

## لا يوجد أي سبب يدعو للخوف من التبرع بالدم

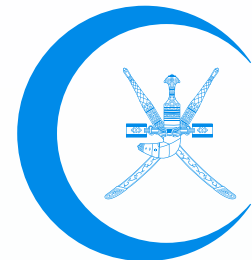
يستطيع الشخص البالغ الذي يتمتع بصحة جيدة أن يتبرع بدمه دون أي مخاوف أو أخطار على صحته حيث أن كمية الدم التي يتبرع بها المتبرع بالدم كمية قليلة جدا.

450ML

للتبرع بالدم شروط صحية لا بد من توفرها في المتبرع بالدم، وهنالك حالات يتم فيها تأجيل التبرع بالدم مؤقتا، وأخرى تمنع من التبرع بالدم حفاظا على صحة المتبرع ومتلقي الدم.

يتم فحص المتبرع بالدم قبل تبرعه للتأكد من إمكانية تبرعه.

التبرع بالدم له العديد من الفوائد الصحية للمتبرع بالدم منها تنشيط الدورة الدموية وتحفيز خلايا نخاع العظم لتجديد نشاطها وزيادة فعاليتها.



# التبرع بالدم

450ML

سحب كمية من دم المتبرع تقدر بـ ٤٥٠ مليلتر

30  
MIN

تستغرق عملية التبرع بالدم بكل خطواته  
حوالي ٣٠ دقيقة

-24-

تعويض سائل الدم خلال ٢٤ ساعة  
تعويض خلايا الدم خلال ٤ - ٨ أسابيع

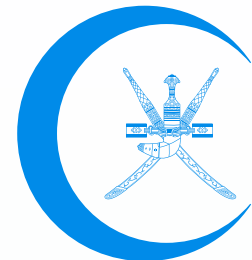
3

بالإمكان التبرع بالدم مرة كل ٣ شهور



وحدة دم واحدة قد تنقذ حياة ٣ مرضى





# شروط التبرع بالدم

01

العمر

من ١٨ إلى ٦٥ عاما



02

الوزن

لا يقل عن ٥٠ كجم



03

نسبة الهيموجلوبين

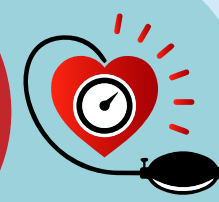
أن تكون في المعدل الطبيعي



04

ضغط الدم

أن يكون في المعدل الطبيعي



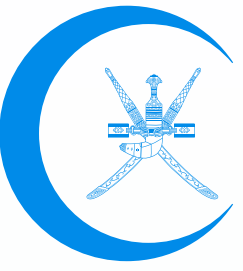
05

استمارة التبرع بالدم

الإجابة بصدق وشفافية على أسئلة  
استمارة التبرع بالدم



\* مع عدم وجود أي مانع من موانع التبرع بالدم



# خطوات التبرع بالدم

٣٠ دقيقة من وقتك قد تنقذ حياة

## استمارة التبرع بالدم



تحتوي الاستمارة على استبيان مدى اللياقة الصحية للتبرع بالدم وبيانات المتبرع بالدم الشخصية

## فحص الهيموجلوبين



• للرجال تكون من ( ١٣ - ١٨ ).  
• للنساء فتكون من ( ١٢ - ١٧ )

## التبرع بالدم



تبدأ عملية سحب الدم من المتبرع بالدم وتستغرق من ٥ إلى ١٥ دقيقة.

## استراحة بسيطة



ينتقل المتبرع إلى منطقة الاستراحة ويبقى بها لفترة لا تقل عن ١٠ دقائق أخرى حيث يجلس لتناول المرطبات والبسكويت

## ٩٠ يوماً



بالإمكان التبرع بالدم مرة أخرى بعد مرور ٩٠ يوماً (٣ شهور)

1

2

3

4

5

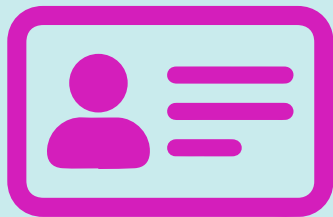
6

7

8

9

## الرقم المدني



يشترط إبراز البطاقة الشخصية أو بطاقة مقيم لجهة التبرع وإضافة الرقم المدني وتاريخ الانتهاء

## فحص ضغط الدم



يجب أن يكون ضغط الدم للمتبرع في المعدل الطبيعي.

