

## ΑΝΑΡΤΗΤΕΟ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
ΓΕΝΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ  
ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ & ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΥΓΕΙΑΣ  
Δ/ΝΣΗ ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ ΥΓΕΙΑΣ  
& ΠΡΟΛΗΨΗΣ  
ΤΜΗΜΑ Δ' ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΛΗΨΗΣ

**ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ ΕΠΕΙΓΟΝ**

Αθήνα, 16.06.2015

Αρ. πρωτ.: Γ3δ/Δ/ΦΑΥ9/2015/Γ.Π.οικ.45035

Ταχ. Διεύθυνση : Αριστοτέλους 17  
Ταχ. Κώδικας : 101 87  
Πληροφορίες : Στρ.Χατζηχαραλάμπους  
: Ελ. Νησιώτη  
Τηλέφωνο : 213-2161623,1617  
Φαξ : 210-5230577  
E-mail : [pfy@moh.gov.gr](mailto:pfy@moh.gov.gr)

**ΠΡΟΣ :** ΟΠΩΣ Ο ΠΙΝΑΚΑΣ  
ΑΠΟΔΕΚΤΩΝ

**ΘΕΜΑ: Παγκόσμια Ημέρα Εθελοντή Αιμοδότη\_14.06.2015, με θέμα  
«Σας ευχαριστώ για τη διάσωση της ζωής μου»  
(Thank you for saving my life ).**

- ΣΧΕΤ:** 1. Το υπ' αριθμ. 1018/11.05.2015 έγγραφο του Γραφ. του κ. Αναπληρωτή Υπουργού.  
2. Το από 25.05.2015 Υπηρεσιακό Σημείωμα της Δ/σης Ανάπτυξης Μονάδων Υγείας.

Η Δ/ση Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας και Πρόληψης, Τμήμα Δ' Αγωγής Υγείας και Πρόληψης, σε συνεργασία με τη συναρμόδια Δ/ση 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.** Για το έτος 2015, ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας, για την Παγκόσμια Ημέρα του Εθελοντή Αιμοδότη, θέτει ως θέμα της ενημερωτικής Εκστρατείας, **«Σας ευχαριστώ για τη διάσωση της ζωής μου» (Thank you for saving my life )**, όπου με το μήνυμα αυτό επιδιώκεται να τιμηθεί ο εθελοντής αιμοδότης και να εκφραστούν ευχαριστίες για την πολύτιμη προσφορά αίματος ως **«δώρο που σώζει ζωές»**. Με το σύνθημα **«Δώσε αίμα ελεύθερα και συχνά»** (Give freely, give often. Blood donation matters) στόχος, είναι να ενθαρρυνθούν περισσότεροι άνθρωποι σε όλο τον κόσμο για την τακτική εθελοντική μη αμειβόμενη αιμοδοσία και να ευαισθητοποιηθούν τα παιδιά και οι νέοι ώστε να αποκτήσουν συνείδηση προσφοράς ζωής μέσω της εθελοντικής αιμοδοσίας.

Παράλληλα, ιδιαίτερη σημασία δίδεται στην αναγκαιότητα διασφάλισης της ποιότητας και της διαθεσιμότητας του αίματος και των παραγώγων του, για ασθενείς και πολίτες που το έχουν ανάγκη.

Η μετάγγιση του αίματος και των παραγώγων του, συμβάλει στην διάσωση εκατομμυρίων ζώων κάθε χρόνο. Η αιμοδοσία βοηθά τους ασθενείς που πάσχουν από απειλητικές για τη ζωή παθήσεις αυξάνοντας το προσδόκιμο επιβιώσής τους και συμβάλλει στη βελτίωση της ποιότητα ζωής τους, υποστηρίζοντας περίπλοκες ιατρικές και χειρουργικές διαδικασίες και διαδραματίζοντας ουσιαστικό ρόλο στην φροντίδα μητέρων και παιδιών κατά τη διάρκεια ανθρωπογενών και φυσικών καταστροφών.

