

# قطره‌های زندگی بخش

با هر بار اهدای خون جان ۳ نفر را نجات می‌دهیم

ملیحه ابراهیمی ایه این موضوع فکر کنید خونی که اهدا کرده اید باعث نجات جان آن فردی شده است که تصادف شدیدی کرده و دچار خون ریزی داخلی شده است. شاید هم یک بیمار دیالیزی با واحد خونی که اهدا کرده اید، جان تازه می‌گیرد. به هر حال این امر خداپسندانه برای نیازمندان به فرآورده های خونی که گاهی ممکن است یک بیمار مبتلا به سرطان، هموفیلی یا تالاسمی باشد بسیار نقش حیاتی دارد. با فاکتورگرفتن از نفعی که شامل حال گیرندگان می شود به حفظ سلامتی و حس خوبی که در نتیجه کمک به دیگران تجربه می‌کنیم، بیندیشیم. برای اهدای خون پیش قدم شویم. فردا آخرین روز از هفته جهانی اهداکنندگان قهرمان خون است. به این بهانه چند خطی همراهان باشید تا بیشتر از شرایط اهدای خون و آمار و اطلاعات ذخایر خونی مطلع شوید.



دکتر سعید اصغریان، مدیرکل انتقال خون خراسان رضوی؛ مرحله خون گیری در زمانی انجام می‌شود که پزشک متخصص تأیید کند اهداکننده و گیرنده فرآورده‌های خونی به هیچ عنوان متضرر نمی‌شوند. به عنوان نمونه فرد اهداکننده درگیر نوسانات فشارخونی نباشد که بعد از اهدا خودش نیز دچار مشکل شود یا دارویی مثل آسپرین استفاده کرده باشد که وارد خون گیرنده شود و او را دچار مشکل کند

میانگین سنی اهداکنندگان ۶۵ تا ۱۸ سال

حداقل وزن اهداکنندگان ۵۰ کیلوگرم

مراحل خون دادن

- خوردن صبحانه (ناشتا نباشید)
- همراه داشتن کارت شناسایی معتبر (برای بار اولی ها فقط کارت ملی و کارت شناسایی عکس دار معتبر برای دفعات بعد)
- پذیرش در یکی از مراکز اهدای خون
- معاینه و مصاحبه پزشکی
- تأیید شرایط اهدای خون (به عنوان نمونه اگر برای اهداکننده ضرر داشته باشد)

۶۵ مرکز تعداد بیمارستان ها و مراکز درمانی تحت پوشش اداره کل انتقال خون استان

برنامه امسال سازمان انتقال خون



دومین

مشهد بعد از تهران بزرگترین مصرف کننده خون و فرآورده های خونی کشور است

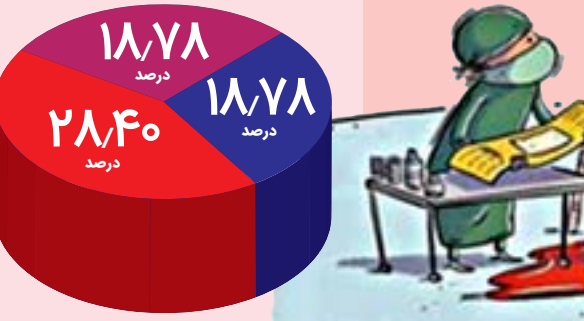
- ترکیب اهدا کنندگان خون
- بار اولی ها: بار اولی ها (جلسات آموزشی، ارسال پیامک و... برای قرار گرفتن در ترکیب مستمرها)
  - مستمر: مستمر (اهدای گانه که سالانه حداقل دو مرتبه خون می دهند)
  - با سابقه: با سابقه (اهدای گانه که بیش از یک نوبت خون اهدا کرده اند و ارتباط قطع شده است)