## ٤٥٠ مليلتر

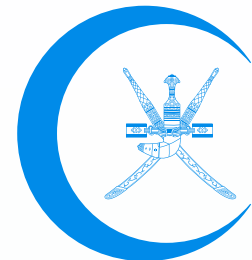


تجمع كمية من دم المتبرع تقدر بحوالي ٤٥٠ مليلتر.

## بطاقة التبرع بالدم



يُمنح المتبرع بطاقة التبرع بالدم والتي تحوي تفاصيل عن المتبرع وفصيلة دمه وعدد مرات تبرعه (بعد عدة أيام)

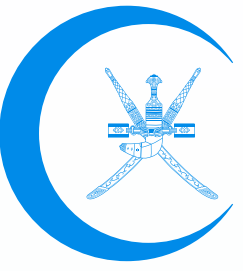


# الحالات التي تمنع من التبرع بالدم مؤقتاً

لضمان سلامة المرضى ومتلقي الدم فإن هنالك حالات تمنع من التبرع بالدم مؤقتاً



\* بالإضافة لحالات أخرى

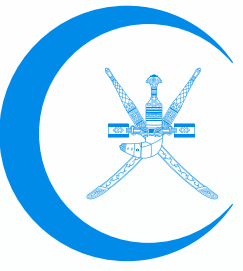


# الحالات التي تمنع من التبرع بالدم بشكل دائم

لضمان سلامة المرضى ومتلقي الدم فإن هنالك حالات تمنع من التبرع بالدم



\* بالإضافة لحالات أخرى



# الحالات التي يجب إبلاغ الطبيب عنها قبل التبرع بالدم

تعاطي أي نوع من الأدوية عن طريق  
الفم أو الوريد خلال أسبوع قبل التبرع.

الخضوع لأي عملية جراحية  
خلال أقل من ٦ أشهر.

الجهات التي سافرت  
لها مؤخراً.

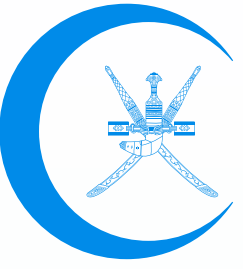
المعاناة من الأمراض المزمنة  
كالضغط والسكري والحساسية

الحصول على تطعيم أو لقاح.

أي مشاكل صحية أخرى.

## المقابلة الطبية





## قبل تبرعك بالدم احرص على أنك :

لا تعاني أي أعراض مرضية.



حصلت على قسط وافر من الراحة ( ليلة نوم كاملة).



تناولت وجبة صحية كافية (تجنب الأطعمة الدهنية).



شربت كمية كافية من الماء ( ٥٠٠ مل قبل التبرع بالدم بنصف ساعة)



تحمل معك البطاقة الشخصية / بطاقة المقيم.



ترتدي ملابساً بأكمام يمكن طيها (تجنب الملابس الضيقة).



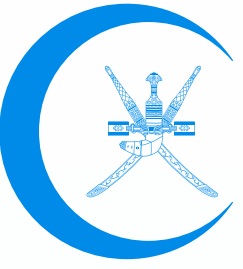
ستجيب عن أسئلة استمارة التبرع بالدم بصدق وشفافية.



ستفصح للطبيب عن تاريخك الطبي لحماية المريض الذي يتلقى الدم.



بعد إنهاء تبرعك بالدم نرجو منكم البقاء في سرير التبرع لمدة ٥ دقائق،  
وعدم التعجل بمغادرة السرير.



## بعد تبرعك بالدم احرص على :

البقاء في سرير التبرع لمدة ٥ دقائق على الأقل.



أخذ قسط من الراحة بالجلوس لمدة ١٠ دقائق على الأقل.



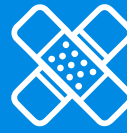
شرب الماء أو العصير في أثناء وقت الاستراحة.



الإكثار من شرب السوائل خلال الساعات التالية للتبرع.



إبقاء الضمادة على الذراع لمدة ٦ ساعات.



تجنب التعرض لأشعة الشمس أو الحرارة المباشرة أو الوقوف لفترات طويلة.



تجنب استعمال الذراع التي تم سحب الدم منها في حمل الأشياء الثقيلة لمدة ١٢ ساعة.