Ωστόσο, σε πολλές χώρες, η ζήτηση αίματος υπερβαίνει την προσφορά, καθώς οι υπηρεσίες Αιμοδοσίας καλούνται να αντιμετωπίσουν την πρόκληση της διάθεσης επαρκούς ποσότητας αίματος, ενώ ταυτόχρονα οφείλουν να εγγυώνται για την ποιότητα και την ασφάλειά του. Η διασφάλιση της επάρκειας εφοδιασμού σε μονάδες αίματος είναι δυνατόν να επιτευχθεί κυρίως μέσω της τακτικής δωρεάς από εθελοντές και μη αμειβόμενους αιμοδότες.

**B1.** Το αίμα είναι ένας ζωντανός ιστός, που δεν μπορεί να υποκατασταθεί με κανένα φάρμακο ή χημική ουσία, γεγονός που οδηγεί στην αναγκαιότητα λήψης αυτού από υγιείς δότες.

Κάθε άνθρωπος μεταξύ 18 και 65 ετών, είναι δυνατόν να γίνει εθελοντής αιμοδότης, αφού πρώτα ελεγχθεί η κατάσταση της υγείας του, με τη λήψη ιστορικού, τη μέτρηση της πίεσης του αίματος και της αιμοσφαιρίνης του. Η διαδικασία αιμοδοσίας για κάθε υγιή άνθρωπο δύναται να επαναλαμβάνεται κάθε 4 μήνες.

Η αιμοδοσία διαρκεί μόνο λίγα λεπτά, ο όγκος του αίματος που λαμβάνεται είναι περίπου 450 ml, η αναπλήρωση του χαμένου όγκου γίνεται πλήρως σε 24 ώρες και τα ερυθρά αιμοσφαίρια αποκαθίστανται σε 4 περίπου εβδομάδες.

Προκειμένου να διασφαλιστεί η ποιότητα του αίματος, δε γίνεται αιμοληψία από άτομα που πάσχουν από διάφορα νοσήματα, παθολογικές καταστάσεις και που πιθανόν βρίσκονται υπό καθεστώς παραγόντων κινδύνου.(βλ.φυλ. συν. 1).

**B2.** Σύμφωνα με στοιχεία του Π.Ο.Υ., κάθε χρόνο πραγματοποιούνται 108 εκατομμύρια αιμοληψίες από εθελοντές αιμοδότες , το 65% των μεταγγίσεων αίματος σε χώρες με χαμηλό εισόδημα, δίνονται σε παιδιά κάτω των 5 ετών.

Σε χώρες υψηλού εισοδήματος η πιο συχνά μεταγγισθείσα κατηγορία πληθυσμού είναι αυτή των ασθενών άνω των 65 ετών, ενώ το 2020 είναι το έτος στόχος για όλες τις χώρες, ώστε να αποκτήσουν το 100% των προμηθειών αίματος από εθελοντές μη αμειβόμενους αιμοδότες.

Σήμερα, σε 62 χώρες, τα εθνικά αποθέματα αίματος βασίζονται περίπου στο 100% της εθελοντικής μη αμειβόμενης αιμοδοσίας, ενώ σε 40 χώρες οι ανάγκες αίματος

εξακολουθούν να καλύπτονται από το οικογενειακό περιβάλλον και αμειβόμενους δότες.

Στην Ελλάδα, αναλογικά με τον πληθυσμό της χώρας, απαιτούνται τουλάχιστον 600.000 μονάδες αίματος, από τις οποίες μόνο το 40% καλύπτεται από εθελοντές αιμοδότες.

Η περιστασιακή αιμοδοσία, του συγγενικού περιβάλλοντος των ασθενών που το έχουν ανάγκη καλύπτει το 52% της συνολικής ζήτησης αίματος, ενώ η Εθελοντική Αιμοδοσία καλύπτει μόνο το 45%. Το υπόλοιπο ποσοστό της ζήτησης καλύπτεται από τον Στρατό, τα Σώματα Ασφαλείας κ.α.

