

وزارة الصحة والسكان
خدمات نقل الدم القومية



دليل نحو دم آمن

(مهارة... معلومة)

٢٠٠٢

In July 2011, FHI became FHI 360.



FHI 360 is a nonprofit human development organization dedicated to improving lives in lasting ways by advancing integrated, locally driven solutions. Our staff includes experts in health, education, nutrition, environment, economic development, civil society, gender, youth, research and technology – creating a unique mix of capabilities to address today's interrelated development challenges. FHI 360 serves more than 60 countries, all 50 U.S. states and all U.S. territories.

Visit us at www.fhi360.org.

وزارة الصحة والسكان
خدمات نقل الدم القومية

دليل

نحو دم آمن

(مهارة .. معلومة)

٢٠٠٢

إعداد :

مركز خدمات التنمية

٤ شارع أحمد باشا - مبنى سيتي بنك، جاردن سيتي، القاهرة

جمهورية مصر العربية

تليفون: ٧٩٥٧٥٥٨ - ٢٠٢ + فاكس: ٧٩٤٧٢٧٨ - ٢٠٢ +

طبعة أولى ٢٠٠٢

رقم الإيداع: ٢٠٠٢ / ٣٥٩٧

حقوق الطبع محفوظة

مقدمة

إن توفير الدم الآمن لكل مريض هو الهدف الأسمى الذي تسعى إليه خدمات نقل الدم القومية .

وأولى خطوات تحقيق ذلك الهدف هي خلق قاعدة من المتبرعين الطوعيين المنتظمين يتم الإعتماد عليها في توفير الاحتياجات المطلوبة من الدم الآمن وفي القضاء نهائياً على احتراف بيع الدم .

ولتحقيق ذلك الهدف كان لابد من تدريب العاملين ببنوك الدم على مهارات الإتصال ووسائل تحفيز المواطنين على قيمة التبرع بالدم .

فجاء إعداد هذا الدليل ضرورة في هذا المجال مع توفير التدريب العملي اللازم لمختلف فئات العاملين في مجال نقل الدم . وقد قامت الهيئة الدولية لصحة الأسرة (FHI) بمشاركة كبيرة في هذا المجال سواء في التدريب أو في أنشطة تحفيز المتبرعين، وإعداد وإخراج ذلك الدليل بالشكل الذي يحقق الهدف منه وذلك بالدعم الكبير من هيئة المعونة الأمريكية (USAID) .

ونتمنى أن يكون هذا الدليل عوناً صادقاً للعاملين بخدمات نقل الدم لتحقيق الهدف القومي وهو « دم آمن لكل مريض » .

الفهرس

صفحة

١	الإتصال الفعّال
٣	أ - مهارات الإتصال الفعّال
٥	- دائرة الإتصال الفعّال
١٨	- دائرة الخوف والتوتر
٢١	- العمل فى فريق
٢٤	- المشورة
٢٦	- الإقناع
٣٠	- الحفاظ على الخصوصية والسرية
٣٣	ب - أنواع المتبرعين
٣٥	- أنواع المتبرعين
٤٢	- مهارات التعامل مع الأنماط البشرية المختلفة
٤٥	الرسالة (الحدوتة)
٥١	أسئلة واستفسارات عن التبرع بالدم
٥٣	- لماذا أتبرع ؟
٥٥	• فوائد التبرع
٥٧	• بدائل الدم
٥٧	• أماكن التبرع بالدم
٥٨	• لمن أتبرع

صفحة

٦١	- قبل التبرع
٦٣	• أسس إختيار المتبرع بالدم
٦٨	• إستمارة التبرع
٦٩	• التاريخ الصحي للمتبرع
٧٠	• التبرع والصحة الإيجابية
٧١	• أنا قد أكون مريضاً... سأُسحب
٧٢	• التحاليل التي تُجرى على الدم
٧٣	• أفكار تراود المتبرع
٧٦	• التبرع والجوانب العقائدية
٧٧	- أثناء التبرع
٨١	- بعد التبرع
٨٣	• نصائح بعد التبرع
٨٤	• بين التبرع والآخر
٨٥	- تحاليل الدم
٨٧	• فصائل الدم
٩٠	• التحاليل التي تُجرى على الدم
٩١	• الأمراض التي تنتقل عن طريق الدم
٩٥	- التعامل مع الدم
٩٧	• ما هو الدم
١٠٠	• كيس الدم
١٠١	• أمراض الدم
١٠٣	- صرف الدم

الإتصال الفعال



دائرة الإتصال الفعال

دائرة الخوف والتوتر

العمل فى فريق

المشورة

مهارة الإقناع

الحفاظ على الخصوصية والسرية

مهارات الإتصال الفعال

مقدمة :

إن قضية التبرع بالدم ليست مسئولية جهة بعينها ولكنها قضية تخص المجتمع بأكمله، ومن هذا المنطلق برزت أهمية التركيز على مشاركة المجتمع وشحذه وتحفيزه للتبرع بالدم بحيث يقوم المجتمع بتبنى قضية التبرع بالدم وأن يصبح المتبرعون سفراء عن القضية ويدعون ويحفزون غيرهم للتبرع بالدم بدون مقابل.

ومن أكبر التحديات التي تواجه فريق بنك الدم هي كيفية فتح حوار مع المتبرعين واقناعهم بأن يصبحوا متبرعين طوعيين منتظمين، مؤمنين بأهمية التبرع بالدم ومتبنين لقضية التبرع، وتكمن المشكلة في أن الكثير من المتبرعين قد لا يرغبون الدخول في حوار كما أنهم يفتقدون الثقة في الخدمة المقدمة إليهم وجدواها، خاصة توصيل هذا الدم إلى مستحقيه.

ولمواجهة هذا التحدي ينبغي على كل أعضاء فريق بنك الدم أن يكون لديهم الكفاءة الفنية العالية والمهارات المتميزة وأهمها مهارة الإتصال الفعال التي تمكنهم من جذب إنتباه المتبرع والحصول على ثقته، وتحفيزه ليصبح متبرعاً دائماً. أيضاً جعله يتبنى الفكرة ويصبح سفيراً لبنك الدم يدعو ويحفز لقضية التبرع بالدم.

وهناك العديد من الأساسيات التي ينبغي توافرها لتحقيق الهدف من عملية الإتصال مع المتبرع، وهدفنا هنا هو تحفيزه ليصبح متبرعاً شرفياً دائماً. هذه الأساسيات هي :

- القدرة على التواصل وتوصيل معلومات علمية وافية ومبسطة حول موضوع عملية التبرع بالدم بأسلوب شيق.
- التحدث بلغة مفهومة ومناسبة تراعى المستوى الثقافى والعلمى للمتبرع.
- التحلى بالصبر وطول البال.
- الإنصات.
- القدرة على الإقناع.

- التعامل بكفاءة مع أنماط الشخصيات المختلفة والقدرة على تحديد احتياجاتهم.
- مراعاة الظروف المختلفة للمتبرعين.
- مراعاة السرية والخصوصية.
- المظهر الجيد.
- التعامل بروح الفريق.

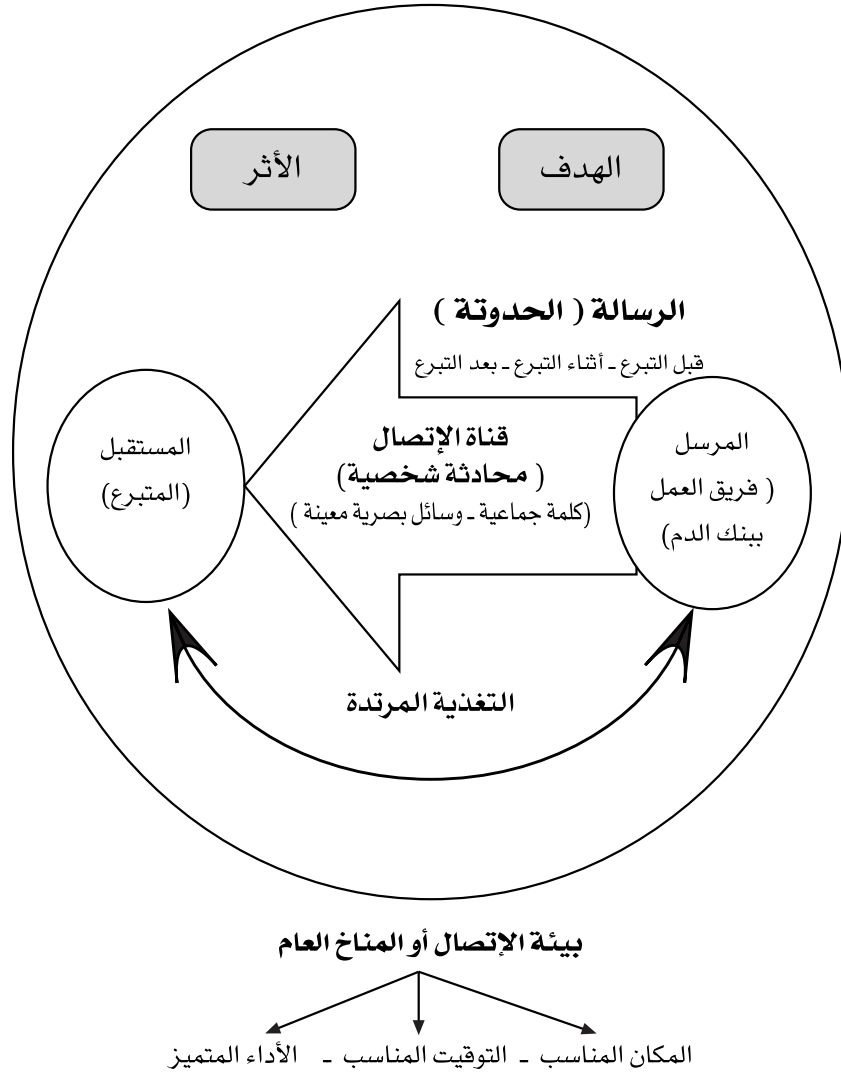
كل هذه الموضوعات سيتم تناولها بالتفصيل فى هذا الجزء من الدليل ليتمكن فريق بنك الدم من تحقيق هدفه فى تحفيز المتبرعين.

مفهوم الإتصال :

التبرع بالدم عملية تتم بين عدة أطراف (المتبرع، والمتلقى للدم «المريض»، والمتعامل مع الدم أو فريق العمل ببنك الدم)، وإنجاح عملية التبرع بالدم يلزمها مهارة معينة هى التواصل الفعال بين كل الأطراف وتسمى مهارة الإتصال الفعال. وهى عملية تواصل مستمر بين طرفين تحكمها عوامل ومؤثرات كثيرة لذلك سنبدأ بالتعرف على مفهوم عملية الإتصال والعناصر المختلفة المكونة لدائرة الإتصال الفعال والعوامل التى يتوقف عليها فاعلية ونجاح كل عنصر.

**الإتصال هو عملية تواصل مستمر بين فريق بنك الدم
والمتبرع بالدم لتحقيق الهدف وهو توافر دم آمن**

دائرة الإتصال



دائرة الإتصال :

عناصر الإتصال

أولاً : الهدف - الأثر

الهدف :

هدفنا هنا هو توفير الدم الآمن واستقطاب المتبرع المنتظم.

لا يمكن أن تبدأ دائرة الإتصال الفعال بدون تحديد مسبق لهدف المرسل من عملية الإتصال إذ أنه لا بد أن يسأل نفسه لماذا ينقل هذه المعلومة ولمن، وما هي النتيجة التي ينتظرها بعد انتهاء إتصاله مع الفئة المستهدفة.

الأثر :

توفير دم آمن للمرضى المحتاجين إليه... عن طريق

متبرعين طوعيين منتظمين

ثانياً : طرفا الإتصال (المرسل - المستقبل)

تبدأ عملية الإتصال بين طرفين، الطرف الأول وهو فريق بنك الدم يبدأ الإتصال بإرساله لمعلومة معينة للطرف الآخر المتبرع بالدم. ويسمى الطرف الأول (المرسل) ويقوم الطرف الثاني وهو المتبرع بالدم باستقبال هذه الرسالة والاستجابة لها إذا كانت ملائمة له ويسمى الطرف الثاني (المستقبل).

ولكن فريق بنك الدم لا يظل مرسلًا طوال الوقت لأن عملية الإتصال عملية تبادلية، فعندما يصمت الفريق ويتحدث المتبرع فإن الوضع في هذه الحالة ينعكس فيصير المستقبل مرسلًا والطرف الأول مستقبلًا لرسالة الطرف الآخر مستجيبًا لها ومتفاعلاً معها.

ثالثاً : الرسالة

الرسالة هي محور عملية الإتصال، والرسالة هنا تتمثل في الحدوتة وهي عبارة عن تمهيد للمتقدم للتبرع عن موضوع التبرع بالدم وأهميته وعملية التبرع نفسها . ويقوم بها فريق بنك الدم (المرسل). وتشمل الحدوتة النقاط التالية :

لابد أن تكون الرسالة (الحدوتة):

- مختصرة
- تحتوي على معلومات علمية وافية، بسيطة
- مؤثرة
- واضحة ولا تحتمل التأويل

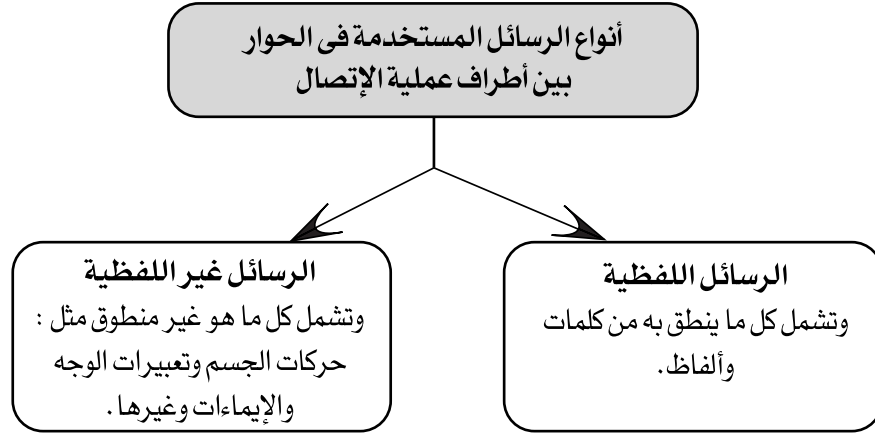
- أهمية التبرع بالدم.
- مشورة قبل التبرع.
- عناية أثناء التبرع.
- نصائح بعد التبرع.
- أهمية المتبرع الطوعى المنتظم.

إختيار وسيلة الإتصال

وفي هذه المرحلة يقوم المرسل باختيار الطريقة التي يرغب في استخدامها لبث رسالته، وقد تكون الوسيلة مكتوبة أو شفوية أو مرئية ويعتبر اختيار الوسيلة المناسبة من العوامل الهامة في إنجاح عملية الإتصال.

أمثلة لوسيلة الإتصال المكتوبة : النشرات - المطويات - مقالات في الصحف والدوريات.
أمثلة لوسيلة الإتصال الشفهية : المحادثة الشخصية (مشورة التبرع بالدم)
الكلمة الجماعية في الحملات .

أمثلة للوسائل المرئية : البوستر - الملصقات - الصور - شرائط الفيديو - برامج وإعلانات التلفزيون .



الإتصال اللفظي أو الرسائل اللفظية

وهو الإتصال الذي تستخدم فيه الوسائل اللفظية لنقل الرسالة ويقصد بها الألفاظ والكلمات والعبارات مثل (ياه - آه) لذلك في هذا النوع من الإتصال يستخدم المرسل الفم واللسان ويستخدم المستقبل الأذن لسمع هذه الأصوات .