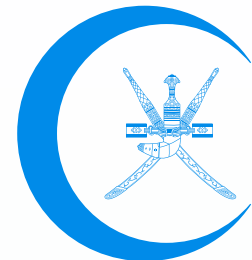
تجنب المجهود البدني الشاق والتمارين الرياضية العنيفة لمدة ٢٤ ساعة.



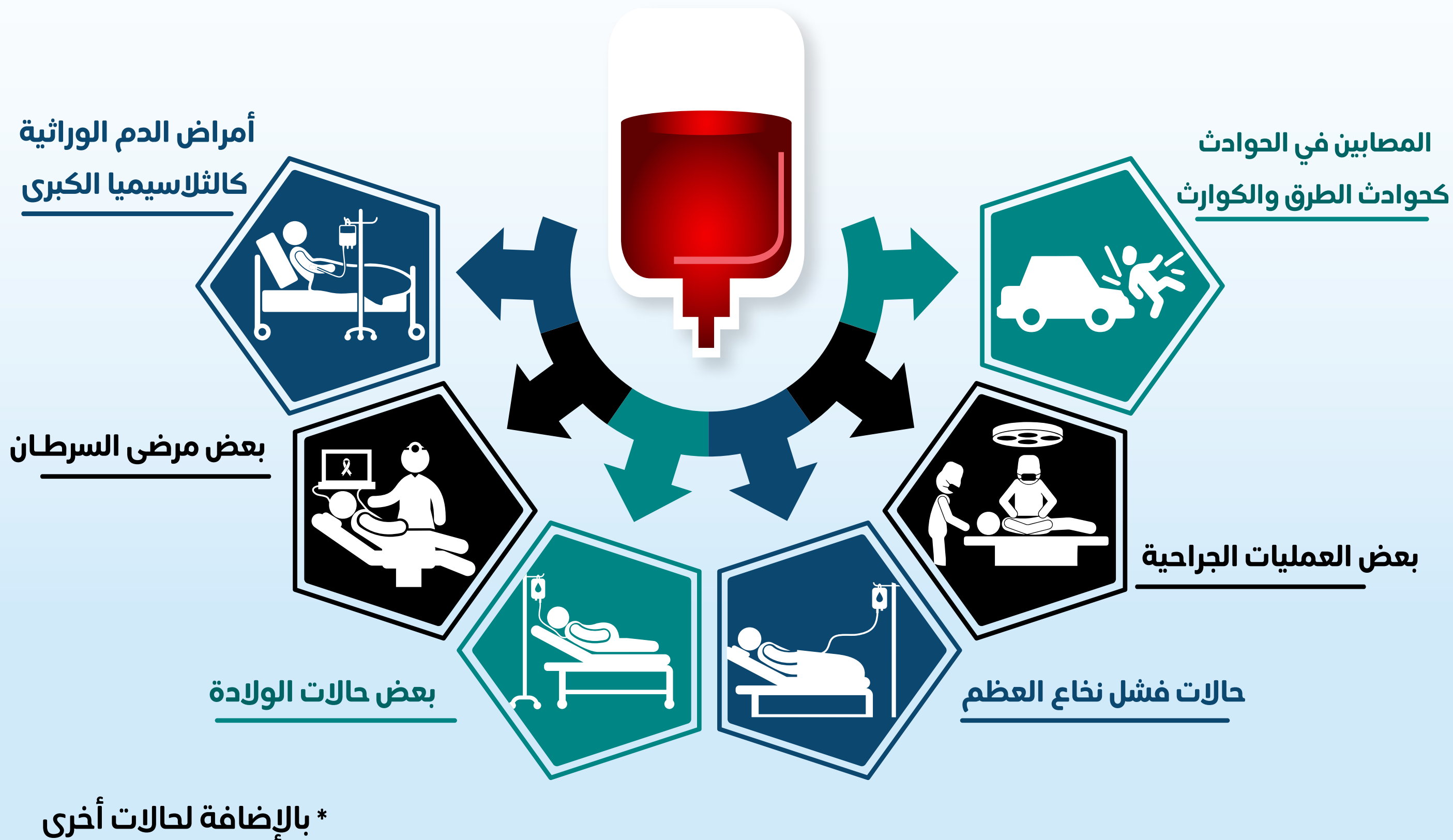
تجنب التدخين لمدة ساعتين.