Επισημαίνεται, ότι η διαχείριση του αίματος και των παραγώγων του απαιτεί αναδιάρθρωση, ο μεγάλος αριθμός τροχαίων ατυχημάτων αυξάνει τη ζήτηση για αίμα (ιδιαίτερα τη θερινή περίοδο) , απαιτούνται 130.000 μονάδες αίματος το χρόνο για την κάλυψη των αναγκών των ατόμων με μεσογειακή αναιμία, καθώς επίσης απαιτούνται μεγάλες ποσότητες αίματος και παραγώγων του για τις μεταμοσχεύσεις μυελού των οστών και άλλων οργάνων.

**Γ1.** Η οργάνωση του Εθνικού Συστήματος Αιμοδοσίας στηρίζεται στη συλλογή αίματος από εθελοντές μη αμειβόμενους αιμοδότες. Στο πλαίσιο αυτό, η Δ/ση Ανάπτυξης Μονάδων Υγείας, του Υπουργείου Υγείας, εξέδωσε τις υπ' αριθμ. Α3β/οικ.34557/12.5.2015 και Α3β/οικ.34554/12.5.2015 εγκυκλίους με θέμα: «Εορτασμός της 14<sup>ης</sup> Ιουνίου 2015 ως Παγκόσμιας Ημέρας Εθελοντή Αιμοδότη», προς τις Υπηρεσίες Αιμοδοσίας όλων των Νοσοκομείων της χώρας και προς το Γενικό Επιτελείο Εθνικής Άμυνας αντιστοίχως, τονίζοντας την σπουδαιότητα της εθελοντικής αιμοδοσίας στη διαμόρφωση κοινωνικής συνείδησης.

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 φιλανθρωπία, είναι βασικός πυλώνας του Δημοσίου Συστήματος Υγείας και μια έμπρακτη έκφραση κοινωνικής αλληλεγγύης.

**Δ.** Σε συνέχεια των ανωτέρω, προτείνεται ενδεικτικά η ανάπτυξη, οργάνωση και υλοποίηση των ακόλουθων ενεργειών και δράσεων:

- Ευαισθητοποίησης, ενημέρωσης – πληροφόρησης της κοινής γνώμης /πολιτών, παιδιών, εφήβων, εκπαιδευτικών επαγγελματιών υγείας και διάφορων κατηγοριών ευπαθών ομάδων πληθυσμού πολιτών για την αναγκαιότητα τακτικής τακτικής εθελοντικής μη αμειβόμενης προσφοράς αίματος και την εμπέδωση των αξιών που συμβάλλουν στην διαμόρφωσης συνείδησης του εθελοντή αιμοδότη.

- Επιμόρφωσης επαγγελματιών υγείας καθώς και άλλων στελεχών αρμόδιων υπηρεσιών στον δημόσιο και ιδιωτικό τομέα που απασχολούνται σε Κέντρα και Υπηρεσίες Αιμοδοσίας, Φορείς, Μονάδες Υγείας και Προγράμματα Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας και ιδιαίτερα στο πλαίσιο του ΠΕΔΥ, σε υπηρεσίες Δημόσιας Υγείας της Τοπικής και Περιφερειακής Αυτοδιοίκησης, καθώς και στις υπηρεσίες και τις σχολικές μονάδες Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης προκειμένου να ευαισθητοποιηθούν τα παιδιά και οι νέοι ώστε να αποκτήσουν συνείδηση προσφοράς ζωής μέσω της εθελοντικής αιμοδοσίας.