من عوامل نجاح الإتصال اللفظي في الإتصال الشخصي

١ - المجاملات والتشجيع :

- رحب بالمتقدم للتبرع فور وصوله .
- استخدم كلمات المجاملات والتشجيع بين الحين والآخر في الإتصال الشخصي فإنها عامل هام وكبير في نجاح عملية الإتصال حيث أنها تكسر أى حاجز نفسى بين المرسل والمستقبل وتجعل الكلام والإتصال بينهما سهلاً ، وتشجع المستقبل على الأسئلة والاستفسار لذلك اهتم بتشجيع المتقدمين للتبرع .

٢ - الإنصات :

الإنصات والإستماع الجيد للمستقبل يجعله يشعر بأهمية ما يقوله ويشجعه على المزيد من المشاركة في الحديث وهذا هام جداً فى عملية تحفيز المتبرع ليكون متبرعاً دائماً .

إن الإنصات بالرغم من عدم استخدام الألفاظ أو الكلمات به إلا أنه هام جداً فى الإتصال اللفظى لأنه بدون الإنصات لن يستطيع المرسل أن يتفهم كلام المستقبل ويستجيب له .

الإستماع هو : وصول أصوات لأذن المستمع فقط .
الإنصات هو : وصول أصوات لأذن المستمع، يفكر فيها وبعد ذلك يستجيب لها فى صورة رد فعل .

سيتم تناول مبادئ الإنصات وأنواعه ص ١٤

٣ - الوضوح :

الوضوح فى اختيار التعبيرات والكلمات وصياغة الرسالة هام جداً لوصولها للمتبرع واضحة ومفهومة .

- إن الانطباع الأول لدى الشخص المتقدم للتبرع يدوم طويلاً ويترك أثراً ملحوظاً عليه لذلك عليك استخدام اتصالك اللفظى بفاعلية من اللحظة الأولى التى تبدأ فيها حديثك معه لذلك :
- لا تبدأ بداية مترددة .
 - لا تبدأ ببداية فنية معقدة .
 - لا تبدأ بجملة طويلة، حيث ان تركيز اى شخص بصفة عامة لا يستمر طويلاً .
 - حاول ان تغير من طبقة ونغمة صوتك تبعاً لأهمية الموضوع الذى تتحدث فيه .
 - كن واضحاً فى مخارج ألفاظك وجملك .
 - لا تكن جافاً فى ردودك على اسئلة او تعليقات المتقدمين للتبرع مهما كانت طريقة الأسئلة .

الإتصال غير اللفظى :

الإتصال غير اللفظى هو نوع من الإتصال لا تُستخدم فيه الألفاظ أو الكلمات ولكن تُستخدم فيه الحركات أو الإشارات باليد أو الجسم - تعبيرات الوجه والعينين - وأيضاً تستخدم فيه الوسائل البصرية كلها مثل الملصقات والصور، وكل ما سبق يستقبله المستقبل (المتبرع بالدم) عن طريق العين لذلك فالإتصال غير اللفظى لا يتم إلا عن طريق الإتصال الشخصى المرئى (رؤية المرسل للمستقبل) حتى يستطيع المرسل فى هذه الحالة الإستجابة لهذه التعبيرات والتعامل معها .

ومن عوامل نجاح الإتصال غير اللفظى النقاط الآتية :**١ - تواصل العينين :**

يعد تواصل العينين من أقوى الوسائل غير اللفظية لأنها تستطيع نقل العديد من الرسائل بطرق مختلفة .

**كثير من الناس لا يفهمون ما تقوله إلا إذا كان هناك
تواصل بالعيون بينك وبينهم**

٢ - تعبيرات الوجه :

إن أول انطباع يلفت نظرك عند مقابلتك لشخص ما لأول مرة يظل عالماً بالذهن لفترات طويلة ولا يتغير بسهولة . وتعبيرات الوجه من الأشياء التى تتأثر كثيراً بالحالة النفسية والصحية للإنسان . لذلك عليك أن تكون متيقظاً لتعبيرات وجهك أثناء تعاملك مع المتقدمين للتبرع بالدم حتى تجعلها تنقل شعور الراحة للمتبرعين لأن ذلك سيساعد كثيراً فيما بعد على كيفية استقبالهم للمشورة .

٣ - حركات الرأس :**هناك نوعان من حركات الرأس :**

الرأس المنصتة : وتتميز بالاتجاه ناحية المتحدث مائلة قليلاً تجاهه .

الرأس المتحدثة : وهى رأس متحركة دائماً يصاحبها تعبيرات بالوجه تعبر عن الموضوع الذى تتكلم فيه . وسنتناول مبادئ الإنصات فيما بعد .

٤ . المظهر العام :

احرص على أن يكون مظهرك العام لائقاً ومراعياً لتقاليد المكان ومن الضروري أن يكون البالطو نظيفاً مكويماً .

٥ . الابتسامه :

إن الابتسامه من أقوى أنواع الإتصال غير اللفظى حيث أنها تنقل مشاعر معينة للطرف الآخر مثل الود والبشاشه مما يشجع الطرف الآخر على إبداء رأيه .

الإتصال اللفظى وغير اللفظى لا ينفصلان ولا يمكن الإستغناء عن أحدهما لأن كل منهما يدعم الآخر .

رابعاً : التغذية المرتدة

التغذية المرتدة هى رد فعل المتبرع بالدم (المستقبل) للرسالة التى يتلقاها من فريق بنك الدم (المرسل) لذلك فاتجاه التغذية المرتدة دائماً يكون فى عكس اتجاه الرسالة ، وقد سميت بذلك الإسم لأنها تتجه من المستقبل للمرسل لتغذيته بالمعلومات التى تجعله قادراً على الاستمرار فى عملية الإتصال .

ولما كانت الرسائل لفظية وغير لفظية فليس من الممكن أن يراها أو يتفاعل معها طرفى الإتصال إلا إذا كان الإتصال وجهاً لوجه لأن الإتصال غير اللفظى لا يتم إلا عن طريق الملاحظة بالعين ولهذا ترجع أهمية الإتصال وجهاً لوجه لتبادل المشاعر والأحاسيس حيث أنهما يعتمدان اعتماداً كبيراً على الإتصال غير اللفظى .

لابد من الإستماع الجيد لأسئلة المتبرع وتخوفاته وشكوكه، ومحاولة الرد على كل استفساراته بوضوح وأمانة من خلال التغذية المرتدة.

خامساً : البيئة أو المناخ العام للإتصال

تضم بيئة الإتصال عوامل مختلفة، وهنا ينبغي أن يراعى فريق بنك الدم :

- الوقت المناسب للحديث مع المتبرع.
- المكان المناسب للتبرع.
- المناخ الملائم والخصوصية.
- المظهر العام لفريق العمل.

العوامل التي يتوقف عليها نجاح عملية الإتصال :	
الهدف- الأثر	يجب أن تنتهي عملية الإتصال الناجحة بتحقيق ذلك الهدف المرجو منها وإحداث أثر حتى يستطيع المرسل فى نهاية الإتصال أن يقيم عمله ويرى هل استطاع أن ينجح أم لا وما مدى نجاحه وفشله.
فريق بنك الدم (المرسل)	<ul style="list-style-type: none"> • الترحيب بالمتبرع فور وصوله وتشجيعه وطمأنته. • تقديم الموضوعات بصورة جيدة جذابة تقنع المتبرعين وتشجعهم على المشاركة. • التعرف على المتبرع بطريقة طبيعية دون تصنع. • اختيار الموضوعات التي تهتم المتبرعين وتلمس تخوفاتهم. • تطويع طريقة العرض بما يتناسب مع الثقافة والمستوى التعليمى للمتبرعين. • ثقتك بنفسك ومعلوماتك عامل هام جداً. • تقديم الشكر والتقدير للمتبرعين.
الرسالة (الحدوتة)	موجزة ومؤثرة وتساعد فى الوصول للهدف من عملية الإتصال.
المتبرع بالدم (المستقبل)	أن يشعر باستفادة وانجذاب لطريقة العرض والمناقشة . لذلك على المرسل أن يهتم باختيار أنسب وسيلة لتوصيل المعلومة كل حسب اهتمامه ومجاله وأن يهتم بطريقة العرض ومشاركة المتبرعين بالدم فى الحوار.
التغذية المرتدة	اهتم بالتغذية المرتدة وتعامل معها خاصة فى حالة عدم ملائمة الشخص لعملية التبرع.
البيئة أو المناخ العام	<ul style="list-style-type: none"> • هناك عامل هام جداً يحيط بعملية الإتصال ككل وهو المناخ العام ويشمل المكان والوقت المناسب للحملة مثلاً وعرض الحدوتة على المجموعة . كل هذه العوامل تؤثر تأثيراً كبيراً بالإيجاب أو السلب على نجاح عملية الإتصال . • احرص على المظهر اللائق لفريق العمل.

ملحوظة هامة :

مما سبق نرى أن كل عوامل نجاح الإتصال تقريباً تقع على عاتق المرسل (فريق بنك الدم).

الإنصات :**مبادئ الإنصات :**

- ركز انتباهك على ما يقوله المتبرع بالدم.
- إعطِ الفرصة للمتحدث لقوله ما يرغب أن يقوله وأن يعبر عنه.
- حاول أن تفهم ما لم يقله المتحدث بصراحة.
- تنبه إلى تعبيراته وحركاته غير اللفظية لربما تصل إلى شئ ما.
- تنبه إلى الأفكار الرئيسية ودون التفاصيل.
- لا تُقيِّم بسرعة ما تقرأه أو تسمعه.
- لا تصدر أحكام مسبقة.

أنواع الإنصات :**١ - الإنصات السطحي :**

الاستماع أثناء العمل دون انتباه.

٢ - الإنصات اليقظ :

المستمع يبدو مصغياً باهتمام أمام المتكلم ولكنه في الحقيقة يفكر في شئ آخر.

٣ - الإنصات المركز :

المستمع يفكر ويخاطب العقل والمشاعر وهذا النوع من الإصغاء هو النوع المطلوب في عملية التبرع بالدم.

الإنصات الجيد غالباً ما يصاحبه قدر من التفكير الجيد

معوقات الإتصال :

هناك سلسلة من المراحل يصل المتبرع بالدم من خلالها لتقبل وتذكر الرسالة المنقولة إليه (الحدوتة)، وقد يوجد بين كل مرحلة والمرحلة التي تليها بعض الحواجز التي قد تعوق هذا الإتصال.

المرحلة الأولى : أثناء مرحلة الاستماع :

ربما يكون المتبرع غير مستمع لما تقوله :

- الخصوصية غير متوافرة.
- الشرح غير واف وغير ملائم.
- طريقة العرض غير جذابة أو مشوقة.
- الحديث خافت.
- مشكلة فى اللغة لاختلاف اللهجات.

المرحلة الثانية : أثناء مرحلة الفهم :

ربما يكون المتبرع بالدم غير متفهم لما تقوله :

- كلمات وتعبيرات صعبة.
- طريقة تفكير معقدة.
- عدم وجود ترتيب متقن للأدوات التي تستخدمها فى الشرح.
- وجود تعبيرات لا يفهمها غير المتخصصين أى تعبيرات فنية معقدة.
- سوء تعبير وصياغة بعض الجمل والعبارات.

المرحلة الثالثة : أثناء مرحلة القبول :

- ربما كان المتبرع بالدم مستمعاً لما تقوله ومتفهماً له لكنه رافض لهذه الأفكار ومقاوماً لها.
- لا يشعر بأهميتها له أو أن لها علاقة بعمله وحياته.
- عدم اقتناع المتقدم للتبرع بعدم ملائمته للتبرع.
- عدم وجود قبول وارتياح بين المتبرع بالدم وأحد أعضاء فريق بنك الدم.

المرحلة الرابعة : المرسل لا يهتم بالتغذية المرتدة :

المرسل غير المُدرَّب نجد أنه يهتم فقط بما يقوله ولا يهتم برأى الطرف الآخر أو ردود أفعاله ولا يتفاعل معها وبالتالي يستمر فى عرضه للموضوع حتى يصل لمرحلة يكتشف فيها أن الطرف الآخر انصرف عنه تماماً وغير مهتم أو متفاعل بما يقوله.

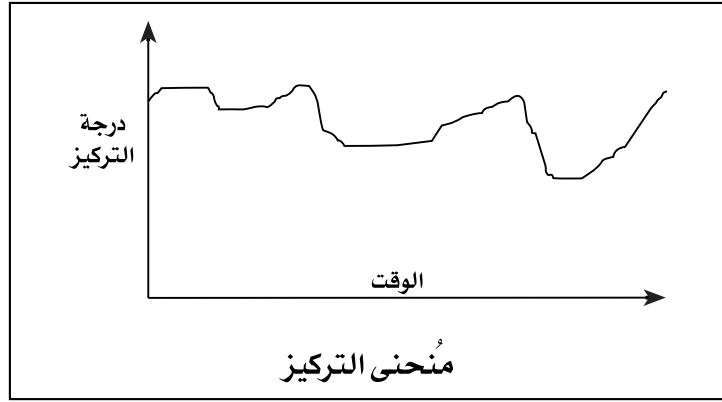
المرحلة الخامسة (المناخ المحيط) :

- وقت غير ملائم.
- نظافة المكان غير متوافرة.
- حجرة مزدحمة.
- الانتظار لفترة طويلة.
- وجود ضوضاء خارجية قد تعوقه عن الاستماع.

الإتصال ... حقائق أساسية :

الدقائق الحرجة فى الحديث :

إن درجة تركيز أى حديث تبدأ عالية لكنها تنخفض بدرجة ملحوظة وبسرعة كبيرة بعد ذلك حيث لا يستمر هذا التركيز لفترات طويلة، يتبع ذلك موجات قصيرة ضعيفة من ازدياد التركيز وينتهى مُنحني التركيز بازدياد كبير فى درجة التركيز التى يكون عليها المستمع فى بداية الحديث.



لذلك يتضح لنا أن اللحظات الأولى لأى حديث حيوية جداً حيث يعطى المتحدث كل طاقاته ومهاراته ليجذب انتباه مستمعيه الذين يكونون فى تلك اللحظات فى أعلى درجة تركيز لهم.

يجب أن يكون المرسل على دراية كاملة بهذا المنحني لأنه سيساعده فى وضع المعلومات الهامة فى بداية حديثه وتلخيص الموضوع بكلمات مختصرة قرب انتهاء الكلمة لأن درجة التركيز تكون عالية فى هاتين الحالتين.

دائرة الخوف والتوتر

مقدمة :

أحد التحديات التي تقابل فريق بنك الدم وتعوقه عن توصيل رسالته بطريقة فعالة هي الدخول في دائرة الخوف والتوتر. إن عضو فريق بنك الدم قد يصيبه الارتباك عندما يُوجه إليه سؤال أو اعتراض بعد انتهائه من العرض (الحدوتة). وطرح الأسئلة من الأشياء الضرورية في عملية المشورة وترجع أهميتها إلى أنها تساعد في التعرف على ما لدى المتقدمين للتبرع من معلومات، والمعلومات التي يحتاجون لمعرفةا وبالنتالي تساعد في التركيز على هذه النقاط. تؤدي الأسئلة كذلك إلى عملية التغذية المرتدة التي تجعل المرسل قادراً على ملء الفجوة الموجودة في المعلومات المقدمة.