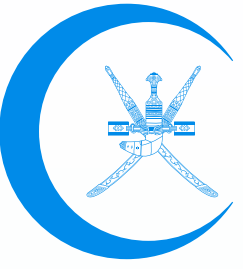
ننصح المتبرعين بالدم باتباع نظام غذائي يحتوي على الأطعمة الغنية بالحديد.



## الحالات التي تحتاج لنقل الدم



بعض الحالات المرضية تحتاج إلى تكرار عملية نقل الدم طوال فترة حياتها،  
وهناك حالات إلى توفير كميات كبيرة من وحدات الدم ومكوناته.



## هل بإمكان مرضى ضغط الدم التبرع بالدم؟

### يمكنه التبرع بالدم

- 1 أن يكون منتظما على العلاج
- 2 أن تكون قراءات الضغط منتظمة
- 3 لم تتغير جرعات العلاج خلال ٤ أسابيع

### يمنع من التبرع بالدم مؤقتا

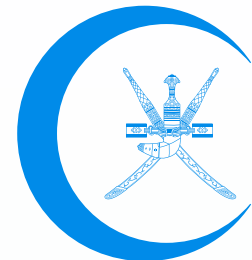
- 1 إذا كان إرتفاع الضغط تم تشخيصه قريبا
- 2 التغير جرعة أو نوع العلاج خلال ٤ أسابيع
- 3 البدء في العلاج لأول مرة منذ ٤ أسابيع

### يمنع من التبرع بالدم

إذا كان هنالك أي مضاعفات صحية سببها ارتفاع الضغط.



\* المقابلة الطبية تحدد إمكانية التبرع بالدم.



## هل بإمكان مرضى السكري التبرع بالدم؟



### يمكنه التبرع بالدم

إذا كان من السكري من النوع الثاني الذي يتم علاجه بواسطة الأدوية للمساعدة (الأقراص)

1

أن يكون منتظماً على العلاج

2

لم تتغير جرعات العلاج خلال الشهرين الماضيين

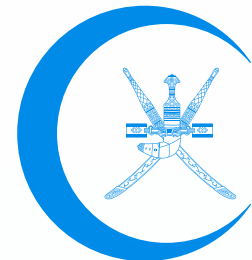
3

لا توجد عنده أي مضاعفات صحية بسبب السكري

### يمنع من التبرع بالدم

- إذا كان السكري من النوع الأول الذي يتم علاجه بواسطة إبر الأنسولين.  
- إذا كان السكري من النوع الثاني غير المنضبط.

\* المقابلة الطبية تحدد إمكانية التبرع بالدم.



## هل بإمكان المصاب بالربو التبرع بالدم؟

### يمكنه التبرع بالدم

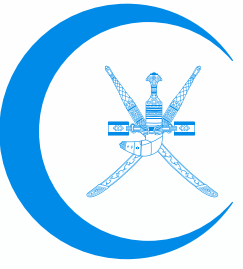
إذا كانت حالة المتبرع مستقرة حتى مع استخدام البخاخات

### يمنع من التبرع بالدم

إذا كان المتبرع يعاني من نوبات الربو الشديدة أو كانت نوبة الربو تتكرر معه بصفة يومية أو كان يتعالج بأكثر من نوع من الأدوية خاصة الكورتيزون والمضادات الحيوية لعلاج التهاب الجهاز التنفسي.



\* المقابلة الطبية تحدد إمكانية التبرع بالدم.



## هل بإمكان المصاب بالأنيميا الفولية التبرع بالدم؟

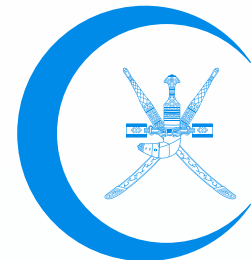
الأنيميا الفولية أو نقص الخميرة هو أحد أمراض الدم الوراثية والتي تصيب كريات الدم الحمراء نتيجةً لنقص في نوع معين من الإنزيمات.

### يمكنه التبرع بالدم

يستطيع الشخص المصاب بالأنيميا الفولية التبرع بالدم بشرط أن تكون نسبة الهيموجلوبين في المستوى المطلوب للتبرع كما ينبغي التأكد بأنه لم يعاني من انحلال الدم سابقاً.



\* المقابلة الطبية تحدد إمكانية التبرع بالدم.