Οι εν λόγω δράσεις, προτείνεται να αναπτυχθούν με την συνεργασία τοπικών και περιφερειακών φορέων και υπηρεσιών Αιμοδοσίας και των κατά τόπους Ιατρικών Συλλόγων ή άλλων αρμόδιων επιστημονικών Φορέων, Συλλόγων Αιμοδοτών και Περιφερειακών Υπηρεσιών συναρμόδιων Υπουργείων κ.α., προκειμένου να επιμορφωθούν σε θέματα προστασίας της υγείας του Εθελοντή Αιμοδότη, της ενίσχυσης και αναγνώρισης του ρόλου του και της ευρύτερης ευαισθητοποίησης των πολιτών για την αναγκαιότητα τακτικής εθελοντικής μη αμειβόμενης προσφορά αίματος.

- Ανάπτυξης πρωτοβουλιών για διαμόρφωση καλών πρακτικών και δημοσιοποίηση ιστοριών από ανθρώπους των οποίων οι ζωές έχουν σωθεί μέσω της αιμοδοσίας, αναδεικνύοντας αυτήν ως έναν τρόπο ενθάρρυνσης των δωρητών αίματος και ενίσχυσης και αναγνώρισης του ρόλου τους.

Ειδικότερα, ενδεικτικά προτείνεται:

- Ανάρτηση αφισών και διανομή ενημερωτικού υλικού και εντύπων με οδηγίες, παροτρύνσεις και συμβουλές προς τους πολίτες αλλά και προς ειδικότερες ομάδες πληθυσμού, όπως γονείς, νέους, εκπαιδευτικούς, επαγγελματίες υγείας, κ.α.
- Ανάρτηση του ενημερωτικού υλικού σε ιστοσελίδες Φορέων, ώστε οι ενδιαφερόμενοι πολίτες να έχουν την δυνατότητα αναζήτησης συμβουλών σχετικά με θέματα αιμοδοσίας.
- Προβολή των μηνυμάτων και των στόχων της εκστρατείας για την Παγκόσμια Ημέρα Εθελοντή Αιμοδότη και ιδιαίτερα του θέματος **«Σας ευχαριστώ για τη διάσωση της ζωής μου» (Thank you for saving my life )**, και του συνθήματος **«Δώσε αίμα ελεύθερα και συχνά» (Give freely, give often. Blood donation matters)**, με στόχο την ευαισθητοποίηση και ενημέρωση του πληθυσμού, μέσω των δελτίων ειδήσεων και της διοργάνωσης ειδικών εκπομπών.

- Αξιοποίηση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, όπου τα συμμετέχοντα μέλη έχουν την δυνατότητα να συζητούν, να μοιράζονται εμπειρίες και φωτογραφίες/video, με στόχο τη διάχυση πληροφορίας σχετικά με την τακτική εθελοντική μη αμειβόμενη αιμοδοσία, τις προϋποθέσεις για να γίνει κάποιος αιμοδότης, τη διαδικασία αιμοληψίας και την ανάδειξη ιστοριών ανθρώπων των οποίων οι ζωές έχουν σωθεί μέσω της Εθελοντικής Αιμοδοσίας.

Στο πλαίσιο αυτό, προτείνεται η ανάπτυξη διαλόγου – κατάθεσης ερωτημάτων προς φορείς υγείας, ή άλλους αρμόδιους φορείς σχετικά με τους ανωτέρω θεματικούς άξονες.

**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, νοσηλευτές, 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:

- <http://www.who.int/worldblooddonoraday/en> (Παγκόσμια Ημέρα Εθελοντή Αιμοδότη)
- [www.moh.gov.gr/](http://www.moh.gov.gr/)
- [www.posea.gr](http://www.posea.gr) (Πανελλήνια Ομοσπονδία Συλλόγων Εθελοντών Αιμοδοτών)
- [www.ekea.gr](http://www.ekea.gr) (Εθνικό Κέντρο Αιμοδοσίας)
- [www.keelpno.gr](http://www.keelpno.gr) (Κέντρο Ελέγχου και Πρόληψης Νοσημάτων)