كيفية تجنب الخوف والتوتر :

في حالة التعرض للخوف أو التوتر، نعرض بعض المقترحات التي تساعد على عدم الدخول في هذه الدائرة وتجعلك قادراً على مواجهة الأسئلة والاعتراضات والتعامل معها .

مبادئ أساسية في التعامل مع أسئلة المتبرعين :

- إذا كان السؤال صعباً ولا تعرف إجابته، أعتذر عن الإجابة بأنك لا تعرف. ثم تحول السؤال إلى الطبيب المتخصص. وفي حالة عدم وجود أحد، تقول بأنك سوف تجيب عليه في وقت لاحق، عندما تستشير من هم أكثر دراية بالموضوع.
- أجب بثقة وبدون تردد وبنبرة صوت واثقة غير حادة.

إرشادات للتعامل مع الأسئلة :

إفعل

- فكر فى الأسئلة التى يمكن أن تتعرض لها وحضر إجابتك عنها .
- تعامل مع كل سؤال باهتمام .
- لا تقاطع المتبرع مرة أخرى إذا كنت تشعر أنه لم يسمع أو يفهم السؤال .
- أجب على السؤال فى إطار الموضوع .
- استخدم وسيلة إيضاح إذا كان هذا مفيداً .
- احتفظ بهدوئك مهما كانت طريقة السؤال فسلوكك ينعكس ليس عليك فقط بل على فريق بنك الدم ككل .
- تعامل مع الأسئلة بدون حساسية أو بطريقة دفاعية فالأسئلة التى تبدأ بـ (لماذا) تجعل المرسل يشعر بالنقد ويأخذ موقفاً دفاعياً، والأسئلة التى تبدأ بـ (كيف) تجعله يشعر بالمعرفة .

لا تفعل

- لا تسخر من صاحب السؤال .
- لا تنافس صاحب السؤال ولا تُشعره بالنديّة .
- لا تجب بأنك ذكرت الإجابة من قبل .
- لا تنهى إجابة السؤال بالنظر إلى صاحب السؤال مرة أخرى .
- لا تخلق إجابات غير صحيحة .

الاعتراضات :

لماذا يعترض الناس؟

يعترض الناس لعدة اسباب :

- عدم رؤية الصورة الكاملة للموضوع.
- عدم توقع أو تقبل الموضوع الجديد.
- حب المناقشة أو الحوار.
- حب الظهور.
- إحراج مقدم الموضوع.
- إحساس صاحب الاعتراض بأنه يعلم أكثر من غيره وأن معلوماته هي الصحيحة.

كيف تتعامل مع الاعتراضات؟

- حاول الوصول للاعتراضات المتوقعة أثناء عرضك للموضوع وقم بالرد عليها .
- أجب بإختصار لأنه كلما طالت المناقشة كلما تعرضت للخطأ .
- ابدأ بنقطة الالتقاء بينك وبين المعترض ولا تبدأ بنقاط الاختلاف.
- اعتذر إذا كنت مخطئاً.

العمل فى فريق

يعتبر المظهر العام فى بنك الدم عاملاً رئيسياً وراء كسب ثقة المتبرع. وأحد عناصر هذا المظهر الجيد هو فريق العمل. وفريق بنك الدم هو مجموعة من الأشخاص تعمل معاً من أجل تحقيق هدف هو توفير دم آمن، ويكون بينهم توزيع أدوار، وحساسية تجاه الآخرين وتعاون وتناسق.. ويكون لهم قائد ناجح.

أهمية هدف فريق عمل بنك الدم :

وجود هدف لأى عمل ما... هو الذى يحدد مدى نجاح أو فشل هذا العمل عن طريق تحقيق الهدف أو عدم تحقيقه.

كما أن وجود هدف لفريق العمل يحدد الخطة المناسبة لعمل الفريق وتوزيع الأدوار على أعضاء الفريق كما يحدد أيضاً الزمن والجهد المناسب لكل خطوة من خطوات هذا العمل. وجود هدف ناجح لفريق العمل يساعد على توفير الوقت والمجهود وتنظيم العمل وأيضاً يمنع التشتت ويساعد على الوصول لنتائج مرضية بأقل مجهود وفى أقصر وقت ممكن.

وهدفنا هنا : هو توفير الدم الآمن للمريض المحتاج إليه ولأن هدفنا قومى ... غير عادى ونبيل فلا بد وأن تقدم على العمل بروح إيجابية تطوعية وتحفز الآخرين.

هدفنا توفير الدم الآمن للمريض المحتاج إليه فى كل مكان

- العمل من خلال فريق ... له مقومات تساعده على النجاح وعوامل قد تعوق نجاحه، وسنتناول فيما يلي بعضاً من هذه المقومات والعوامل :

مقومات نجاح فريق العمل :

- ١ - الإتصال الجيد والمتبادل بين أعضاء الفريق.
- ٢ - شعور جميع أعضاء الفريق بالمسئولية.
- ٣ - شعور كل عضو بأنه أنجز المهام الموكلة إليه بنجاح.
- ٤ - الاستجابة والحساسية لاحتياجات الآخرين.
- ٥ - توزيع المهام على أعضاء الفريق بطريقة تتناسب وتلائم إمكانيات كل عضو.

العوامل التي تعوق نجاح فريق العمل :

- ١ - تخلى أحد أعضاء الفريق عن مسؤوليته ووضعها على عاتق الآخرين.
- ٢ - احتفاظ أحد الأعضاء بكل المهام محاولاً تأديتها بنفسه.
- ٣ - الشعور بالأنانية واهتمام كل عضو من أعضاء الفريق بعمله مع إهمال باقى أعضاء الفريق.
- ٤ - عدم الإحساس باحتياجات باقى أعضاء الفريق.
- ٥ - إلقاء كل المهام على أحد أعضاء الفريق.

فريق العمل اللازم للحملة :

يفضل تواجد :

- طبيب أو طبيبة.
- متخصص فى سحب الدم (ممرض أو ممرضة / فنى أو فنية).
- سائق للعربة.
- مسئول إدارى.
- عامل.

توزيع الأدوار داخل فريق العمل :

يقوم المسئول عن الحملة بتوزيع المهام على أعضاء فريق العمل وتشمل :

- عمل زيارة إستطلاعية قبل القيام بالحملة ليتم بالتقريب تحديد عدد المتبرعين المُتَوَقَّعين وعدد الساعات المسموح بها لعمل الحملة.
- تجهيز المعدات والأدوات قبل الحملة.
- تحديد من المسئول عن الوسائل البصرية التعليمية.
- تحديد من المسئول عن كل خطوة في عملية التبرع.
- التدوين بعد كل حملة في استمارة تقييم الحملة للبيانات المطلوبة.
- بعد قيامك بعدد لا بأس به من الحملات سوف تكتسب خبرة تقييم المكان وكم من فريق العمل سيكون كافياً لإجراء كل حملة فيما بعد .

المشورة

مفهوم المشورة :

المشورة هي ليست تقديم نصح فقط بل هي إرشادات وتقديم اختيارات للأشخاص وهم قادرين على اتخاذ قراراتهم بأنفسهم. وتتطرق المشورة أيضاً لعرض التفسيرات العلمية والعملية التي تهم المتبرع بالدم وتقديم بدائل دون الانحياز لاختيار شئ على حساب شئ آخر.

أهمية المشورة :

(لماذا نقدم المشورة فى بنك الدم)

- سرد الحقائق العلمية.
- تهيئة نفس المتقدم للتبرع.
- تحفيز المتبرع ليكون متبرعاً دائماً.
- إعطاؤه تفسيرات عما يراوده من أفكار.

كيف تقدم المشورة ؟

المشورة هنا لا نقصد بها أن تتخذ قراراً للآخرين أو توجهاً نحو إجابة دون الأخرى بل هي عبارة عن حوار بين عضو فريق بنك الدم والمتبرع بالدم، تسرد فيه كل ما لديك من معلومات بوضوح وبساطة وأن تذكر إيجابيات الشئ وسلبياته على ألا تتحاز إلى ناحية من الحوار دون الأخرى.

مشورة قبل التبرع ونصائح بعد التبرع :**مشورة قبل التبرع تتضمن :**

- أخذ التاريخ الصحى للمتبرع.
- إقناع المتبرع بالتتحى عند إحتمالية تعرضه للإصابة بأحد الأمراض التى تعوق التبرع.
- الإجابة على الأفكار التى تراود المتبرع.
- فى حالة اكتشاف سبب طبى يمنعه من التبرع، توجه له النصيحة.

نصائح بعد التبرع تتضمن :

- توضيح أى استفسارات أخرى تراود المتبرع.
- تعريف المتبرع بالاحتياطات التى ينبغى مراعاتها بعد التبرع.
- إذا كان لدى المتبرع نتائج فحوصات إيجابية لمرض معين، يتم إرشاده إلى الجهة التى يتم عمل المتابعة الصحية بها إذا لزم الامر.

**لا تهمل المشورة مع المتبرع المنتظم لاعتقادك بأنه إعتاد التبرع،
فلا بد أن تذكره بين الحين والآخر بالعوامل التى تعوقه عن التبرع**

الإقناع

- التبرع بالدم من القضايا الحيوية والتي تتطلب اكتساب فريق العمل داخل بنك الدم لمهارات عدة منها مهارة الإقناع.
- المنطق هو أحد العناصر الرئيسية فى عملية الإقناع ويكون بمثابة أداة تتحقق من خلالها من صحة التفكير منك أو من غيرك. إن مهارة الإقناع تتبع من الإلمام بالعلم والتفكير والمنطق.
- مهارة الإقناع تحتاج إلى قدرة على التعبير، تفهم شخصية المتبرع وإقناعه بأسلوبه ذاته.
- يمكن تدعيم الإجابة باستخدام نشرات علمية ومطويات.

مهارة الإقناع :

تتأثر قدرة الإنسان على الإقناع بما يلى:

سمات المرسل (فريق بنك الدم) وهى :

■ **المصداقية وتتمثل فى :**

- الخبرة.
- الثقة بالنفس وبالمعلومات.

■ **الجاذبية وتتمثل فى :**

- الشخصية.
- المظهر.
- القدرة على ترسيخ علاقة ودية مع الآخرين.
- درجة التقارب بين المتحدث والمستمع (المعتقدات، الخلفية، الثقافة، الجنس، الشخصية).

عوامل تؤثر فى إقناع المستقبل :

- والمستقبل هنا يشمل المجتمع كله وخاصة :
 - (١) المسئولين فى أماكن حملات التبرع بالدم.
 - (٢) المتقدمين للتبرع.
 - (٣) الشخصيات المؤثرة فى المجتمع.
- الحالة النفسية : الميول والاتجاهات والاحتياجات والحوافز والحالة المزاجية والمعتقدات.
- الحالة الإجتماعية : المجتمع الذى ينتمى إليه (الأسرة، الأصدقاء، المؤسسة، النادي، إلخ) أى أولئك الفئات التى يتعاطف معها أو ينتمى لها ويحبهم ويحبونه.
- الخبرات العملية التى مر بها : معظم الناس يختارون طريقهم فى الحياة بشكل يتلاءم مع تطلعاتهم ومواقفهم، أحكامهم السابقة ومصالحهم وأوضاعهم الحالية.

**فالإقناع هو إتصال مع الآخرين و محاولة التأثير عليهم بالاتجاه،
الرأس أو السلوك ... أس إقناعهم بالأقبال على عملية التبرع بالدم**

عوامل إنجاح عملية الإقناع :

- ١ - المصدقية :
 - أ. الخبرة : (التعامل مع الآخرين + النضوج والواقعية).
 - ب. الثقة : الصدق والأمانة.
- ٢ - الجاذبية :
 - أ. شخصية عضو فريق بنك الدم : (قدرته وإمكانياته).
 - ب. العلاقة الإيجابية بين فريق بنك الدم والمتبرع بالدم (عضو الفريق المحبوب أكثر إقناعاً من غيره).
 - ج. المظهر العام.

- ٣ - الالتزام بالأمانة العلمية وعدم التحيز فى ذكر الحقائق (ذكر الحقائق على أسس سليمة).
- ٤ - الالتزام بالموضوعية (تفسير الحقائق بطريقة علمية).
- ٥ - عرض سليم واستخدام لغة جيدة.
- ٦ - خصائص متلقى الرسالة (الصفات النفسية - الشخصية - الإجتماعية - الثقافية، إلخ).
- ٧ - أدوات الإتصال المستخدمة (مقنعة - واضحة - بسيطة - تراعى الهوية الثقافية للمكان).

ولنجاح عملية الإقناع راعى الآتى خلال تعاملك مع :

أولاً : المسئول فى مكان حملة التبرع بالدم :

- احرص أن تأخذ موعداً قبل الذهاب إلى المسئول .
- جهز سيناريو للحوار الذى يمكن أن يتم .
- ابدأ بداية قوية غير مترددة - بنبرة واثقة غير عالية .
- عزز الكلمة ببيانات ومعلومات علمية صحيحة .
- وضح أهمية التبرع بالدم كواجب قومى على كل إنسان .
- وضح أهمية دور المسئول ومدى فاعلية تعاونه فى إنجاح الحملة .
- حدد مع المسئول أنسب الأوقات لإقامة حملة تبرع بالدم بما يتلاءم مع ظروف المؤسسة .
- إنصت جيداً للأسئلة و الاستفسارات لعل الإجابة تأتى فى نهاية السؤال .
- أجب بمصداقية عن استفسارات المسئول .
- لا تأخذ وقتاً طويلاً فى الزيارة .
- اختم الزيارة بتقديم الشكر الجزيل للمؤسسة ككل ومعاونة المسئول على وجه الخصوص .

ثانياً : المتقدمون للتبرع :

- حدِّث كل شخص بمنطقه الخاص به الذى يقنعه (مع مراعاة الهوية الثقافية والإتجاهات الدينية).
- كن ودوداً وقابل الناس ببشاشة .
- وضح الرسالة العلمية ببساطة وسلاسة .
- احرص أن تكون جملك واضحة ولا تحتمل التأويل .
- لحساسية قرار الشخص فى التحجى عن التبرع بالدم يراعى أهمية شرح وتوضيح فترة ما بين الإصابة بالمرض وظهور الأجسام المضادة بالدم .

نصائح لتوصيل الأفكار والإقناع بفاعلية :

قبل التقديم :

- التحضير الجيد .
- تحديد الهدف .
- التحمس للفكرة .
- تهيئة بيئة أو مناخ مناسب للعرض .

أثناء التقديم :

- استخدم لغة مشتركة .
- كن مجدداً في عرض هدفك .
- اعرض فكرة واحدة كل مرة .
- راعى التسلسل المنطقي .
- تأكد من قبول المتقدمين للتبرع للفكرة قبل الانتقال لغيرها .
- استجب لانفعالات المتقدمين للتبرع .

بعد التقديم :

- حاول أن تحصل على التغذية المرتدة .
- حاول أن تكتشف الأثر الذي حدث .

الحفاظ على الخصوصية والسرية وبناء الثقة

تعتبر الخصوصية والسرية وبناء الثقة بين المتبرع وبنك الدم من أهم العوامل التي تضمن تحقيق الهدف وهو الحصول على دم آمن خلال متبرعين طوعيين دائمين. ولا بد أن يشعر المتبرع بخصوصية شديدة بالنسبة للمعلومات التي يكتبها في الاستمارة أو التي تقال شفاهية وأن هذه المعلومات تحمي سلامته وسلامة وحدة الدم المتبرع بها. ولو انهارت الخصوصية والسرية لأي سبب من الأسباب انهارت بعدها ثقة المتبرع مباشرة.

