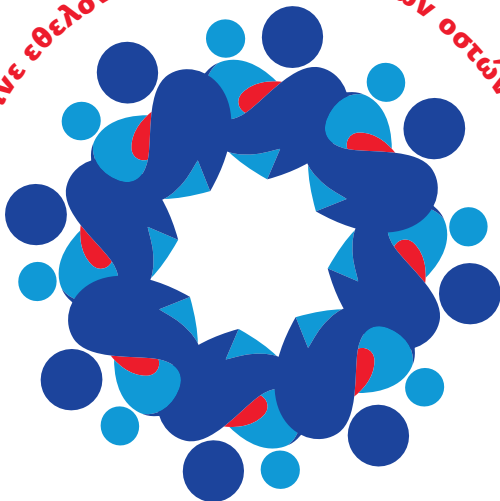


Γίνε εθελοντής δότης μυελού των οστών



**Η ζωή ενός ανθρώπου
μπορεί να εξαρτάται μόνο από εσένα!**



ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΟΡΑΜΑ ΕΛΠΙΔΑΣ
ΤΡΑΠΕΖΑ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ ΔΟΤΩΝ
ΜΥΕΛΟΥ ΤΩΝ ΟΣΤΩΝ

ΤΙ ΕΙΝΑΙ Ο ΜΥΕΛΟΣ ΤΩΝ ΟΣΤΩΝ;

Ο μυελός των οστών είναι ο ρευστός ιστός που βρίσκεται μέσα στα πλατειά οστά της λεκάνης και του στέρνου και κάθε μέρα παράγει 500 δισεκατομμύρια κύτταρα.

Πιο συγκεκριμένα, περιέχει τα «προγονικά αιμοποιητικά κύτταρα» τα οποία, όταν ωριμάσουν, μετατρέπονται στα έμμορφα συστατικά του αίματος και του ανοσοποιητικού μας συστήματος, δηλαδή σε ερυθροκύτταρα, λευκά αιμοσφαίρια και σε αιμοπετάλια.

ΓΙΑΤΙ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΕΝΑΣ ΑΣΘΕΝΗΣ ΜΕΤΑΜΟΣΧΕΥΣΗ ΜΥΕΛΟΥ ΤΩΝ ΟΣΤΩΝ;

Η αλλογενής μεταμόσχευση αιμοποιητικών κυττάρων αποτελεί μια καθιερωμένη θεραπεία για την αντιμετώπιση αρκετών σοβαρών αιματολογικών, νεοπλασματικών και γενετικών νοσημάτων. Στόχος της είναι η αντικατάσταση του παθολογικού μυελού των οστών με υγιή κύτταρα, τα οποία λαμβάνονται από έναν συγγενή ή μη συγγενή, εθελοντή δότη και δημιουργούν στο λήπτη ένα νέο, υγιές αιμοποιητικό σύστημα.

ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΙΣΤΟΣΥΜΒΑΤΟΤΗΤΑ;

Η ιστοσυμβατότητα (ιστική ομοιότητα) δύο ατόμων καθορίζεται από τα αντιγόνα ιστοσυμβατότητας (HLA). Τα HLA αντιγόνα είναι μόρια που εκφράζονται πάνω στα κύτταρα, είναι διαφορετικά για κάθε άτομο και αποτελούν τη μοριακή ταυτότητα του οργανισμού. Προσδιορίζονται σε ειδικά εργαστήρια ιστοσυμβατότητας, ενώ η σύγκριση του ιστικού τύπου δύο ατόμων επιτρέπει να προσδιοριστεί η ομοιότητα (συμβατότητα) μεταξύ τους.

Τα HLA αντιγόνα είναι ιδιαίτερα ποικιλόμορφα και ο αριθμός των διαφορετικών ιστικών τύπων είναι μεγάλος. Έτσι η εύρεση δύο ατόμων με τον ίδιο ιστικό τύπο είναι ιδιαίτερα πολύπλοκη και απαιτητική.

Τα HLA αντιγόνα κληρονομούνται από τους γονείς, έτσι η πρώτη αναζήτηση κατάλληλου δότη για έναν ασθενή γίνεται στο οικογενειακό του περιβάλλον, ανάμεσα στα αδέρφια. Ωστόσο, μόνο 3 στους 10 ασθενείς θα βρουν συμβατό δότη που είναι συγγενής.