**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 2015.

Παράλληλα, προωθείται η εκτύπωση ενημερωτικού φυλλαδίου με θέμα « Τι πρέπει να γνωρίζει ο αιμοδότης» και αφίσας με θέμα « Εθελοντική Αιμοδοσία Ζωή και

Ελπίδα για τον συνάνθρωπό σου» όπως αυτά εγκρίθηκαν από το Εθνικό Κέντρο Αιμοδοσίας (Ε.ΚΕ.Α) προκειμένου να διανεμηθούν στα τμήματα αιμοδοσίας των Νοσοκομείων της χώρας.

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.

Η Δ/ση Ηλεκτρονικής Διακυβέρνησης, παρακαλείται να αναρτήσει στην ιστοσελίδα του Υπουργείου, την παρούσα εγκύκλιο.

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 [rfy@moh.gov.gr](mailto:rfy@moh.gov.gr)).

Συνημμένα: Σελ. τέσσερις (4)

**Ο ΓΕΝΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ  
ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ**

**ΙΩΑΝΝΗΣ ΜΠΑΣΚΟΖΟΣ**

**ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΠΟΔΕΚΤΩΝ ΓΙΑ ΕΝΕΡΓΕΙΑ ( με τα συνημμένα)**

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/σεις 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 & ΝΠΙΔΔ
  - γ) Εθνικό Κέντρο Επιχειρήσεων Υγείας, Γραφ. κ. Διοικητή
  - δ) Ε.Κ.Α.Β., Γραφ. κ. Προέδρου – Τέρμα Οδού Υγείας , 11527 Αθήνα
  - ε) Ε.Ο.Π.Υ.Υ., Αποστόλου 12, Γραφ. κ. Προέδρου, 15123 Μαρούσι Αττικής

- στ) Ινστιτούτο Υγείας του Παιδιού, Παπαδιαμαντοπούλου και Θηβών 1, τ.κ. 11527, Αθήνα
- ζ) ΣΕΥΥΠ Γραφ. κ. Γεν. Επιθεωρητή
- η) Ο.Κ.Α.Ν.Α. Γραφ. κ. Προέδρου, Αβέρωφ 21, 10433 Αθήνα
- θ) ΚΕΕΛΠΝΟ, Γραφ. κ. Προέδρου, Αγράφων 3-5, 15123 Μαρούσι Αττικής
- ι) Εθνικό Κέντρο Αιμοδοσίας, Ολυμπιονίκη Χρ. Μάντικα 7 θέση Λεκάνες 13678 Αχαρνές – Αθήνα
- ι) Γραφ. Τύπου και Δημοσίων Σχέσεων
- ια) Δ/ση Ηλεκτρονικής Διακυβέρνησης
6. ΕΣΔΥ Γραφ. κ. Κοσμήτορος, Λ. Αλεξάνδρας 196, τ.κ. 11521, Αθήνα
  7. Όλα τα ΑΕΙ και ΤΕΙ της Χώρας (για ενημέρωση Σχολών και Τμημάτων)
  8. Γ.Ε.Σ. Δ/ση Υγειονομικού
  9. Γ.Ε.Α. Δ/ση Υγειονομικού
  10. Γ.Ε.Ν. Δ/ση 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. 10678 Αθήνα
  14. Εθνικό Διαδημοτικό Δίκτυο Υγιών Πόλεων – Προαγωγής Υγείας, Παλαιολόγου 9 15124, Μαρούσι Αττικής
  15. Πανελλήνιος Φαρμακευτικός Σύλλογος, Πειραιώς 134, 11854 Αθήνα (ενημέρωση Μελών )
  16. Πανελλήνιος Ιατρικός Σύλλογος Πλουτάρχου 3, και Υψηλάντους, 19675, Αθήνα (ενημέρωση Μελών)
  17. Ιατρική Εταιρεία Αθηνών, Μαιάνδρου 23 τ.κ.11525 Αθήνα (Ενημέρωση Επιστημονικών Εταιρειών)
  18. Διαρκής Ιερά Σύνοδος Εκκλησίας της Ελλάδος, Ι. Γενναδίου 14, 11521 Αθήνα (για ενημέρωση Ι.Μ.)
  19. Ένωση Νοσηλευτών Ελλάδας, Βας. Σοφίας 47, τ.κ. 10676, Αθήνα (ενημέρωση Μελών)
  20. Σύλλογος Επιστημόνων Μαιών –των, Αρ. Παππά 2, τ.κ. 11521, Αθήνα, (ενημέρωση Μελών)
  21. Πανελλήνιος Σύλλογος Επισκεπτών –τριών, Παπαρηγοπούλου 15, τ.κ. 10561, Αθήνα (ενημέρωση Μελών )
  22. Σύλλογος Εποπτών Δημόσιας Υγείας, Γλάδστωνος 10, τ.κ.10667, Αθήνα (ενημέρωση Μελών )