تراعى الخصوصية في الأشياء التالية :

- ١ . فحص المتبرع ومشورة قبل التبرع لأي شخص يُقدم على التبرع بالدم.
- ٢ . الاستثمارات التي يملأها المتبرع وتشمل تاريخه الصحي وبياناته الشخصية، كذلك الملفات التي تضم التحاليل الخاصة بالمتبرع لا بد أن تكون سرية جداً.
- ٣ . ليس من حق جهة العمل معرفة نتائج تحاليل العاملين بها، ولكن هذا فقط من حق العامل (المتبرع بالدم) أن يعرف نتائج الشخصية.

مخاطر عدم السرية والخصوصية :

- شعور المتبرع بعدم الأمان مما يترتب عليه عدم قوله الحقيقة في مشورة قبل التبرع مما يهدد سلامة وحدة الدم.
- عدم مصداقية الخدمة قد تؤدي إلى امتناع المتبرع عن الحضور مرة أخرى للتبرع.
- ليس فقط المتبرع ولكنه يمكن أن ينقل صورة سيئة لأصدقائه عائلته. مما يؤدي إلى نتائج سلبية بعيدة المدى.

إيجابيات الخصوصية وبناء الثقة :

- الثقة تجعل المتبرع يجيب على أسئلتك بأمانة مما يزيد من سلامة الدم وأمنه .
- تدفع المتبرع لإعادة عملية التبرع وأن يصبح متبرعاً دائماً .
- تجعل المتبرع سفيراً عن بنك الدم يدعو ويحفز لقضية التبرع بالدم .

للتأكد من الخصوصية والسرية اتبع ما يلي :

- تنظيم المكان في الحملات والمراكز الثابتة للتأكد من خصوصية الحوار بين الطبيب والمتبرع بالدم .
- لا تكتب اسم المتبرع على كيس الدم أو التحاليل، اكتب فقط الكود أو الرقم (حسب النظام المتبع) .
- عند عملية سحب الدم، ضع برافانات أو فواصل (حسب الامكانيات المتاحة) بين الرجال والسيدات من المتبرعين .
- المحافظة على السجلات هام جداً .

ب - أنواع المتبرعين

أنواع المتبرعين

مهارات التعامل مع الأنماط البشرية المختلفة

أنواع المتبرعين

مقدمة:

هناك تحد كبير يواجه بنوك الدم فى تأدية عملها، وهو عزوف المجتمع عن المشاركة والتطوع للتبرع بالدم ولعل الأسباب التالية قد توضح بعضاً من هذه التحديات :

- قلة الوعى بأهمية الدم الآمن لكل إنسان.
- الخوف من انتقال العدوى أثناء التبرع أو الخوف من شكة الإبرة.
- عدم الثقة فى أن الدم يذهب لمستحقه.
- الرغبة فى التبرع للأقارب فقط.

ومن ثم لا بد وأن تكون لدينا خطة استراتيجية قومية وبرنامج الهدف منه تضافر الجهود بين المؤسسات الحكومية والأهلية والوزارات المعنية لدعم التطوع للتبرع بالدم بصفة دائمة. ونؤكد مرة أخرى أن قضية التبرع بالدم ليست مسئؤلية جهة بعينها ولكنها قضية تخص المجتمع بأكمله، ومن هذا المنطلق يجب التركيز على أهمية مشاركة المجتمع وشحذه وتحفيزه للتبرع بالدم بحيث يقوم المجتمع بتبنى قضية التبرع بالدم وأن يصبح المتبرعون سفراء عن القضية... ويدعون ويحفزون غيرهم للتبرع بالدم بدون مقابل.

أنواع المتبرعين

إن هدف ودافع المتبرع بالدم ، هو أحد سمات عملية التبرع والتي قد تحدد أمان وسلامة الدم، وذلك عن طريق أخذ المعلومات الصحيحة من المتبرع حول صحته وما قد يمكن أن يعرض صحته للخطر لذا عندما تقابل متبرعاً :

- فكر أولاً فى هدف ذلك المتبرع من قيامه بالتبرع فهذا الهدف يقسم المتبرعين الى ستة أنواع :
- ١ - متبرع طوعى بدون مقابل.
 - ٢ - متبرع استبدالى عائلى.
 - ٣ - متبرع موجه.
 - ٤ - متبرع مرغم.
 - ٥ - متبرع مدفوع.
 - ٦ - متبرع طوعى (بهديّة).

أولاً : المتبرع الطوعى بدون مقابل

Voluntary Non-Remunerated Blood Donor

« هو ذلك الشخص الذى يتبرع بالدم دون انتظار لأى مقابل، تبرعاً لوجه الله تعالى بعد إدراكه بأن الدم هو هبه الحياة وأن تبرعه بوحدة دم هو يشارك فى نظام تكافل اجتماعى بينه وبين أعضاء مجتمعه .»

المتبرع الطوعى بدون مقابل هو حجر الأساس فى عمل بنك الدم

وهذا النوع من المتبرعين يمكن تقسيمه إلى نوعين :

- متبرع لأول مرة.
 - متبرع لأكثر من مرة أو متبرع منتظم.
- ولكل نوع من هؤلاء المتبرعين، عدة نقاط ينبغي مراعاتها عند التعامل معهم :

(أ) المتبرع لأول مرة :

احتياجاته :

يحتاج الشخص القادم للتبرع لأول مرة إلى التأكيد على مسألة الخصوصية والسرية والتأكد من أمان عملية التبرع كاملة. كما يحتاج إلى مشورة قبل التبرع - وعناية بعد التبرع. كذلك إلى شكر وتقدير لتحفزه ليكون متبرعاً دائماً.

هدفنا :

توعية وتحفيز المتبرع ليكون متبرعاً طوعياً منتظماً عن طريق :

١ - توصيل الرسالة :

كيف أن التبرع بالدم هو الطريقة الوحيدة لإنقاذ شخص مريض فى احتياج لهذا الدم.

٢ - تحفيز المتبرع وبناء جسور الثقة معه :

أن يكون متبرعاً شرفياً بدون مقابل أى لوجه الله سبحانه وتعالى.

٣ - التأكيد على مفهوم الدم الآمن :

استبعاد الدم غير الآمن استبعاد الشخص (تتحيه عن التبرع) فى حالة احتمالية إصابته أو تعرضه لأحد الأمراض التى تعوق التبرع.

٤ - رعاية المتبرع وتقديم خدمة جيدة.

تذكر:

أن المتبرع للمرة الأولى أو حتى المتبرع المنتظم لو مر بعملية تبرع غير سارة، فهذا سوف يجعله لا يكرر التجربة مرة أخرى قوى العلاقة بينك وبين المتبرع وضح له مدى أهميته، ومدى أهمية كيس الدم المتبرع به للآخرين

النتيجة :

بتحقيق النقاط السابقة ستجد :

- متبرع تبرع أكثر من مرة وأكثر أمنا للتبرع بالدم.
- متبرع يفهم بأسلوب علمي ما هي عوامل الخطر التي تؤثر على سلامة وحدة الدم.
- متبرع يبدي استعدادة للتبرع عند حدوث أى أزمة أو احتياج طارئ للدم.
- متبرع سهل الوصول إليه وسهل استعدائه.

هذا المتبرع ثروة لا تضيعها حاول كسب ثقته دائماً

(ب) المتبرع الطوعى المنتظم :

كيفية التعامل معه :

- لا تهمل المشورة مع المتبرع المنتظم لاعتقادك بأنه معتاد على التبرع لا بد أن تذكره بين الحين والآخر بالعوامل التي قد تعوقه عن التبرع.
- شجعه ليحفز الآخرين على التبرع ويكون سفيراً لقضية التبرع بالدم.
- قدر مخاوفه وأحاسيس المتقدم للتبرع عند وجود عائق مؤقت يعوق التبرع، وضح له السبب ببساطة وأشكره على حضوره وحدد معه الموعد القادم للتبرع، ولا تنسى أن تطمئنه على صحته.
- كل متبرع يحتاج إلى الشكر والتقدير. فلا تهمل المتبرع المنتظم أو تبخل فى تقديم الشكر والثناء عليه كل مرة.

قد تتعرض للسؤال التالي :

لماذا يتكرر ملء الاستبيان ؟

هذا لكي نطمئن عليك وعلى سلامة وحدة الدم المتبرع بها . وهذا إجراء أساسى لأنه على سبيل المثال لو كان المتبرع يعانى من نزلة برد، فهذا قد يضر بمتلقى الدم، لذلك يجب تأجيل تبرعه حتى تمام شفائه .

كيفية استدعاء المتبرع للحضور إلى مركز التبرع بالدم :

- عن طريق التليفون .
- عن طريق الخطابات .
- ويفضل أن يكون قبل موعد التبرع بعدة أيام .

ضمان تقوية العلاقة مع المتبرع المنتظم واستمراريتها يمكن أن :

- تبعث خطاب شكر للمتبرع بعد التبرع .
- تعطى شهادة تقدير للتميز بعد عدد مرات معينة من التبرع .
- ترتب موعد مع المتبرع المنتظم لكي يرى كيف يُعامل كيس الدم (التحاليل التى تجرى عليه تخزينه) . هذا يعطيه إحساس بالملكية .
- تكتب عن المتبرع فى لوحة الشرف موضحاً كيف ساعد فى إنقاذ حياة المرضى .

تذكر أن :

**المتبرعين المنتظمين هم العمود الفقري وحجر الأساس لخدمة نقل الدم،
هم صمام الأمان لآلاف المرضى الذين يحتاجون الدم يومياً
لولا عطاءهم وكرمهم والتزامهم لما استطعنا إنقاذ هؤلاء المرضى .**

ثانياً : المتبرع الاستبدالى العائلى

Family Replacement Blood Donor

« هو ذلك الشخص الذى يتبرع لأحد أفراد أسرته أو معارفه بوحدة دم من أى فصيلة على أن يقوم بنك الدم بإستبدالها بوحدة من نفس فصيلة المريض من رصيد البنك ».

ومن المهم عند مقابلة هذا النوع من المتبرعين ألا تترك الفرصة، فبقليل من الإقناع يمكن أن يكون هذا الشخص متبرعاً دائماً. ولكن لا تنسى فالمريض وأقاربه معرضين لعدة ضغوط :

- تجربة المرض التى يمر بها المريض
- ضرورة إيجاد شخص يتبرع بالدم.
- احتمالية عدم وجود شخص مناسب صحياً للتبرع.
- المريض قد يحتاج لأكثر من كيس دم.
- احتمال لجوء الأقارب إلى محترفى التبرع بالدم نظير المال.

والمشكلة مع المتبرع الاستبدالى العائلى أنه :

قد لا يقول الحقيقة فى استبيان ما قبل التبرع لأنه يعلم أن قريبه سيحصل على دم آخر من الرصيد الموجود فى بنك الدم. لذلك يجب توضيح أهمية الحصول على بيانات الاستبيان، التاريخ الصحى للمتبرع وذلك من أجل صحة المتبرع والشخص المتلقى للدم.

وفى حالة الاحتياج لفصيلة دم معينة غير متوفرة بين قوائم المتبرعين المنتظمين لدى بنك الدم، يمكن الإتصال بمن تبرع لأحد أفراد عائلته من قبل (المتبرع الاستبدالى العائلى) فهو يدرك الآن أهمية التبرع بالدم بعدما أنقذ كيس الدم حياة قريبه فهناك احتمال قوى أن يوافق على التبرع.

ثالثاً : المتبرع الموجه

Directed Blood Donor

« هو ذلك الشخص الذى يتبرع لشخص آخر بعينه ويشترط أن تذهب وحدة الدم لهذا الشخص ولا يمكن استخدامها لشخص آخر دون إذن من المتبرع » (أحياناً يكون هذا التوجه بناءً على ما يأمر به الطبيب المعالج). أى يكون بنك الدم فى هذه الحالة مجرد ثلاجة لحفظ الدم.

رابعاً : المتبرع المرغم Obliged Blood Donor

« هو ذلك الشخص الذى يتبرع بالدم مضطراً لقاء الحصول على خدمة مقابل التبرع » مثل: شخص يتبرع بوحدة دم من أجل أن يدخل مريض له المستشفى للعلاج أو شخص يتبرع بوحدة دم من أجل أن يصرح له باستخراج ورقة هامة مثل رخصة القيادة (لا يتم استخراجها إلا بعد إحضاره ما يفيد من بنك الدم بأنه قد تبرع) والمشكلة هنا تكمن فى أنه قد يخفى بعض المعلومات الهامة التى قد تحرمه من عملية التبرع.

خامساً : المتبرع المدفوع Paid Blood Donor

« هو ذلك الشخص الذى يتبرع بالدم مقابل مبلغ نقدى من المال يحصل عليه » ويصير متبرعاً محترفاً عندما يتكرر تبرعه بحثاً عن المقابل المادى.

(متبرع محترف)

وقد ألغى هذا النظام بقرار وزارى فى فبراير ١٩٩٩، ولكنه ما يزال موجوداً أحياناً من أبواب خلفية (أسرة مريض تدفع لمتبرع ليقوم بعملية التبرع بدلاً من أحد أفراد الأسرة). وفى حالة مقابلة متبرع محترف، نوضح له أن الدم هبة من الله وليس سلعة تباع أو تشتري. بالإضافة إلى أن التبرع بعدد مرات أكثر من المسموح به دون استيفاء المدة المسموح بها يضر بصحته.

سادساً : المتبرع الطوعى (بهدية) Voluntary Remunerated Blood Donor

« هو ذلك الشخص الذى يتبرع بالدم ليس لهدف معين، ويقوم بنك الدم بإعطائه هدية عينية ذات قيمة مادية (مثل : فانلة، كاب، كرة، كوب، إلخ ...). فتصبح الهدية هى هدفه فى التبرع وليس لوجه الله ». ومن ثم قد يخفى معلومات صحية هامة تجعل تبرعه غير آمن.

مهارات التعامل مع الأنماط البشرية المختلفة

يتعامل أعضاء فريق بنك الدم مع العديد من أنماط الشخصيات، ويجد الكثيرون صعوبة فى التعامل مع هذه الشخصيات المتعددة مما يؤثر فى عملية الإتصال. ومن الأشياء التى تساعد على تحقيق الإتصال الفعال، إكتساب مهارة التعامل مع أنواع الشخصيات المختلفة. ويمكن تصنيف البشر وفقاً للصفات والخصائص المميزة لسلوكهم إلى أنماط بشرية محددة، وذلك رغم تباين واختلاف سلوك البشر، وفى أحيان كثيرة تجد أن الشخص يحمل أكثر من نمط واحد... أيضاً تختلف الأنماط من وقت إلى آخر.

لذلك فإن الفهم الصحيح للنمط البشرى يساعدنا فى تحديد استراتيجيات التعامل مع هذا النمط، بما يحقق لنا الفعالية والنجاح فى التعامل.

أنماط الشخصيات المختلفة :

فيما يلى عرض لأهم وأكثر الأنماط شيوعاً، والتى قد تقابلك أثناء تعاملك مع المتقدمين للتبرع بالدم والتى يمكن من خلالها معرفة مفاتيح كل شخصية من الشخصيات التى تتعامل معها، وفى نفس الوقت معرفة أين نحن من هذه الأنماط ؟ وكيف يمكننا تحقيق التعامل معها فى ضوء عنصرين هما :

- ١ - الخصائص العامة والشائعة لكل نمط.
- ٢ - استراتيجيات التعامل لتحقيق الفعالية فى الإتصال.

