

5 خرافات بخصوص التبرع بالدم

بدايةً، لماذا يجب أن أفكر في التبرع بالدم؟

تضمن عملية التبرع المنتظم بالدم توفير كميات مناسبة من الدم لأفراد المجتمع عند الحاجة إليها في الحالات الطارئة كالحوادث المرورية ونحوها. وليس هناك أي بديل للدم، كما أن مدة صلاحيته قصيرة.



سيجعلني التبرع بالدم ضعيفاً

خرافة! لا يؤدي التبرع بالدم إلى أي شعور بالضعف، كما أنه لا يتسبب في أي مشاكل صحية على المدى البعيد. ويرجع السبب في ذلك إلى أن الدم الذي تتبرع به يتجدد في الجسم خلال فترة زمنية قصيرة، وليس لهذه العملية أي آثار سلبية تذكر على صحتك العامة.

1

التبرع بالدم عملية مؤلمة

خرافة! في الحالات العادية، ليست هناك أي آلام مرتبطة بعملية التبرع بالدم. قد تشعر بلدغة خفيفة أو وخز عند إدخال الإبرة، لكن ليس من الوارد أن تشعر بعدم الارتياح أثناء التبرع إلا بدرجة طفيفة. وعادة ما يكون هذا الإجراء سهلاً بالنسبة لغالبية المتبرعين.

2

هناك حاجة للتبرع بفصائل دم معينة فقط

خرافة! جميع فصائل الدم مطلوبة للتبرع. وعلى الرغم من أنه قد يكون هناك نقص عرضي في فصائل دم معينة أثناء حالات الطوارئ، إلا أن التبرع بصورة منتظمة يعد ضرورياً للحفاظ على وجود إمدادات كافية من جميع الفصائل لاستخدامها في الحالات والإجراءات الطبية المختلفة.

3

لا يمكنني التبرع بالدم إذا كان لديّ ثقب حلق أو وشم في جسمي

خرافة! في بعض البلدان، لا يؤدي الوشم أو إحداث ثقوب في الجسم إلى حرمانك تلقائياً من التبرع بالدم (شريطة إجراء الوشم أو الثقب في منشأة مرخصة ومعقمة، واستيفاء المتبرع لمعايير الأهلية الأخرى). ويمكنك التبرع بالدم بعد مرور فترة زمنية محددة، ولكن عليك استشارة الجهة المحلية المعنية بتقديم الخدمات المتعلقة بالدم.

4

لا يمكنني التبرع بالدم أثناء الدورة الشهرية

خرافة! عليك استشارة الجهة المحلية المعنية بتقديم الخدمات المتعلقة بالدم، حيث إن كل بلد يختلف عن غيره. ومع ذلك، فإن منظمة الصحة العالمية تنص على أنه بإمكان الإناث التبرع بالدم أثناء فترة الدورة الشهرية، شريطة أن تكون صحتهم جيدة وأن يتوفر لديهن الحد الأدنى من مستوى الهيموغلوبين في الدم.

5

هل تراودك أفكار أخرى تجعلك متردداً في التبرع بالدم؟ نشجعك على مناقشة هذه الأفكار مع الفريق المحلي المعني بضم المتبرعين بالدم!

