

## اليوم العالمي للمتبرعين بالدم.. تبرع بالدم الآمن قد تحتاجه يوماً ما!



ط ب

## اليوم العالمي للمتبرعين بالدم.. تبرع بالدم الآمن قد تحتاجه يوماً



[www.nasainarabic.net](http://www.nasainarabic.net)

@NasalnArabic NasalnArabic NasalnArabic NasalnArabic NasalnArabic



يملك كل فرد منا بمعدل طبيعي ما يعادل 5 ليتر من سائل أحمر حيوي يسري في أجسادنا ويمدنا بالحياة، ألا وهو الدم.

يتألف الدم من عدد من الخلايا والبروتينات التي تجعله أكثف من الماء النقي، كما يحتوي على غاز الأكسجين والمغذيات الضرورية لعمل أعضاء الجسم، بالإضافة للخلايا المناعية التي تحارب العدوى والإنذابات التي يُصاب بها الجسم.

ينقسم الدم لعدة زُمر، تختلف من فرد إلى آخر، وهي (A و B و AB و O)، بالإضافة لعامل الريسوس RH، وهو أحد البروتينات الموجودة على سطح الكريات الحمراء الدموية، والذي قد لا يوجد لدى بعض الأفراد، من يدعون بسليبي الريسوس، كل تلك الزمر والعوامل مهمة جداً أثناء عمليات نقل الدم الآمن من فرد إلى آخر لأنها قد تتسبب بوفاته في حال عدم تطابق الزمر.

لدى تعرض أحدنا لحادث أليم، فإن أول ما يتبادر لأذهاننا هو كمية الدم التي فقدها والأعضاء التي تضررت جراء ذلك وجراء الحادث نفسه، إذ يُعتبر نقص إيراد الدم لأحد أعضاء الجسم خطيراً جداً، وقد يسبب تلف العضو أو مشاكل مستديمة، ونخص بالذكر الأعضاء المهمة كالدماع.

تبرز هنا أهمية عملية النقل الدموي والتي تساهم في إنقاذ حياة الآخرين، وذلك عبر ثلاثة أنواع من العمليات التبرعية:

- نقل الكريات الحمراء.

- نقل البلازما الدموية.

- نقل الصفائح الدموية.

لا توجد مخاطر تُذكر خلال عملية التبرع بالدم، فهي إجراء آمن طالما توافرت الأدوات اللازمة المعقمة الخاصة بكل متبرع، إذ يستطيع الفرد البالغ الطبيعي الذي يتمتع بصحة جيدة التبرع بمقدار نصف ليتر من الدم دون الإضرار بصحته، وتُعوض السوائل المفقودة خلال

### - مؤهلات التبرع:

- أن يتخطى عمر المتبرع سن 17 عاماً.

- الحد الأدنى لوزن المتبرع هو 50 كغ.

- لا يعاني من أي أمراض مزمنة أو عدوى أو إلتان ويتخطى جميع الفحوص الحيوية.

- هل حققت كل تلك الشروط؟ مذهل!

إذا كيف تهيئ نفسك لعملية التبرع؟

- احصل على قسط كافٍ من النوم والراحة والغذاء في اليوم السابق للتبرع.

- توقف عن تعاطي بعض الأدوية التي تعيق عملية التبرع وذلك بعد استشارة طبيبك الخاص، فمثلاً لا يمكنك التبرع بصفيحاتك الدموية طالما أنك تتعاطى الأسبرين، بل عليك إيقافه بموجب استشارة طبية من طبيبك الخاص قبل يومين من التبرع.

### - من الممنوعون من التبرع بالدم؟

- كل من يتعاطى حقناً دوائية، مثل حقن الستيروئيدات وغيرها من الأدوية خلال الأشهر الثلاثة السابقة للتبرع.

- الرجال الذين أقاموا علاقات جنسية غير آمنة مع رجال آخرين خلال الأشهر الثلاثة السابقة للتبرع.