المعارض :

كيف أتعامل معه	سمات شخصية المعارض
<p>١ - لا نُظهر قلقاً عند اختلاف وجهات النظر.</p> <p>٢ - يقوم الفريق بتوضيح النقطة مثار الخلاف.</p> <p>٣ - الاستعانة بآراء الأفراد المتعاونة أو المتفهمة لعمل الفريق خاصة الأشخاص المؤثرين.</p> <p>٤ - إنصت له حتى النهاية ثم ابدأ فى التعليق بدءاً من النقاط المتفق عليها .</p>	<p>١ - خالف تعرف.</p> <p>٢ - يحب إثبات وجوده.</p> <p>٣ - يشكك الآخرين فى الحوار ويؤدى إلى انقسام فى الآراء.</p>

المسيطر :

كيف أتعامل معه	سمات شخصية المسيطر
<p>استند من حب ظهوره باستقطاب هذا الشخص لجانبك وأن يكون مؤثر إيجابى لتحفيز الآخرين للتبرع بالدم.</p>	<p>١ - لديه حب الظهور وفخور برأيه.</p> <p>٢ - الاستحواذ على آراء الآخرين وفرض رأيه على الآخرين.</p>

التمسك بآرائه :

كيف أتعامل معه	سمات شخصية التمسك بآرائه
<p>١ - إظهار أن الاختلاف فى الآراء لا يفسد للود قضية. إلا أن المعلومات العلمية يفضل أن تستقى من مصادرها الصحيحة.</p> <p>٢ - ابدأ معه بالنقاط المتفق عليها .</p> <p>٣ - توجيه نظره لأهمية الاستماع لجميع الآراء.</p>	<p>١ - قد يكون متكبر أو عنيد .</p> <p>٢ - حريص دائماً على الحديث.</p> <p>٣ - دائم الانفعال .</p> <p>٤ - لا ينصت جيداً للآخرين .</p>

المجادل الذى يدعى معرفته لكل شئ :

كيف أتعامل معه	سمات شخصية المجادل
<p>١ - التمكن من صحة معلوماتك والقراءة الجيدة حول الموضوع تعطى ثقل جيد .</p> <p>٢ - محاولة إقناعه بطريقة منطقية وعلمية صحيحة .</p>	<p>١ - كثير الكلام .</p> <p>٢ - يسبق فى الحوار .</p> <p>٣ - يجادل بدون أساس علمى .</p> <p>٤ - يتمسك بآرائه .</p>

المتردد :

كيف أتعامل معه	سمات شخصية المتردد
<p>١ - إبنى على ما يقوله من معلومات صحيحة، حاول أن تبني جسور من الثقة بينك وبينه .</p> <p>٢ - نحاول من خلال الحدودة أو الكلمة بناء الثقة وتشجيعه على أهمية دوره كمترع ومدى استفادة الآخرين من ذلك .</p>	<p>١ - يفتقر إلى الثقة .</p> <p>٢ - مرتاب وقلق .</p> <p>٣ - يجد صعوبة فى اتخاذ القرار .</p>

الخائف :

كيف أتعامل معه	لماذا يخاف
<p>١ - نهدي روعه ونطمئنه بأن شكة الإبرة ألم بسيط مقارنة بالعطاء الذى يوجد به وجزاءه عند الله تعالى .</p> <p>٢ - نفتح أمامه عبوة معقمة لنؤكد سلامته من العدوى . (فى كل خطوة فى دورة التبرع من بدأ قياس نسبة الهيموجلوبين حتى نهاية عملية التبرع أكد على أن جميع الأدوات معقمة ولا يمكن استخدامها مرة أخرى) .</p>	<p>١ - خائف من عملية التبرع خاصة شكة الإبرة .</p> <p>٢ - قد يكون خائف من العدوى من بعض الأمراض .</p>



(الحدوتة)

(الحدوتة)

أهلاً وسهلاً بك فى بنك الدم ...

- الأول حناخذ بعض البيانات المهمة عندنا علشان أولاً نتعرف ببعض وكمان علشان نضمن سلامتك وسلامة وحدة الدم وعلشان كده هانملاً الاستمارة دى.
- ودلوقتى هانقيس نسبة الهيموجلوبين اللى عندك من خلال شبكة إبرة بسيطة فى صباغك، أنت عارف إن علشان تتبرع لابد تكون نسبة الهيموجلوبين مناسبة.
- بس طبعاً هانعمل تحاليل ثانيه بعد إن شاء الله ما تتبرع لأنها تحتاج إلى وقت.
- أهم حاجة فى الموضوع إن المعلومات والبيانات ونتائج التحليل كلها فى أيدي أمينة ونضمن لك السرية والخصوصية لان الاسم لا يكتب على كيس الدم ويستبدل برقم كودى.

اتفضل حضرتك علشان تقابل الدكتور علشان يطمئن على صحتك ...

- انت عارف احنا ملينا الاستمارة دى ليه ؟ علشان الأسئلة اللى فيها تعرفنا لو كان ينفع تتبرع معنا النهاردة أو نأجلك شوية لأن بعض الأمراض ما بتظهرش فى الدم إلا بعد الإصابة بها بفترة واللى عارف إنه أتعرض للإصابة قبل كده يفضل إنه ينسحب وده علشان سلامة الدم اللى ها تتبرع به.
- ودلوقتى هانطمئن على نبضك وضغطك ونسمع صدرك والوزن والحرارة.
- الحمد لله كله كويس.
- ودلوقتى اتفضل على الكرسي اللى قدامك علشان نبدأ عملية التبرع اللى حاتأخذ أقل من ١٥ دقيقة.

استكمل الحوار مع المتبرع أثناء عملية التبرع لكن تصرف نظره عن
شبكة الإبرة وذلك بعمل حوار شخصى معه وفى حالة توجيه أى سؤال
حول الدم ارجع إلى الباب الخاص بالأسئلة والإستفسارات.

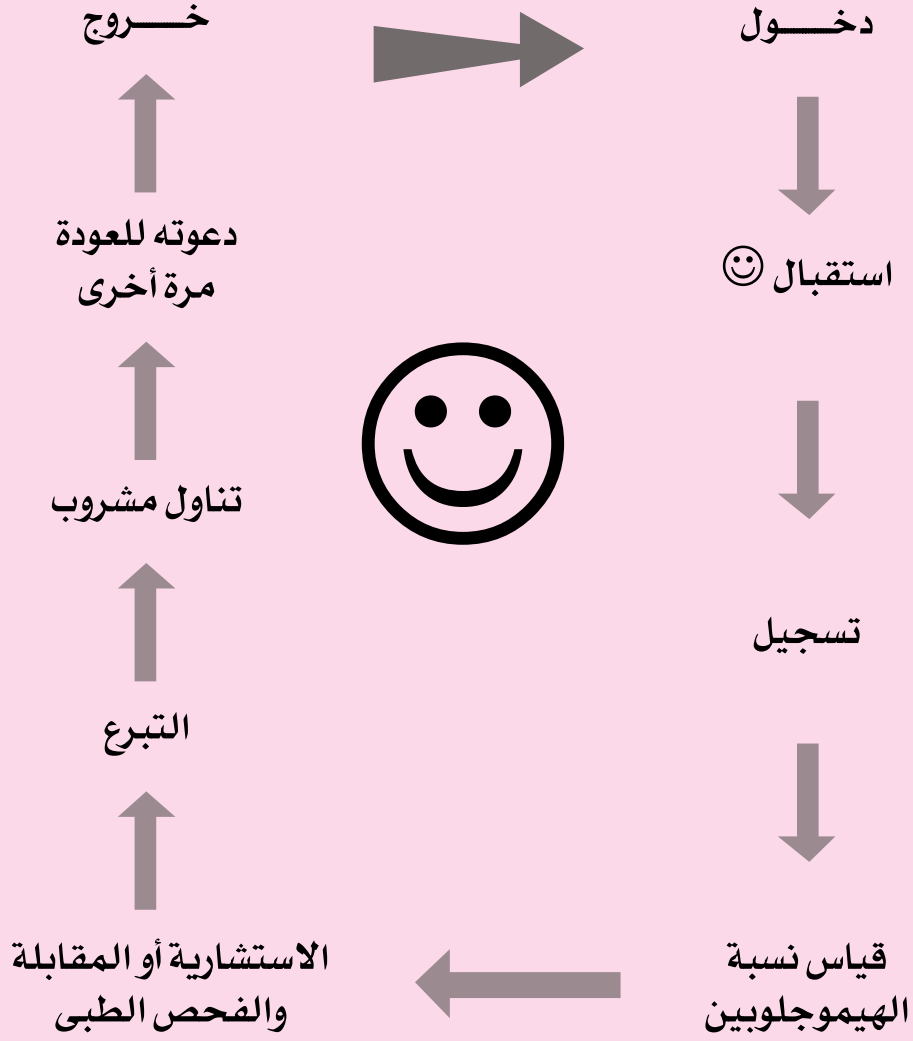
بعد الانتهاء من عملية التبرع ...

- على فكرة الدم اللى اتبرعت به ده بيفيد أكثر من شخص لأن الدم بيقسم لمكوناته الأساسية وينعطى كل مريض احتياجه من المكونات المختلفة. ومع التقدم الكبير فى جراحات وعمليات القلب المفتوح وعلاج السرطانات وزيادة حوادث الطرق السريعة بتلاقى إن هناك احتياج متزايد للدم مش بس كده .. أى إنسان قد يحتاج لنقل دم فى أى لحظة من حياته وعلشان كده هدفنا وجود متبرعين منتظمين وده هدف إنسانى وزكاة عن الصحة .. ياريت كل إنسان يجرب الإحساس الإنسانى الرائع عندما يجرى جزء غال منه وهو دمه فى شرايين طفل مصاب لا يعرفه فينقذ به حياته... ودور كل إنسان إنه يساعدنا إما بأنه يكون متبرع منتظم أو يساعدنا فى جذب متبرعين جدد.

ألف ألف شكر...

- تفضل اشرب العصير ده وكتر من شرب السوائل النهاردة. وعادى جداً تقدر تمارس حياتك اليومية بس ياريت بدون مجهود زايد وإن كنت بتدخن ياريت تنتظر ساعتين.
- ياترى ها نشوفك امتى تانى.
- على فكرة ممكن تتبرع مرة ثانية بعد ٣ شهور (تتبرعى بعد ٤ شهور) من النهاردة.
- مع السلامة.

دورة المتبرع



**الأسئلة والإستفسارات
الأكثر شيوعاً
عن التبرع بالدم**

لماذا أتبرع

قبل التبرع

أثناء التبرع

بعد التبرع

تحاليل الدم

التعامل مع الدم

صرف الدم

لماذا أتبرع؟

فوائد التبرع بالدم

بدائل الدم

أماكن التبرع بالدم

لمن أتبرع؟

فوائد التبرع بالدم

لماذا التبرع بالدم؟

لا شئ يغنى عن الدم

لا يوجد أى بديل يمكن أن يغنى عن الدم. وجسم الإنسان هو المصنع الوحيد للدم الذى يسمى بسائل الحياة، وكل أموال العالم لن تفيد إذا لم تتوفر فصيلة الدم المناسبة فى الوقت المناسب. وهناك آلاف من المرضى المحتاجين إلى الدم مثل الأطفال المصابة بأمراض الدم ومصابى الحوادث ومرضى السرطان والفشل الكلوى والجراحات المختلفة وحالات أخرى كثيرة. أى إنسان قد يحتاج إلى الدم فى وقت ما من حياته، ولا بد أن يجرب كل إنسان الإحساس الإنسانى الرائع عندما يجرى جزء غالى منه وهو دمه فى شرايين طفل مصاب لا يعرفه فينقذ به حياته.

ما هى فوائد التبرع بالدم؟

فوائد صحية :

توجد فوائد صحية للتبرع بالدم حيث أن التبرع ينشط خلايا نخاع العظام للمتبرع (مكان تصنيع الدم) مما يزيد من فاعليتها ويجدد نشاطها فتنتج المزيد من خلايا الدم الجديدة.

فوائد إنسانية :

تبرعك بالدم يشعرك بالرضا والفخر

بتبرعك بالدم، أنت تشارك فى إنقاذ حياة عدة أشخاص فى احتياج ملح للدم أو لأحد مشتقاته لأن الدم يمكن فصله لأربعة مكونات رئيسية هى كرات الدم الحمراء والصفائح الدموية والبلازما وبعض عوامل التجلط. بل أن بعض هذه المكونات يمكن فصله مرة أخرى إلى مكونات أصغر. إن إحساسك بهذا العطاء سوف يشعرك بالرضا والفخر.

فوائد دينية :

التبرع بالدم هو زكاة عن الصحة وهو فرض كفاية.

**لا بد أن يجرب كل إنسان الإحساس الإنساني الرائع عندما يجري
جزء غال منه وهو دمه في شرايين طفل مصاب
لا يعرفه فينقذ به حياته**

هل هناك هدايا مقابل التبرع؟

لا، ليست هناك هدايا مقابل التبرع بالدم، لأن الدم هبة من الله والتبرع بالدم هو لوجه الله سبحانه وتعالى، وهو زكاة عن الصحة.

بدائل الدم

هل هناك بدائل للدم؟

إن الإنسان هو المصدر الوحيد للدم وليست هناك أية بدائل للدم حتى الآن، أما ما تسمع عن بدائل الدم البشرى فهي مازالت تحت التجربة.

أماكن التبرع بالدم

أين أتبرع بالدم؟

التبرع بالدم يتم فى بنوك الدم التابعة لإشراف وزارة الصحة وعناوينها موجودة على هذه النشرات (يتم تقديم أحد هذه النشرات)، هذا بخلاف حملات الدم المتنقلة (يفضل وضع لافتة بإسم بنك الدم فى مكان ظاهر أثناء الحملة).

لمن أتبرع؟

لمن أتبرع؟

أنت تتبرع لكل مريض محتاج للدم مثل الأطفال المصابة بأمراض الدم ومصابي الحوادث ومرضى السرطان والفشل الكلوى والجراحات المختلفة وحالات أخرى كثيرة، وهذا العمل الإنسانى لوجه الله سبحانه وتعالى ولخدمة أبناء وطنك.

هدفنا هو دم آمن لكل مريض محتاج إليه

لو تبرعت لأحد من عائلتي هل يتم عمل نفس التحاليل؟

بالطبع التحاليل موحدة على كل أكياس الدم فى كل بنوك الدم على مستوى الجمهورية.

هل من الأفضل أن أتبرع لأحد أقاربي؟

لا بد أن تتبرع بانتظام لضمان توافر الدم لكل مريض لأنه كما رأيت... هناك احتياج دائم للدم، وليس عند احتياج قريبك فقط.

ملحوظة :

المتبرع الإستبدالى العائلى أو الموجه قد يخفى عنك تاريخه المرضى ظلنا منه أنك ستعطى قريبه دما آمنا. وهذا النوع من التبرع لا يضمن استمرارية الإمداد وأمان الدم.

دمى لىس الفصيلة المناسبة للشخص المرىض المحتاج للدم؟

نحن نحتاج متبرعىن منتظمىن من كل فصائل الدم، وعلى الرغم من أن دمك لن يصل لقربىك إلا أنه سىصل إلى شخص آخر فى احتىاج إلیه، أما قربىك فسوف یصله دم تبرع به شخص آخر من نفس الفصيلة.