۱۰ دقیقه زمان پر شدن یک کیسه خون

تکنه: بعد از اهدا ۱۰ دقیقه استراحت

۴۵ تا ۴۷ سی سی میزان خون دریافتی در هر بار اهدا

تکنه: خون موجود در بدن هر فرد ۵ هزار سی سی می باشد



هر ۱۰ دقیقه = نجات ۳ بیمار

با هر بار که خون می‌دهیم جان سه نفر را نجات می‌دهیم

۲ ساعت دو ساعت قبل و بعد از اهدای خون از نوشیدنی های کافئین دار و استعمال دخانیات از جمله سیگار و قلیان پرهیز شود

آب بهترین نوشیدنی قبل و بعد از اهدای خون

۴ بار اهدای خون در آقایان هر سه ماه یک بار معادل چهار بار در سال

۳ بار اهدای خون در خانم ها هر چهار ماه یک بار معادل سه بار در سال

۵ روز عمر پلاکت ها

۲۵ روز عمر گلبول های قرمز

توجه!

فرقی نمی‌کند چه ساعتی از روز یا در چه فصل خاصی به مراکز اهدای خون مراجعه کنید. به عنوان نمونه این تصور اشتباهی است که فصل بهار بهترین زمان اهدای خون است. آنچه اهمیت دارد این است که در تمام طول سال به طور مستمر به مراکز انتقال خون مراجعه کنیم. همچنین بهتر است از حضور هیجانی در ایام خاص مثل عاشورا و تاسوعا برای اهدای پرهیز کنیم.

## جدول فعالیت اداره کل انتقال خون خراسان رضوی از ۱۹ خرداد ۱۴۰۲ تا ۱۹ خرداد ۱۴۰۳

مراجعه	اهدای خون	اهدای خون مستمر	اهدای خون با سابقه	اهدای خون بار اول	اهدای خون آقا	اهدای خون خانم
۲۱۴,۸۳۹	۱۶۴,۷۴۲	۸۷,۰۲۹	۴۶,۷۷۷	۳۰,۸۶۳	۱۵۵,۶۲۱	۹۱,۲۱۱
۲۰۳,۹۵۷	۱۵۳,۵۶۴	۸۳,۴۰۲	۴۵,۸۲۵	۲۴,۳۲۲	۱۴۵,۰۸۵	۸,۴۷۹
+۵/۳۳	+۷/۲۷	+۴/۳۴	+۲/۱۲	+۲۶/۸۸	+۷/۲۶	+۷/۵۷

نام مرکز	نشانی	روز و ساعت پذیرش اهداکنندگان	پاسخگوترین تلفن با درج پیش شماره
۱ پایگاه سناباد	مشهد، انتهای خیابان سناباد غربی، جنب مرکز بهداشت استان	۱۳:۰۰ تا ۸:۰۰	۰۵۱۳۸۵۱۶۳۰۰
۲ پایگاه امام رضا (ع)	مشهد، میدان شریعی	۱۳:۰۰ تا ۷:۴۵ ۱۸:۴۵ تا ۱۳:۳۰	۰۵۱۳۸۵۱۶۳۰۰
۳ پایگاه شهید سلیمانی	مشهد، بولوار استقلال، بین استقلال ۲ و ۴	۱۳:۰۰ تا ۷:۴۵	۰۵۱۳۶۰۵۳۱۱۷
۴ پایگاه شهید کریمی	مشهد، قاسم آباد، نبش شریعی ۲۸	۱۳:۰۰ تا ۷:۴۵	۰۵۱۳۶۶۳۱۷۵۲
۵ پایگاه امید	مشهد، خیابان شیرازی، نبش شیرازی ۳ مجتمع امید، طبقه منهای یک	۱۳:۰۰ تا ۷:۴۵	۰۵۱۳۲۲۲۴۶۱۹
۶ پایگاه حرم مطهر	مشهد، صحن پیامبر اعظم (ص) جنب ورودی باب الکاظم (ع)	۱۸:۰۰ تا ۸:۰۰	-
۷ پایگاه مهر	مشهد، بولوار ابوطالب، نبش ابوطالب ۳۳	۱۳:۰۰ تا ۷:۴۵	۰۵۱۳۷۲۹۳۱۴۴