23. Συνήγορος του Πολίτη, Χαλκοκονδύλη 17 , τ.κ.10432 , Αθήνα
24. Ε.Ε.Σ. Λυκαβηττού 1, 10672 Αθήνα
25. Ι.Κ.Α. Τμήμα Προληπτικής Ιατρικής, Αγίου Κωνσταντίνου 8, 10241 Αθήνα
26. Γενική Γραμματεία Μέσων Ενημέρωσης – Γενική Γραμματεία Ενημέρωσης και Επικοινωνίας :
- α) Για λογαριασμό Δημόσιας Τηλεόρασης β) Για λογαριασμό Δημόσιας Ραδιοφωνίας Αλεξάνδρου Πάντου και Φραγκούδη 11, 10163 Αθήνα (δύο (2) αντίγραφα του εγγράφου).
32. MEGA CHANNEL, Λεωφ. Μεσογείων 117 και Ρούσου 4 ,11525 Αθήνα
33. ANTENNA, Κηφισίας 10-12, 15125 Μαρούσι Αττικής
34. ALPHA TV, 40<sup>ο</sup> χλμ Αττικής Οδού (Σ.Ε.Α. Μεσογείων , Κτίριο 6) Κάντζα Αττικής
35. STAR CHANNEL, Βιλτανιώτη 36, 14564 Κάτω Κηφισιά Αττικής
36. ΑΘΗΝΑ 9,83 FM, Πειραιώς 100, 11854 Αθήνα
37. ANTENNA 97,2 FM, Κηφισίας 10-123 15125 Μαρούσι Αττικής
38. SKAI 100,3 FM, Φαληρέως 2 και Εθνάρχου Μακαρίου, 18547 Ν. Φάληρο Αττικής.
39. ΕΣΗΕΑ Ακαδημίας 20, 10671, Αθήνα

#### **ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΔΙΑΝΟΜΗ**

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



### 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 εκεμύθεια
- ✓ 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)



Ε.ΚΕ.Α.  
ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑΣ

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

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



Ε.ΚΕ.Α.  
ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑΣ

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 άτομα 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 εκεμύθεια

### Διαδικασία αιμοληψίας

- ✓ Κάβεται 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 καπνίζεις για τουλάχιστον 2 ώρες
- ✓ Να μην καταναλώνεις αλκοόλ και να μην εκτεθείς σε υψηλές θερμοκρασίες
- ✓ Να μη σηκώνεις μεγάλο βάρος με το χέρι που έδωσες αίμα
- ✓ Να αποφεύγεις την πολύωρη ορθοστασία 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



Αισιόδοξα, Αισιόδοξα, Αισιόδοξα



**Π.Ο.Σ.Ε.Α**



**ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ**  
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

# THANK YOU FOR SAVING MY LIFE

 **World Blood Donor Day**  
Give freely, give often. Blood donation matters. 14 JUNE 2015