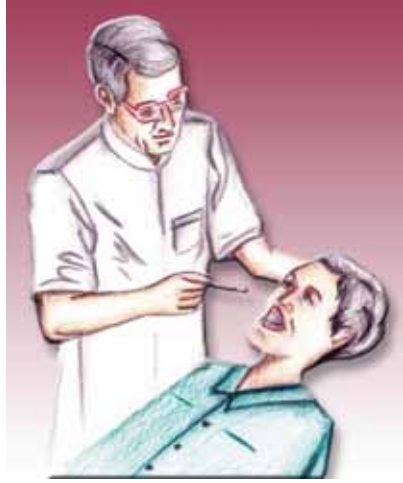
أنا مشغول لىس لدى وقت؟

تستغرق عملیة التبرع ككل من ثلث إلى نصف ساعة (ملء استمارة البىانات وإجراء الفحوصات وسحب الدم واستراحة ما بعد التبرع)، أما عملیة سحب الدم ذاتها فتأخذ من ٨ - ١٠ دقائق على الأكثر، ومهما كان الوقت فهو ثمن قلیل جداً لإنقاذ حیاة أكثر من شخص فى المقابل.

قَبْلَ التَّبَرُّعِ

أَسَسِ اخْتِيَارَ الْمُتَبَرِّعِ بِالدَّمِ
اسْتِمَارَةَ التَّبَرُّعِ
التَّارِيخَ الصَّحِيَّ لِلْمُتَبَرِّعِ
التَّبَرُّعَ وَالصَّحَّةَ الْإِنجَابِيَّةَ
أَنَا قَدْ أَكُونُ مَرِيضاً ... سَأَنْسَحِبُ
التَّحَالِيلَ الَّتِي تُجْرَى عَلَى الدَّمِ
أَفْكَارَ تَرَاوَدَ الْمُتَبَرِّعِ
التَّبَرُّعَ وَالْجَوَانِبَ الْعَقَائِدِيَّةَ

بعض حالات التأجيل المؤقت للتبرع بالدم



خلع ضرس لمدة عام أو علاج أسنان لمدة ستة أشهر



نقل دم سابق لمدة عام



عملية جراحية كبرى لمدة عام

أسس اختيار المتبرع بالدم

السن : من ١٨ - ٦٠ سنة
الفترة ما بين تبرع وآخر : لا تقل عن ٣ شهور للذكور ولا تقل عن ٤ شهور للإناث.

التاريخ المرضى

١ - متبرعون يتم تأجيلهم مؤقتاً :

- حالات الإصابة فى حادث : يُؤجل لمدة عام
- إجراء عملية كبرى : يُؤجل لمدة عام
- إجراء نقل دم : يُؤجل لمدة عام
- خلع ضرس : يُؤجل لمدة عام
- إجراء عملية صغرى : يُؤجل لمدة ٦ شهور
- علاج بالإبر الصينية : يُؤجل لمدة ٦ شهور
- علاج أسنان (تنظيف وحشو) : يُؤجل لمدة ٦ شهور
- إجراء وشم : يُؤجل لمدة ٦ شهور
- ثقب للأذن : يُؤجل لمدة ٦ شهور
- إلتهاب رئوى أو شعبي : بعد تمام الشفاء
- أنيميا نقص الحديد : بعد تمام الشفاء
- إلتهاب الكلى والمسالك البولية : بعد تمام الشفاء
- المخالطة لحالة إلتهاب كبدى : يُؤجل لمدة عام من نهاية المخالطة
- تضخم فى الغدد الليمفاوية : يُؤجل لحين التشخيص والعلاج
- الملاريا : يُؤجل لمدة عام بعد التأكد من الشفاء
- (فى حالة زيارة المتبرع لمنطقة يتوطن فيها المرض) : يُؤجل لمدة ثلاثة أسابيع بعد العودة

- التطعيم :
- الحمل والرضاعة :
- الدورة الشهرية :
- (أنظر ص ٦٥ و ٦٦)
- تؤجل لمدة عام بعد الولادة
- لا داعى للتأجيل إلا فى حالة زيادة الطمث

الأدوية :

- أسبرين :
- يؤجل ٣ أيام إذا كان التبرع بصفائح دموية (وتوضع علامة على وحدة الدم الكامل فى حالة التبرع قبل ذلك حتى لا يفصل منه صفائح دموية).
- مضادات حيوية أو كورتيزون :
- يؤجل لحين انتهاء العلاج

٢ - حالات الرفض النهائى :

- الأمراض الصدرية المزمنة (ريو - درن).
- جميع أنواع الأنيميا عدا أنيميا نقص الحديد.
- أمراض الدم الأخرى بأنواعها.
- مرض السكر.
- أمراض القلب والحمى الروماتيزمية.
- حالات تضخم الكبد.
- البلهارسيا.
- الصفراء (الإلتهاب الكبدى).
- حالات الفشل الكلوى.
- حالات التشنجات والصرع والإغماء المتكرر.
- أمراض تناسلية (إيدز - زهرى - سيلان).
- زيادة أو نقص إفرازات الغدة الدرقية.
- الأمراض السرطانية.
- الأمراض النفسية.

التبرع بالدم والتطعيمات واللقاحات المختلفة

(١) التبرع مباشرة دون فترة انتظار :

نوع اللقاح : (توكسويد) مصل يحتوي على سموم الميكروب، مصل مصنع، أو ميكروب ميت (بكتريا أو فيروس)

أمثلة :

- مصل الالتهاب الكبدى الوبائى A.
- مصل الإلتهاب الكبدى الوبائى B.
- حقنة مصل شلل الأطفال.
- مصل الإنفلونزا.
- مصل التيتانوس.
- مصل البكتريا الرئوية.
- مصل السعال الديكى.
- حقنة مصل التيفود.
- كوليرا.
- مصل ضد الكلب (فى حالة عدم التعرض لعضة الكلب).

(٢) انتظار لمدة أسبوعين من أخذ اللقاح قبل التبرع بالدم:

نوع اللقاح : الميكروب فى صورة مضعفة.

أمثلة :

- الحصبة.
- الغدة النكفية.
- نقط شلل الأطفال.
- نقط التيفود.
- الصفراء.
- منتجات المصل الحيوانى.

(٣) انتظار لمدة ٤ أسابيع من أخذ اللقاح قبل التبرع بالدم :

أمثلة :

- الحصبة الألمانية.
- فيروس الفريسيلا.

(٤) انتظار لمدة عام من أخذ اللقاح قبل التبرع بالدم :

أمثلة :

- الأجسام المضادة للإلتهاب الكبدى الوبائى B.
- الأجسام المضادة (Immunoglobulins).
- الأجسام المضادة للمعامل الريسوسى (RH Ig).
- لقاح ضد عضه الكلب (فى حالة التعرض والعلاج من عضه الكلب).

الفحص الطبى

- **النبض** : يجب أن يكون منتظم.
- **الضغط** : لا يقل عن ١١٠ / ٧٠ ولا يزيد عن ١٤٠ / ٩٠.
- **الحرارة** : ٣٧ درجة مئوية \pm نصف درجة.
- **الوزن** : لا يقل عن ٥٠ كجم.
- **نسبة الهيموجلوبين** : لا يقل عن ١٣ جم للرجال و١٢ جم للإناث.

تطبيق أسس اختيار المتبرع وسيلة هامة لضمان أمان الدم

ما هو السن المناسب للتبرع؟

السن المناسب للتبرع بالدم يتراوح بين ١٨ سنة إلى ٦٠ لأن الشخص الأقل من ١٨ سنة يكون فى مرحلة نمو ونضج حيث أن نخاع العظام لديه لم يكتمل نموه بعد . وكذلك لأن السن القانونى لتحمل المسؤولية هو ١٨ سنة . أما بعد سن الستين قد تظهر بعض المشاكل الصحية التى تعوق عملية التبرع بالدم وقد يصعب على الجسم تعويض الدم المتبرع به .

لماذا لا يُسمح للشخص الذى يزن أقل من ٥٠ كجم أن يتبرع؟

احتمال نسبة حدوث دوخة أو إغماء للشخص الذى يزن أقل من ٥٠ كجم أثناء أو بعد التبرع بوحدة دم احتمال كبير .

إن حجم الدورة الدموية يتناسب مع وزن الجسم فالشخص الذى يزن ٥٠ كجم أو أكثر عندما يتبرع بوحدة دم ٤٠٠ - ٤٥٠ سم^٣ فهذا يعادل $\frac{1}{12}$ من حجم دورته الدموية وذلك لا يشكل أى خطر على حالته الصحية . أما إذا قل وزن الجسم عن ٥٠ كجم فهذا يعنى أن حجم الدورة الدموية أقل من ٥ - ٦ لتر وبالتالي فقد $\frac{1}{12}$ منها قد يؤثر على صحته .

إستمارة التبرع

يقدم المسئول فى بنك الدم الاستمارة الخاصة بالتبرع بالدم إلى المتبرع، موضحاً أن هذه الاستمارة تتضمن بعض البيانات الشخصية، وبيانات عن الحالة الصحية عامة وبعض البيانات عن الأمراض التى تعرض لها المتبرع من قبل لضمان الحصول على دم آمن وللحفاظ على سلامة المتبرع وكذلك المريض المتلقى للدم.

ما هو أهمية أخذكم لكل هذه البيانات ؟

هناك أهمية كبيرة فى أخذ هذه البيانات تتمثل فى :

● خلق قاعدة بيانات للمتبرعين وذلك لاستخدامها فى الحالات الآتية :

- ١ - استدعاء المتبرع فى حالات الاحتياج إلى فصيلة دمه (خصوصاً فى حالات الفصائل النادرة) إذا رغب فى ذلك.
- ٢ - إدخال نظام استدعاء المتبرع للإحتفاظ بمتبرع طوعى منتظم.
- ٣ - لكى يحصل المتبرع على نتائج التحليل إذا رغب فى ذلك.
- ٤ - للإطمئنان على سلامة المتبرع.

**الدقة فى أخذ البيانات الشخصية هامة لخلق
قاعدة بيانات سليمة للمتبرعين**

التاريخ الصحى للمتبرع

يوضح المسئول فى بنك الدم للمتبرع أنه من المهم معرفة التاريخ الصحى للمتبرع وأن هناك أمراض تمنع التبرع نهائياً، وأخرى تمنع التبرع لفترة مؤقتة.

ما هى موانع التبرع ؟

تقسم الموانع للتبرع بشكل عام إلى نوعين : موانع دائمة وأخرى مؤقتة، وذلك للحفاظ على سلامة المتبرع والمريض المتلقى للدم فى آن واحد .

**معرفة التاريخ الصحى للمتبرع تحافظ على سلامة المتبرع
والمريض المتلقى للدم فى آن واحد**

هل تعاطى المخدرات يمنع التبرع ؟

لا يجوز التبرع بالدم لمن يتعاطى المخدرات وذلك لأن حالته الصحية غالباً لا تسمح ولأن من يتعاطى المخدرات يكون أكثر عرضة للإصابة بالأمراض التى تنتقل عن طريق الدم.

التبرع والصحة الإيجابية

هل يمكن التبرع وأنا حامل؟

لا، لا يمكن التبرع أثناء الحمل، وذلك للحفاظ على صحة الأم والجنين.

هل يمكن التبرع أثناء الرضاعة؟

لا يمكن التبرع أثناء الرضاعة فى السنة الأولى... وذلك للحفاظ على مخزون الحديد فى الجسم وللحفاظة على صحتك وصحة الطفل.

هل يمكن التبرع أثناء الدورة الشهرية؟

لا يوجد سبب يمنع من التبرع أثناء الدورة، لكن يُؤجل التبرع فى حالة زيادة كمية الدم المفقودة أثناء الدورة.

هل يؤثر التبرع على قدرتى الجنسية؟

ليس للتبرع أى تأثير على النشاط الحيوى للجسم.

هل يمكننى التبرع وأنا اخذ أقراص منع الحمل؟

نعم يمكنك التبرع.

أنا قد أكون مريضاً سأنسحب



سرنجات مستخدمة لأكثر من مرة



علاقات جنسية غير مشروعة



علاقات جنسية غير مشروعة

أنا قد أكون مريضاً ... سأنسحب

بعد أن يعرف المسئول فى بنك الدم التاريخ الصحى للمتبرع، يوضح له أن واحدة من أهم الأسس للحصول على دم آمن هى أهميه انسحاب المتبرع عند احتمالية تعرضه للإصابة بمرض ينتقل عن طريق الدم، فيذكر النقاط التالية :

- هناك أمراض تنتقل عن طريق الدم أهم وأخطر هذه الأمراض الإيدز والإلتهاب الكبدي الوبائي B & C.
- تنتقل هذه الأمراض عن طريق اختراق الجلد بأدوات ملوثة بالفيروس مثل:
 - السرنجات المستخدمة لأكثر من مرة.
 - أدوات العمليات الجراحية الغير معقمة.
 - العلاقات الجنسية الشاذة مع شخص مريض.
 - العلاقات الجنسية مع شخص مريض.
- إذا تعرض الإنسان لأى من هذه الحالات فإن هناك احتمالاً كبيراً لإصابته بأحد هذه الأمراض التى تنتقل عن طريق الدم.
- فى حالة الإصابة بأى من هذه الأمراض؛ يدخل الفيروس الدم فيعتبره الجسم كائناً غريباً فيفرز ضده أجساماً مضادة.
- هذه الأجسام المضادة تظهر فى الدم بعد فترة من الوقت تسمى الفترة الشبكية وهى الوقت ما بين الإصابة بالمرض وظهور الأجسام المضادة بالدم هذه الأجسام المضادة هى التى تظهر فى التحاليل التى تجرى على الدم.
- لذا على المتبرع الذى تعرض لأى من الحالات السابقة أن يمتنع هو بنفسه عن التبوع.

التحاليل التي تُجرى على الدم

ما هي التحاليل التي تُجرى على الدم؟

قبل التبرع يتم عمل تحليل هيموجلوبين للتأكد من أن نسبته مناسبة للتبرع، أما كيس الدم فيُفحص لمعرفة فصيلة ABO ثم يفحص المعامل الريسوسى RH، ثم تُجرى اختبارات للتأكد من خلو الدم من الإصابة بالالتهاب الكبدى C & B والإيدز ومرض الزهري.

هل لى الحق فى معرفة نتائج التحليل؟

نعم، لك الحق فى معرفة نتائج التحاليل. وبنك الدم يقدم تلك الخدمة فى سرية وخصوصية تامة لمن يطلبها شخصياً.

ما مدى السرية فى معرفة نتائج التحاليل؟

بنك الدم يوفر لك سرية تامة فى نتائج التحاليل فإسم المتبرع لا يكتب على كيس الدم لأن الإسم يتحول إلى رقم، وهذا الرقم يكتب على كيس الدم لإجراء التحاليل اللازمة له ومن ثم فهناك خصوصية وسرية تامة.

بنك الدم يضمن لك السرية والخصوصية التامة فى نتائج التحاليل

كم يستغرق من الوقت لظهور نتائج التحليل؟

يستغرق عمل الفحوصات ٢٤ ساعة، ولكن قد نحتاج أحياناً إلى وقت أطول للتأكد من بعض النتائج. وهذا قد يستغرق حوالى أسبوع.

فى حالة اكتشاف مرض، ما هى الإجراءات المتبعة؟

يتم إرشاد المتبرع إلى ما يجب عمله بصفة شخصية وفى سرية تامة (بواسطة الطبيب المختص).

أفكار تراود المتبرع



أفكار تراود المتبرع

هو أنا عندي دم؟

ببساطة شديدة سوف يتم إجراء اختبار هييموجلوبين قبل التبرع. والهيموجلوبين هو الصبغة الحمراء الموجودة في خلايا الدم والتي تحمل الأكسجين إلى جميع خلايا الجسم. ولو كان لديك أنيميا (فقر دم) فلن يسمح لك بالتبرع. الحد الأدنى للهيموجلوبين للسماح بالتبرع هو ١٢ جم للإناث - ١٣ جم للرجال. وأقل من ذلك لا يعنى بالضرورة أن الشخص يعاني من الأنيميا (فقر الدم).