Για το υπόλοιπο 70% των ασθενών, η αναζήτηση επεκτείνεται στο Εθνικό και Παγκόσμιο Αρχείο Εθελοντών Δοτών. Παρά τα εκατομμύρια εγγεγραμμένων εθελοντών δοτών, η πιθανότητα ομοιότητας των HLA αντιγόνων μεταξύ δύο τυχαίων ατόμων κυμαίνεται από 1:10.000 έως και 1:1.000.000, έτσι ένα 10% των ασθενών αδυνατεί να βρει κατάλληλο δότη από την Παγκόσμια Δεξαμενή Εθελοντών Δοτών.

Οι προσπάθειες λοιπόν στοχεύουν στο να εμπλουτιστεί ακόμα περισσότερο το Αρχείο Εθελοντών Δοτών, για να αυξηθούν οι πιθανότητες να βρίσκεται συμβατός δότης για κάθε ασθενή.

Ιδιαίτερα η αύξηση των Ελλήνων εθελοντών δοτών μυελού των οστών είναι απαραίτητη γιατί η κοινή γενετική καταγωγή μεγάλωνει την πιθανότητα συμβατότητας.

ΤΙ ΓΙΝΕΤΑΙ ΑΝ ΕΝΑΣ ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ ΔΟΤΗΣ ΒΡΕΘΕΙ ΣΥΜΒΑΤΟΣ ΜΕ ΕΝΑΝ ΑΣΘΕΝΗ;



Αν ένας εθελοντής δότης βρεθεί συμβατός με έναν ασθενή, αρχικά θα ερωτηθεί για να επιβεβαιώσει την αρχική του πρόθεση να πραγματοποιήσει τη δωρεά αιμοποιητικών κυττάρων.

Σε καταφατική απάντηση, θα κληθεί για ενημέρωση και για να γίνει εργαστηριακός έλεγχος με συμπληρωματικές εξετάσεις που θα επιβεβαιώσουν τη συμβατότητα. Στη συνέχεια, ο εθελοντής δότης υποβάλλεται σε πλήρη ιατρικό έλεγχο τουλάχιστον τρεις εβδομάδες πριν από τη συλλογή μοσχεύματος για την επιβεβαίωση της καλής κατάστασης της υγείας του.

Ο δότης δεν έχει απολύτως καμία οικονομική επιβάρυνση για τους εργαστηριακούς ή/και άλλους ιατρικούς ελέγχους.

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΑΥΤΟ ΠΟΥ ΔΩΡΙΖΕΙ ΕΝΑΣ ΔΟΤΗΣ;

Ο δότης δωρίζει αιμοποιητικά κύτταρα από το μυελό των οστών ή από το περιφερικό αίμα. Η διαδικασία της δωρεάς είναι ασφαλής και δεν επιφέρει καμία επιβάρυνση στην υγεία του δότη. Τα κύτταρα που αφαιρούνται, αναπληρώνονται πλήρως σε λίγες ημέρες.

ΠΑΙΖΕΙ ΡΟΛΟ Η ΗΛΙΚΙΑ ΤΟΥ ΔΟΤΗ;

Έρευνες δείχνουν ότι τα κύτταρα από νέους δότες οδηγούν σε μεγαλύτερα ποσοστά επιτυχημένων μεταμοσχεύσεων γι' αυτό επιλέγονται δότες μικρής ηλικίας.

Επειδή η πιθανότητα να βρεθεί ένας δότης συμβατός με κάποιο ασθενή είναι μικρή, η εγγραφή στην τράπεζα εθελοντών δοτών σε νεαρή ηλικία επιτρέπει την μακροχρόνια παραμονή του δότη σε αυτή και αυξάνει τις πιθανότητες να βοηθηθεί ένας συνάνθρωπος που έχει ανάγκη.

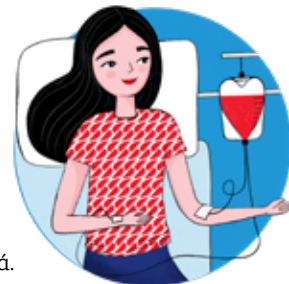
ΠΩΣ ΓΙΝΕΤΑΙ Η ΣΥΛΛΟΓΗ ΤΟΥ ΑΙΜΟΠΟΙΗΤΙΚΟΥ ΜΟΣΧΕΥΜΑΤΟΣ;

Υπάρχουν δύο τρόποι συλλογής αιμοποιητικού μοσχεύματος:

A. Συλλογή προγονικών αιμοποιητικών κυττάρων από το αίμα

Αποτελεί τον πιο συνηθισμένο τρόπο συλλογής. Είναι μια διαδικασία απλή, όμοια της αιμοδοσίας και γίνεται με μηχανήματα κυτταραφαίρεσης.