# هل بإمكان المصاب بالأنيميا المنجلية التبرع بالدم؟

## يمكنه التبرع بالدم

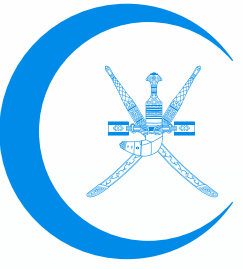
إذا كان حاملا للأنيميا المنجلية بشرط أن تكون نسبة الهيموجلوبين في المستوى المطلوب للتبرع

## يمنع من التبرع بالدم

إذا كان مريضا بالأنيميا المنجلية



\* المقابلة الطبية تحدد إمكانية التبرع بالدم.



## هل بإمكان المصاب بالتهاب الكبد التبرع بالدم؟

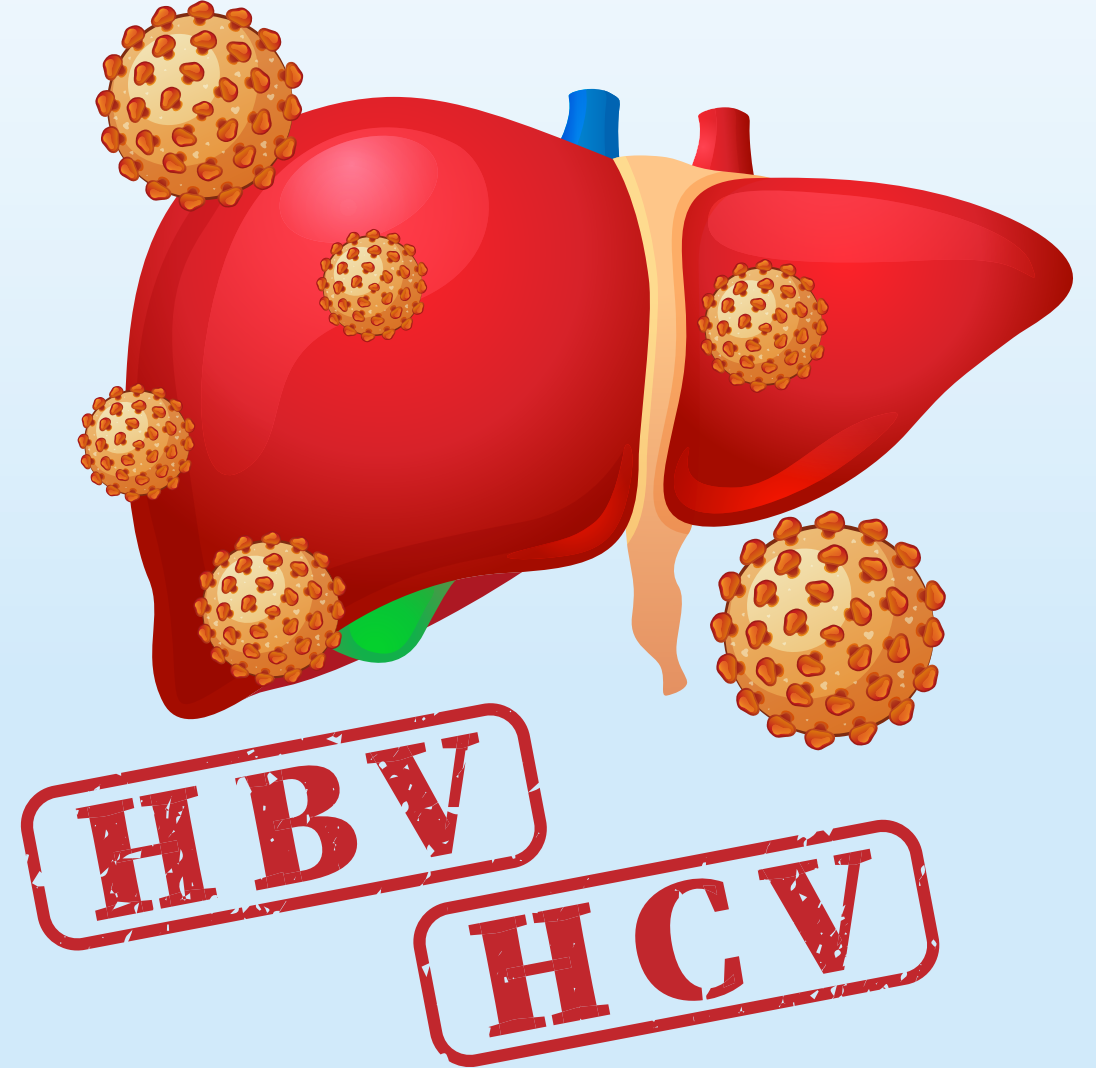
إلتهاب الكبد (أبو صفار) هو التهاب فيروسي يصيب الكبد، ويعتبر أكثر الأمراض المعدية انتشاراً في العالم، وتسببه عدة أنواع من الفيروسات، وتتشابه أنواعه في كثير من الأعراض والعلامات السريرية.

