά
- ✓ Να μην καπνίσεις για τουλάχιστον 2 ώρες
- ✓ Να μην καταναλώσεις αλκοόλ και να μην εκτεθείς σε υψηλές θερμοκρασίες
- ✓ Να μη σηκώνεις μεγάλο βάρος με το χέρι που έδωσες αίμα
- ✓ Να αποφεύγεις την πολύωρη ορθοστάσια και την έντονη άσκηση



**ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΗ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑ**  
**ΖΩΗ ΚΑΙ ΕΛΠΙΔΑ**  
**ΓΙΑ ΤΟΝ ΣΥΝΑΝΘΡΩΠΟ ΣΟΥ**



**ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΗ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑ**  
 ΓΙΑ ΤΗ ΖΩΗ, ΓΙΑ ΤΟΝ ΑΝΘΡΩΠΟ.



ΕΡΓΟ ΣΥΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΟΥΜΕΝΟ  
 ΑΠΟ ΤΟ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ ΚΑΙ ΤΟ  
 ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ.  
 Ε.Π. «ΥΓΕΙΑ-ΠΡΟΝΟΙΑ» 2000-2006



ΕΛΛΑΔΑ  
 2008  
*Διασυνδέουμε. Διασυνδέουμε για όλους.*



Π.Ο.Σ.Ε.Α



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
 ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