ما هي كمية الدم الذي يتم التبرع بها وما هي الكمية الكلية الموجودة بالجسم؟

حجم وحدة الدم ٥٠٠ سم^٣ مقسمة إلى حوالي ٧٠ سم^٣ (مانع تجلط) يضاف إليها كمية الدم المتبرع بها وهي حوالي ٤٠٠ - ٤٥٠ سم^٣.

كمية الدم الموجودة داخل الجسم من ٥ - ٦ لتر أي (من ١٠ - ١٢ وحدة دم). لذلك فالدم المتبرع به يشكل $\frac{1}{13}$ من حجم الدم الفعلي داخل الجسم.

الدم المتبرع به يشكل $\frac{1}{13}$
من حجم الدم الفعلي داخل الجسم

ليس لدى دم فائض (زيادة) علشان أتبرع به !

لديك من ١٠ - ١٢ وحدة دم فى جسمك لذا بسهولة يمكنك التبرع بوحدة واحدة منها كل ثلاثة شهور للرجال أو أربعة شهور للسيدات بدون أى مشاكل (السيدة تحتاج لفترة أطول لأنها تفقد كمية من الدم فى الدورة الشهرية تحتاج إلى تعويضها).

أنا خايف من التبرع !

أغلب الناس تخاف فى المرة الأولى لكن بعد التبرع يتعجبون من ترددهم فى البداية.

أنا خايف من شكة الإبرة !

سوف تشعر للحظة واحدة بشكة الإبرة أثناء دخولها (وهى مثل شكة أى إبرة أخرى).....
أى أنها عبارة عن ألم بسيط بالمقارنة بالعطاء الذى سوف تجود به وجزاءه عند الله تعالى.

بماذا سأشعر بعد التبرع ؟

معظم الناس تشعر بالسعادة وبالرضا لأنها أدت عملاً عظيماً خاصة عندما تعلم أن هذا الدم قد ينقذ حياة أكثر من شخص فى احتياج للدم.

تذكر أن :

- ١ - توضح للمتبرع أهمية الدور العظيم الذى يقوم به فى إنقاذ حياة مريض وأن شكة الإبرة تضحية بسيطة جداً فى سبيل إنقاذ مريض.
- ٢ - تحاول أن تجذب اهتمامه أثناء دخول الإبرة حتى لا يلتفت للألم.
- ٣ - تطلب منه أخذ نفس عميق أثناء دخول الإبرة.

ما هي أضرار التبرع بالدم ؟

ليس للتبرع أى أضرار؛ على العكس هو يحفز نخاع العظام على زيادة نشاط خلاياه وبالتالي تجديد الدم.

- هل يمكن أن تنتقل لى عدوى من التبرع ؟**
- هل يمكن انتقال عدوى الإيدز من التبرع ؟**
- هل يمكن انتقال فيروس التهاب كبدى وبائى من التبرع ؟**

نؤكد لك أنه لا داعى للخوف مطلقاً من احتمال الإصابة بعدوى أثناء القيام بعملية التبرع، لأننا نراعى الدقة والأمان الكامل فى عملنا وكل الأدوات المستخدمة معقمة وتستخدم لمرة واحدة فقط.

(يفضل أن يتم فتح العبوة أمام المتبرع ليرى بنفسه)

كما يتم تطهير مكان شكة الإبرة بالكحول. كذلك يتم التخلص من الفضلات الطبية بطريقة آمنة تضمن سلامة المتبرع وكيس الدم، كذلك سلامتنا نحن العاملين من الإصابة بأى عدوى.

هل التبرع بالدم يقلل وزنى (يخسنى) ؟

بالطبع لا . فليست هناك أى علاقة بين التبرع بالدم وفقد الوزن.

هل أنا بحاجة إلى أكل قبل التبرع ؟

لا توجد علاقة مباشرة بين الأكل قبل التبرع وعملية التبرع نفسها ولكن يُفضل أن تكون قد تناولت وجبة خفيفة بالإضافة إلى بعض السوائل فى الثلاث ساعات التى تسبق عملية التبرع.

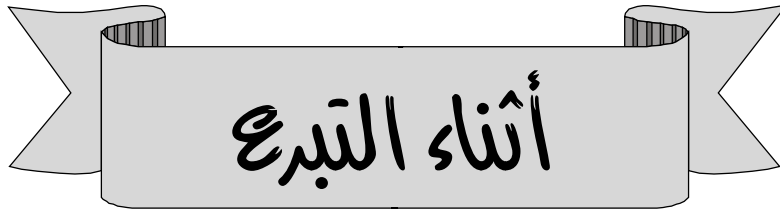
التبرع والجوانب العقائدية

هل التبرع بالدم يفطر؟

وفقاً لفتوى الأئمة هو لا يفطر.

هل التبرع بالدم ينقض الوضوء؟

نعم ينقض الوضوء.



أثناء التبرع

كم تستغرق عملية التبرع؟

تستغرق عملية التبرع ككل حوالى نصف ساعة وتتضمن :

- ملء بيانات استمارة التبرع.
- قياس نسبة الهيموجلوبين والفحص الطبى.
- سحب الدم.

تستغرق عملية سحب الدم ذاتها من ٨ - ١٠ دقائق على الأكثر

هل تؤلم الإبرة طوال وقت سحب الدم؟

الإبرة قد تؤلم فقط عند دخولها لكن لا يستمر الألم أثناء التبرع وهذا ألم بسيط مقارنة بالعطاء الذى سوف تجود به وجزاءه عند الله تعالى.

كيف أضمن سلامتى أثناء التبرع بالدم؟

إن سلامتك تهمنا، لأجل ذلك نحن نراعى الدقة والجودة فى عملنا فكل الأدوات المستخدمة معقمة وتستخدم لمرة واحدة فقط، أيضاً عملية التبرع كلها تتم تحت رعاية طبية.

ملحوظة : تفتح العبوة أمام المتبرع.



نصائح بعد التبرع

بين التبرع والآخر

نصائح بعد التبرع

ما هي الإرشادات / النصائح التي تؤخذ بعد التبرع مباشرة ؟

التدخين : لا تدخن لمدة ساعتين بعد التبرع لأن استنشاق الدخان يحفز الدم للذهاب للرتتين مسبباً حالة من الدوار والشحوب.

الأكل والشرب : اشرب كمية من السوائل أكثر بقليل من المعتاد خلال الـ ٢٤ ساعة بعد التبرع.

(العصير الذي يقدم بعد التبرع هو عبارة عن ضيافة رمزية للمتبرع وشكر وترحيب به وهذا لا ينقص من الثواب)

الرياضة والأثقال : تجنب حمل الأثقال أو ممارسة رياضة عنيفة خلال الـ ٢٤ ساعة بعد التبرع.

الأنشطة اليومية : زاول نشاطك المعتاد بعد التبرع مع تجنب المجهود البدني الزائد.
(في حالة عمل المتبرع كسائق لمسافات طويلة... يفضل عدم مزاولته لمهنة القيادة في نفس يوم التبرع).

بين التبrec والآخر

ما هى الفترة اللازمة بين التبrec والآخر؟

بالنسبة للذكور تكون الفترة المناسبة ٣ أشهر وبالنسبة للإناث ٤ أشهر.

لماذا أنتظر هذه الفترة بين التبrec والآخر؟

متى يجدد الجسم الدم المتبrec به؟

التبrec بالدم ينشط نخاع العظام لإنتاج كرات دم حمراء جديدة لتصل إلى نسبتها الطبيعية خلال ٤ - ٨ أسابيع، أما سائل الدم (البلازما) فيتم تعويضه خلال الأربعة والعشرين ساعة الأولى بعد التبrec.

هل توجد مضاعفات للتبrec؟

ما هى المضاعفات التى قد تحدث بعد التبrec (خائف أتبrec أحسن

أدوخ)؟ هل سأشعر بالضعف والوهن فى نهاية اليوم؟

لا توجد مضاعفات للتبrec بالدم طالما قام الطبيب بتوقيع الكشف الطبى عليك وأقر ملاءمتك للتبrec، وجسمك سوف يعوض الدم الذى فقدته خلال ساعات فأغلب الناس يزاولون أنشطتهم العادية بعد التبrec^(١)، ولكن نادرا ما تحدث بعض الأعراض مثل الدوخة أو القى وتزول تلقائياً بعد فترة وجيزة.

(١) تذكر:

- عند حدوث أى مضاعفات للمتبرع
- تصرف بهدوء وبدون ارتباك.
- هدى روع المتبرع والذين معه (عائلته - أصدقائه).
- ينبغى كذلك أن تكتب هذه المضاعفات فى سجل المتبرع لتلافيها لو أمكن فى المرات القادمة للتبrec.



فصائل الدم

التحاليل التي تُجرى على الدم

الأمراض التي تنتقل عن طريق الدم

فصائل الدم

ماهى فصائل الدم ؟

فصائل الدم تعتمد فى تقسيمها على عاملين أساسيين :

← الأول خاص بفصائل ABO .

← الثانى خاص بالمعامل الريسوسى RH .

نقل الدم الآمن يعتمد على التوافق بين فصيلة دم المتبرع والمتلقى

- الشخص الذى يحمل بروتين A على سطح الكرات الحمراء يحمل فصيلة A .
- الشخص الذى يحمل بروتين B على سطح الكرات الحمراء يحمل فصيلة B .
- الشخص الذى يحمل بروتين A & B يحمل فصيلة AB .
- الشخص الذى لا يحمل بروتين A أو B يحمل فصيلة O .

داخل البلازما أجسام مضادة	على سطح الكرات الحمراء بروتين	الفصيلة
Anti B	A	فصيلة A
Anti A	B	فصيلة B
—	A & B	فصيلة AB
Anti A + Anti B	—	فصيلة O

■ تماثل فصيلتى دم المتبرع والمتلقى لا يغنى عن إجراء عملية التوافق.

ما معنى RH أو المعامل الريسوسى ؟ ما المقصود بفصيلة سالب أو موجب ؟

توجد صفات وراثية على كرات الدم الحمراء تسمى المعامل الريسوسى وجودها يعنى أن الفصيلة موجبة وغيابها يعنى أن الفصيلة سالبة .

والفصيلة RH الموجبة متواجدة فى حوالى ٨٥ ٪ من البشر والفصيلة RH السالبة فى ١٥ ٪ الباقية . لذا فالفصيلة السالبة تعتبر فصيلة نادرة .

ما هى أكثر الفصائل شيوعاً وما هو أقلها ؟

فصائل الدم تعتمد على الصفات الوراثية المحمولة على سطح الكرات الحمراء :

- أكثر الفصائل شيوعاً هو (موجب O) و أقلها (سالب AB) .
- المهم أنه مهما كان نوع فصيلة دمك فثق أنه هام جداً لإنقاذ حياة شخص ما .

**مهما كان نوع فصيلة دمك ،
ثق تماماً أنه هام جداً لإنقاذ حياة شخص ما**

لماذا لا يتم إجراء التحاليل كاملة قبل التبرع ؟

تحتاج التحاليل إلى وقت وأجهزة دقيقة وذلك لضمان سلامة وحدة الدم .

لماذا يتم إجراء تحليل لفصائل الدم قبل تلقى الدم ؟

عندما يُنقل للإنسان دم من فصيلة غير متوافقة مع دمه فإن الجهاز المناعى للمتلقى يعتبر هذا الدم جسم غريب ويحمى الجسم بتكوين أجسام مضادة تلتصق بالدم الغريب وتدمره مما يؤدى إلى حدوث مضاعفات خطيرة ومنها التفسير الشديد لكرات الدم مما يودى بحياة المريض بدلا من علاجه .

(يراعى أن يشرح هنا نظام RH & ABO)

وفى الحقيقة هناك صفات وراثية أخرى على سطح كرات الدم الحمراء غير RH & ABO وتُجرى أيضاً تحاليل خاصة بها لاختبار توافقها بين الدم المتبرع به ودم المتلقى.

ما هي الفصائل النادرة ؟

هناك بعض الفصائل تكون نادرة مثل فصائل RH-ve وقد تتواجد فى أسر أو قبائل أو عرقيات خاصة.

إذا كنت من هؤلاء أصحاب الفصائل النادرة، فلا تبخل بدمك لإنقاذ آخر لأنك أنت وحدك القادر على إنقاذه.

التحاليل التي تُجرى على الدم

ما هي التحاليل التي تُجرى على كيس الدم؟

كل كيس دم تُجرى عليه التحاليل الآتية :

أ - تحاليل الكشف عن الفصيلة :

١- نوع الفصيلة ABO : أول خطوة هي التعرف على فصيلة المتبرع

.A & B & AB & O

٢- المعامل الريسوسى RH : يتم التعرف على المعامل الريسوسى إذا كان سالباً

أو موجباً .

ب - تحاليل الكشف عن الأمراض المعدية :

١- تحاليل للكشف عن وجود إصابة بفيروس الإلتهاب الكبدى الوبائى B .

٢- تحاليل للكشف عن وجود إصابة بفيروس الإلتهاب الكبدى الوبائى C .

٣- تحاليل للكشف عن وجود إصابة بالإيدز .

٤- تحاليل للكشف عن وجود إصابة بمرض الزهري .

● الاختبارات والتحاليل التي تُجرى على كيس الدم دقيقة جداً وذلك لضمان وصول الدم الآمن للمحتاجين إليه .

● الاختبارات تُجرى على أكياس الدم بلا استثناء حتى على أكياس الدم الخاصة بالمتبرعين الدائمين وفى كل مرة .

الأمراض التي تُنقل عن طريق الدم

ما هي الأمراض التي تُنقل عن طريق الدم ؟

- هناك بعض الأمراض التي تُنقل عن طريق الدم وأهمها : مرض الإيدز، الإلتهاب الكبدي الوبائي C & B ، والزهري.
- يتم إجراء تحاليل الدم للكشف عن وجود الأمراض التي تُنقل عن طريق الدم بواسطة الكشف عن الفيروس أو الأجسام المضادة للميكروبات في الدم.
- ويلاحظ أنه توجد فترة بين بداية الإصابة بالمرض أى دخول الميكروب للدم وبين ظهور الأجسام المضادة في الدم وتسمى الفترة الشبّاقية.

ما هو مرض الإيدز وكيف ينتقل ؟

مرض الإيدز معناه مرض فقد المناعة المكتسبة أى مرض يصيب الجهاز المناعى بالجسم وهو ناتج عن الإصابة بفيروس الإيدز وهو فيروس ينتقل عن طريق :

- الإتصال الجنسى مع شخص مريض .
 - الإتصال الجنسى الشاذ مع شخص مريض .
 - اختراق الجلد بأدوات ملوثة بالفيروس أثناء :
 - الحقن بسرنجات ملوثة مثل حقن المخدرات .
 - عمليات جراحية باستخدام أدوات غير معقمة .
 - خلع أسنان باستخدام أدوات غير معقمة .
 - نقل دم ملوث .
 - من الأم المصابة للجنين .
- نظراً لضعف جهاز المناعة فإن الجسم يصبح أكثر عرضة لحدوث التهابات .
يتم إجراء اختبار على كيس الدم للتأكد من خلوه من مرض الإيدز .