- أي فرد يعاني من نقص في عامل التخثر الخلقي.

- المصابون بداء نقص المناعة المكتسب (الأيدز).

- كل من يمتن الدعارة كوسيلة للعيش أو يتعاطى المخدرات خلال الأشهر الثلاثة السابقة للتبرع.

- كل فرد كان على علاقة خاصة مع فرد آخر مصاب بعدوى التهاب الكبد الفيروسيّة خلال 12 شهر سابق لعملية التبرع.

- الأفراد الذين لديهم عدوى طفيلية دموية سابقة وتدعى بداء اليباسيات - وهو مرض يصيب خلايا الدم الحمراء بسبب حشرة

القراد - أو المصابون بعدوى انتانية طفيلية سابقة بداء شاغاس.

- كل فرد مصاب بداء الصدفية ويتعالج بدواء (etretinate (Tegison) - إيتريتينيبت الممنوع من قبل إدارة الغذاء والدواء الأمريكية.

- كل فرد مُشخَّص أو مُؤهَّب للإصابة لاحقاً بمرض كروتزفيلد جاكوب - **degenerative brain disorder Creutzfeldt-Jakob disease** وهو أحد الاعتلالات الدماغية.

لذا، وفي اليوم الرابع عشر من كل سنة من شهر حزيران يحتفل العالم باليوم العالمي للنقل الآمن للدم، وذلك لزيادة الوعي حيال هذه العملية البسيطة التي تساهم بشكل كبير في إنقاذ حياة الكثير من الناس، والتأكيد على الحاجة الدائمة لتوفر دم سليم جاهز للنقل في أي وقت، وأهمية توافر الأدوات العقيمة اللازمة لهذه العملية في كل المراكز الصحية والمستشفيات، ووضع الأنظمة والسياسات التي تعمل على زيادة عدد المتبرعين السليمين المجانيين.

وفي ظل وباء كوفيد-19، لم تظهر حتى الآن أي عدوى بالفيروس من خلال عمليات التبرع بالدم، ومع ذلك توصي إدارة الغذاء والدواء الأمريكية الأفراد بعدم التبرع بالدم إلا بعد انقضاء 14 يوماً على التشخيص الإيجابي للاعرضي أو بعد 14 يوم من اختفاء الأعراض نهائياً، أما الأفراد الذين لديهم أجسام مضادة للفيروس ولم تظهر عليهم الأعراض مطلقاً فهم قادرون على التبرع مباشرة بدمهم.

بالنسبة للأفراد الملقحين، فهم قادرون على التبرع مباشرة أيضاً؛ ونستثني منهم الأفراد الملقحين بفيروس كورونا الحي المضعف، إذ يتوجب عليهم الانتظار مدة 14 يوماً قبل التبرع.

مع الأهمية الكبيرة لعملية التبرع بالدم، اعتمدت منظمة الصحة العالمية شعاراً جديداً خاصاً بذلك لسنة 2021 بعنوان: "تبرع بدمك وحافظ على نبض العالم"، شعار رائع لتشجيع المزيد من المتبرعين اليافاعين ورفع مستوى وعيهم بفوائد عملية التبرع بالدم، فلم لا نجعل من هذا الشعار منهجاً نسير عليه في سبيل الحفاظ على حياتنا وحياة الأفراد من حولنا؟!

• التاريخ: 2021-06-14

• التصنيف: طب

#كريات الدم الحمراء #التبرع بالدم #فصائل الدم #البلازما الدموية



### المصادر

- [nationaldaycalendar.com](http://nationaldaycalendar.com)
- [who.int](http://who.int)
- [mayoclinic.org](http://mayoclinic.org)
- [webmd.com](http://webmd.com)

### المساهمون

- إعداد
  - إيمان صابوني
- مراجعة
  - فاتن حيدر
- تحرير
  - رَأفت فياض
- تصميم
  - احمد صلاح
- نشر
  - احمد صلاح