### يمنع من التبرع بالدم

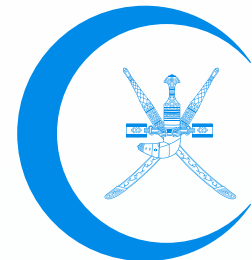
المصاب أو حامل فيروس التهاب الكبد  
الوبائي بي وسي.

### يمكن التبرع بالدم

للمتعافي من فيروس التهاب الكبد الوبائي A  
وذلك بعد مرور ١٢ شهراً من التعافي.



المقابلة الطبية تحدد إمكانية التبرع بالدم وهناك حالات  
قد يُسمح لها التبرع بالدم مجدداً بعد منعها سابقاً.



## هل بالإمكان التبرع بالدم بعد العودة من السفر؟

يتم منع المسافرين من التبرع بالدم مؤقتاً بهدف منع انتشار الأمراض المعدية التي تنتشر في بعض الدول، ويتم تحديث قوائم المناطق الموبوءة بالأمراض وفقاً لتقارير منظمة الصحة العالمية.

### يمكنه التبرع بالدم

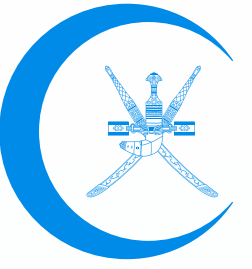
يمكنه التبرع بالدم بعد ٢٤ ساعة من عودته من السفر، ويشترط أن لا يكون قد عانى من أي مشاكل صحية خلال فترة السفر أو بعد عودته.

### يمنع من التبرع بالدم مؤقتاً

يمنع من التبرع بالدم لمدة أربعة شهور بعد عودته من السفر للدول الموبوءة بالمalaria.



\* المقابلة الطبية تحدد إمكانية التبرع بالدم.



## هل بإمكان من أجريت له عملية جراحية التبرع بالدم؟

### يمكنه التبرع بالدم

إذا كانت عملية جراحية بسيطة، فإنه يمكنه التبرع بالدم بعد اكتمال العلاج واستئناف النشاط الطبيعي.

### يمنع من التبرع بالدم مؤقتاً

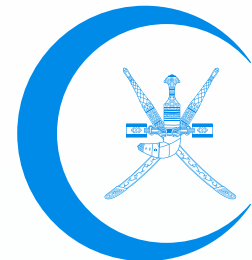
إذا تم نقل الدم إليه فإنه يتم يمنع من التبرع بالدم لمدة عام بعد اجراء الجراحة.

### يمنع من التبرع بالدم

إذا كانت العملية الجراحية من العمليات الكبرى مثل عمليات القلب المفتوح ونقل وزراعة الاعضاء فإنه يمنع من التبرع بالدم.



\* المقابلة الطبية تحدد إمكانية التبرع بالدم.



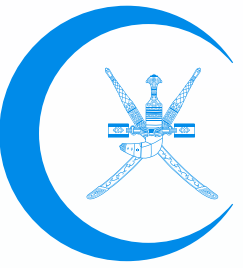
## هل بإمكان من يعاني من الكولسترول التبرع بالدم؟



### يمكنه التبرع بالدم

- 1 أن يكون منتظما على العلاج
- 2 أن تكون قراءات الضغط منتظمة
- 3 لا يعاني من اي مضاعفات أخرى

\* المقابلة الطبية تحدد إمكانية التبرع بالدم.



هل بإمكان من عمل الحجامة / الوشم / العلاج بالإبر الصينية التبرع بالدم؟



## يمكنه التبرع بالدم

يمكن التبرع بالدم بعد مرور ٤ شهور من عمل  
الحجامة / الوشم / العلاج بالإبر الصينية

\* المقابلة الطبية تحدد إمكانية التبرع بالدم.