ما هو الإلتهاب الكبدي B وكيفية انتقاله ؟

فيروس الإلتهاب الكبدي B ينتقل عن طريق الدم (إبر ملوثة - أدوات غير معقمة، إلخ). ويصيب الكبد، ويسبب إلتهاباً به، تظهر أعراض المرض خلال فترة من ٢ - ٦ أشهر من الإصابة به وهى إصفرار فى لون الوجه والعينين وإرتفاع نسبة الصفراء بالدم يشفى بعض المرضى تماماً والبعض الآخر يصبح مريضاً مزمناً.

مريض الإلتهاب الكبدي (B) لا يسمح له بالتبرع بالدم.

الآن يتم تطعيم الأطفال حديثى الولادة ضد الإلتهاب الكبدي B إجبارياً كما أنه متاح للكبار أيضاً.

ما هو الإلتهاب الكبدي C ؟

يصاب الإنسان بفيروس الإلتهاب الكبدي C عن طريق الدم (إبر ملوثة - أدوات غير معقمة، إلخ). قد لا تسبب الإصابة بفيروس C حدوث أى أعراض ظاهرة لسنوات طويلة وقد يكتشف المرض بالصدفة عن طريق التحاليل. ولكنه فى ٨٠٪ من الحالات يسبب إلتهاب مزمن بالكبد.

مريض الإلتهاب الكبدي (C) لا يسمح له بالتبرع بالدم.

ما هو الإلتهاب الكبدي A ؟ هل يمكن أن ينتقل عن طريق نقل الدم ؟

الإلتهاب الكبدي A ينتقل عن طريق الطعام والمشروبات الملوثة بالفيروس، وهو يصيب الكبد بإلتهاب مؤقت ويحدث أعراضاً على المريض مثل : الحمى - إصفرار الجلد والعينين وفى أغلب الأحيان لا يترك أى أعراض جانبية.

لذا لا يُسمح الآن للشخص الذى لديه تاريخ إصابته سابقة بفيروس A بالتبرع بالدم وذلك لإحتمال إصابته أيضاً ببعض الأنواع الأخرى من الإلتهاب الكبدي قد تكون مصاحبة لفيروس A وذلك حتى اكتمال الدراسات المقامة بهذا الصدد.

هل هناك فيروسات أخرى للإلتهاب الكبدي غير A & B & C ؟

هناك عدة فيروسات أخرى مثل E & G & D فمثلاً :

فيروس الإلتهاب الكبدي E ينتقل عن طريق الطعام أو الشراب الملوث. أما فيروس الإلتهاب الكبدي D & G فهما ينتقلان عن طريق الدم.

ملحوظة : هذه الأنواع مازالت تحت الدراسة.

ما هو مرض الزهري ؟

مرض الزهري هو مرض ناتج عن الإصابة بنوع من البكتريا وهو ينتقل عن طريق الإتصال الجنسي .

يُجرى تحليل على كل كيس دم متبرع به للتأكد من خلوه من مرض الزهري.

ما مصير كيس الدم لو ظهر شئ في التحاليل ؟

يتم التخلص من الأكياس الملوثة عن طريق إعدامها في محارق خاصة بنك الدم.

ما هي الخطوات التي تؤكد سلامة وصول كيس دم آمن للمريض ؟

بنك الدم يتبع أحدث التكنولوجيا للتأكد من سلامة كيس الدم وذلك لضمان كيس دم آمن لكل مريض يحتاج إليه . ولكي نضمن ذلك يتم المرور بعدة خطوات هي :

أولاً : يحرص بنك الدم على بث روح التطوع للتبرع بالدم كما يحرص على عدم إعطاء مقابل لكيس الدم وذلك حتى لا يكون هناك أى حافز مادي يدفع إلى الإتجار بالدم فالتبرع بالدم أجره فقط عند الله سبحانه وتعالى .

ثانياً : يقوم المتبرع بالإجابة عن استمارة بها أسئلة للتأكد من عدم إصابته السابقة أو الحالية ببعض الأمراض التي تعوق التبرع، ثم يتم قياس الضغط وتحليل الهيموجلوبين للشخص المتبرع وإجراء فحص طبي عليه .

ثالثاً : الدم المُتبرَّع به يُجرى عليه عدة اختبارات للتأكد من خلوه من الأمراض التي تنتقل عن طريق الدم مثل الإيدز - الإلتهاب الكبدى الوبائى C & B - مرض الزهري . يتم أيضاً اختبار الدم لمعرفة فصيلة الدم ABO وإذا كان المعامل الريسوسى سالباً أم موجباً .

رابعاً : الحفظ السليم لكيس الدم إلى أن يصل للمريض المحتاج إليه .

خامساً : عمل اختبارات دقيقة لضمان توافق دم المريض مع كيس الدم المنقول إليه .

التعامل مع الدم

ما هو الدم؟

كيس الدم

أمراض الدم



يُصنَعُ معظم الدم في نخاع العظام .. والدم يتكون من سائل أصفر
يسمى البلازما تسبح فيه خلايا الدم



كرات الدم البيضاء تهاجم الميكروبات وتدافع عن الجسم



الصفائح الدموية تلتصق على الجرح لتكون قشرة خارجية توقف النزيف



كرات الدم الحمراء تحمل الأكسجين إلى جميع أجزاء الجسم وهي التي تحدد فصيلة دم الإنسان

ما هو الدم

ما هو الدم ؟

الدم هو سائل حيوى يتكون من كرات حمراء وبيضاء وصفائح دموية وسائل غنى بالبروتين يسمى البلازما .

ما هي مكونات (مشتقات) الدم ؟

يتكون الدم من كرات دم حمراء، وكرات دم بيضاء، وصفائح دموية، الكل يسبح فى سائل غنى بالبروتين يسمى البلازما . عندما يتم فصل الدم، تهوى كرات الدم الحمراء فى القاع والبلازما تطفو إلى أعلى وتبقى الصفائح الدموية وكرات الدم البيضاء معلقتين بين الاثنتين . تؤخذ البلازما المشبعة بالصفائح الدموية ليتم فصلها إلى البلازما والصفائح الدموية .

البلازما نفسها يمكن الحصول منها على عدة بروتينات وعوامل التجلط وهى عناصر هامة لعلاج بعض الأمراض .

ما هي كرات الدم الحمراء ؟

كرات الدم الحمراء هى خلايا دموية (مكون من مكونات الدم) وتشكل حوالى نصف حجم الدم وتحتوى على الهيموجلوبين وهو الصبغة الحمراء فى الدم التى تحمل الأوكسجين لكل الجسم . والفترة العمرية لها داخل الجسم حوالى ١٢٠ يوم ثم تموت ويقوم الطحال بإزالتها .

ما هي كرات الدم البيضاء ؟

كرات الدم البيضاء هى جزء من خلايا الدم وهى المسئولة عن حماية الجسم من أى غزو خارجى من البكتريا أو الفيروسات أو الفطريات، والفترة العمرية لها تتفاوت بين أنواع كرات الدم البيضاء، وتتراوح بين أيام وسنوات .

ما هي البلازما ؟

البلازما هي سائل الدم، أى السائل الذى يتعلق به كرات الدم الحمراء، البيضاء والصفائح الدموية. وتُعوَّض البلازما داخل الجسم بعد ساعات قليلة من التبرع بالدم.

ما هي الصفائح الدموية ؟

هي مكون من مكونات الدم صغيرة الحجم أصغر من كرات الدم الحمراء والبيضاء، وتساعد على التجلط بالتصاقها بالجدار الداخلى للأوعية الدموية لتمنع المزيد من النزف. والفترة العمرية لها داخل الجسم حوالى ٩ - ١٠ أيام قبل أن تموت ويقوم الطحال بإزالتها.

ما هي عوامل التجلط الطبيعية بالدم ؟

عوامل التجلط الطبيعية هي عوامل من مركبات الدم ويمكن تحضيرها من البلازما وتستخدم لعلاج بعض الأمراض مثل الهيموفيليا وهو مرض نزف وراثى ناتج عن نقص شديد لأحد عوامل التجلط وعوامل التجلط تفصل وتحفظ وتجمد لمدة سنة.

**إن الدم المتبرع به يمكن أن ينقذ الكثير من المرضى
الدم هو هبة الحياة فلا تبخل به**

أين يُصنَّع الدم بالجسم ؟

يُصنَّع معظم الدم فى نخاع العظام.

ما هي كمية الدم الكلية داخل جسم الإنسان ؟

حوالى ٥ - ٦ لتر من الدم داخل جسم الإنسان أى حوالى ١٢ وحدة دم.

ما هي وظيفة الدم داخل جسم الإنسان؟

يحمل الدم الغذاء - الفيتامينات - والأكسجين إلى خلايا الجسم المختلفة.
هذا بالإضافة إلى الوظائف الأخرى مثل الوظيفة المناعية.

ما هو الهيموجلوبين وما هي أهميته والنسبة المسموح بها للتبرع؟

الهيموجلوبين هو الصبغة الحمراء بكرات الدم الحمراء وهو يحمل الأكسجين إلى جميع خلايا الجسم.

الحد الأدنى لنسبة الهيموجلوبين المسموح به للتبرع هو ١٣ جم/مل للرجال، ١٢ جم/مل للنساء، وذلك حتى لا يؤثر على وظائف الجسم الطبيعية.

لمن يذهب الدم؟

يذهب الدم للمرضى المحتاجين له مثل المريض بأحد أمراض الدم مثل الأنيميا واللويميا، أو لمرضى السرطان والفشل الكلوي، والأطفال المصابين بأحد أمراض الدم أو لمن فقد جزء من دمه سواء في الجراحات المختلفة أو الحوادث. وتأكد في النهاية أن دمك سوف ينقذ شخصاً ما في أمس الحاجة له.

كيس الدم

هل ستملأ كل هذه الأكياس من دمي؟

لا، نحن نملاً كيس واحد فقط وباقي الأكياس تستخدم لفصل مكونات الدم، نحن نأخذ فقط من ٤٠٠ - ٤٥٠ سم^٣ وهو حجم وحدة الدم.

ما هي المادة الموجودة بكيس الدم وما أهميتها؟

هي مادة مانعة للتجلط ومادة مغذية تساعد على حفظ الدم والاستفادة منه وهي موجودة بكمية محدودة حوالى ٧٠ سم^٣ تتناسب مع كمية الدم المسحوبة من المتبرع (٤٠٠ - ٤٥٠ سم^٣).

كيف يتم نقل الدم والحفاظ عليه؟

(في حالة التبرع بالدم داخل حملة)

يُنقل الدم بعد التبرع به فى صندوق خاص به ثلج ومنه إلى ثلاجة داخل عربة الحملة ثم إلى ثلاجة بنك الدم فى درجة حرارة (٤° - ٦° م). يتم التأكد من درجة حرارة ثلاجة البنك على الأقل مرتين يومياً. ولا يُسمح للدم بأن يتجمد حتى لا تتكسر كرات الدم الحمراء.

كيف أضمن وصول الدم لمستحقيه؟

من هم مستحقيه؟ كل مريض هو مستحق للدم، يقوم المسئولون ببنك الدم بالرقابة على ذلك، ويعطى الدم لمستحقيه سواء بالمجان لمرضى المستشفيات الحكومية التى تدعمها الدولة أو لأى مريض بمستشفى خاص بعد دفع جزء من تكلفة اختبارات سلامة وحدة الدم.

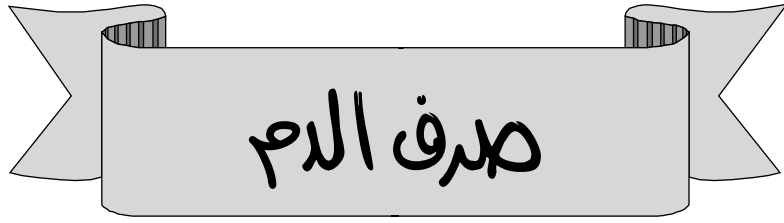
ما هو عمر كيس الدم؟

نستطيع حفظ الدم الكامل لمدة خمسة وثلاثون يوماً، أو اثنان وأربعون يوماً ويتوقف ذلك على نوع المادة مانعة التجلط الموجودة بكيس الدم.

أمراض الدم

ما المقصود بأمراض الدم؟

أمراض الدم هي أمراض ناتجة عن عيب في أحد مكونات الدم الرئيسية وهي أمراض وراثية وقد لا تكون وراثية... وينتج عنها تكسير في كرات الدم الحمراء مثل أنيميا الفول أو أنيميا البحر المتوسط، وأخرى مثل سيولة الدم كالهيموفيليا والثلاثيميا ويحتاج المريض في تلك الحالات لنقل دم مستمر مدى الحياة.



صريف الدم

عند تعاملك مع اقارب المريض (الشخص الذى يصرف الدم) راعى النقاط التالية :

- احرص أن تضع نفسك فى مكان قريب هذا الشخص المريض وتصرف على هذا الأساس.
- اشرح له طريقة حمل ونقل كيس الدم حتى يصل سليماً آمناً للشخص المريض
- جاوب على أسئلته بهدوء وبلطف مهما كانت طريقة السؤال.
- فى حالة عدم توافر فصيلة الدم المطلوب، أرشده إلى أقرب مكان للحصول على دم آمن.

قريبى محتاج للدم لأنه سوف يتم إجراء عملية له بعد ساعات، ليس لدى وقت لأسئلتك ؟ (فى حالة التبوع الإستبدال الى العائلى)

« إن تحضير الكيس يأخذ نصف ساعة . ونحن سوف لا نأخذ من وقتك أكثر من هذا وهذه الأسئلة مهمة لأجل صحتك وصحة من سيتلقى هذا الدم الذى ستتبرع به . ويقدر احتياج قريبك للدم الآمن يقدر احتياجنا نحن للإجابة على الأسئلة » .

(راعى أنه قد جاء لصريف دم لقريبه . وأنه فى حالة قلق على قريبه المريض ومن الممكن أن يرفض إقامة حوار) .

فى حالة وجود رصيد دم كبير داخل بنك الدم :

« نحن سنعطى لك الدم الذى تحتاجه الآن، فأهل الخير يتبرعون دائماً وعندما تطمئن على مريضك تعالى أتبرع».

لماذا أشتري الدم وأنا متبرع ؟ - لماذا يباع هذا الدم ؟

أنت لا تدفع ثمن الدم. إن ما تدفعه هو جزء من تكلفة التحاليل التى تُجرى على وحدة الدم. هذا فى حالة العلاج فى المستشفيات الخاصة.

أما فى حالة العلاج فى المستشفيات الحكومية فإن الدولة تدعم كيس الدم كما تدعم العلاج ككل.

ما هو الدم الطازج ؟

هو الدم الذى لم يمض عليه أكثر من سبعة أيام من تاريخ التبرع وتحتاجه بعض الحالات الخاصة جداً أما بالنسبة لمعظم الحالات فالدم يعتبر طازجاً حتى تاريخ انتهاء الصلاحية.

تم إعداد هذا الدليل بمعرفة خدمات نقل الدم القومية بوزارة الصحة والسكان فى إطار تطوير خدمات نقل الدم بجمهورية مصر العربية بالتعاون مع الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية ومشروع امباكت - الهيئة الدولية لصحة الأسرة.

وقد أصبح هذا الدليل متاحاً من خلال مساندة مكتب الصحة والسكان بالوكالة الأمريكية للتنمية الدولية بجمهورية مصر العربية والمتضمنة تحت بنود العقد رقم HRN-A-00-97-00017-00 مع مشروع امباكت - الهيئة الدولية لصحة الأسرة.

ولا يعتبر محتوى هذا الدليل إنعكاساً لرؤية الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية.