- Προηγείται χορήγηση αυξητικού αιμοποιητικού παράγοντα (ουσία του οργανισμού που βοηθά στην αύξηση και κινητοποίηση των προγονικών αιμοποιητικών κυττάρων).
- Διαρκεί περίπου 3- 4 ώρες. Σε αυτό το διάστημα ο δότης μπορεί να βλέπει τηλεόραση, να ακούει μουσική κ.ά.
- Δεν απαιτείται νοσηλεία στο νοσοκομείο. Μετά το πέρας της συλλογής ο δότης μεταβαίνει στο σπίτι του για ξεκούραση και την επόμενη ημέρα επιστρέφει στις δραστηριότητές του.
- Η συχνότερη παρενέργεια που συνδέεται με τη χορήγηση του αυξητικού παράγοντα, είναι πονοκέφαλος και πόνος στα οστά και τους μύς, ο οποίος είναι ήπιος έως μέτριος και υποχωρεί με κοινά παυσίπονα.



ΠΩΣ ΓΙΝΕΤΑΙ Η ΣΥΛΛΟΓΗ ΤΟΥ ΑΙΜΟΠΟΙΗΤΙΚΟΥ ΜΟΣΧΕΥΜΑΤΟΣ;

Β. Λήψη μυελού των οστών στο χειρουργείο υπό γενική αναισθησία

Κι αυτή είναι μία απλή και σύντομη διαδικασία που γίνεται με παρακέντηση των οστών της λεκάνης (λαγόνιες ακρολوفίες) όπου υπάρχει ο μυελός των οστών (αιμοποιητικός ιστός).

- Η διαδικασία διαρκεί λιγότερο από μια ώρα. Η πλειοψηφία των δωτών αισθάνεται αρκετά καλά και μπορεί να φύγει την επόμενη μέρα από το νοσοκομείο.
- Η πιθανότητα μιας σοβαρής επιπλοκής είναι μηδαμινή. Μερικοί δότες μπορεί να έχουν τοπικά ελαφρύ πόνο για μερικές ημέρες.



Σημείωση: δεν υπάρχει καμία σχέση μεταξύ του μυελού των οστών και του νωτιαίου μυελού. Ο μυελός των οστών είναι αιμοποιητικός ιστός που δίνει γένεση σε όλα τα κύτταρα του αίματος, σε αντίθεση με τον νωτιαίο μυελό που θεωρείται νευρικός ιστός και δεν έχει καμία αιμοποιητική δράση.

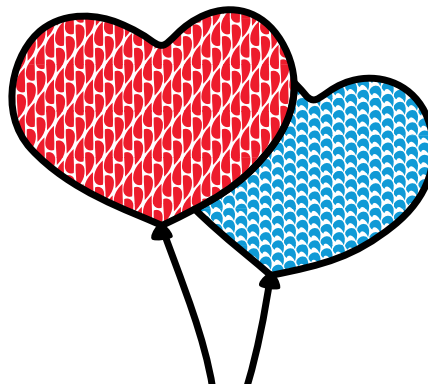
ΠΟΙΟΣ ΕΠΙΛΕΓΕΙ ΤΟΝ ΤΡΟΠΟ ΣΥΛΛΟΓΗΣ ΤΟΥ ΑΙΜΟΠΟΙΗΤΙΚΟΥ ΜΟΣΧΕΥΜΑΤΟΣ;

Τα κέντρα μεταμόσχευσης συνήθως εκφράζουν την προτίμηση τους στον τρόπο λήψης του μοσχεύματος, βασιζόμενοι στο νόσημα και την ηλικία του εκάστοτε ασθενή.

Εντούτοις, ο δότης είναι αυτός που παίρνει τη τελική απόφαση. Η απόφαση αυτή δεν χρειάζεται να ληφθεί κατά την εγγραφή στην τράπεζα εθελοντών αλλά αν/όταν κληθεί ο δότης να δώσει μόσχευμα. Αν ένας δότης έχει προτίμηση σε μια από τις δυο μεθόδους καλό είναι να το αναφέρει.

ΣΕ ΠΟΙΟΝ ΑΣΘΕΝΗ ΔΩΡΙΖΕΙ ΕΝΑΣ ΔΟΤΗΣ;

Οι Τράπεζες Εθελοντών Δοτών δέχονται μόνο εθελοντές δότες που είναι διαθέσιμοι για οποιονδήποτε ασθενή, παιδί ή ενήλικα, έχει ανάγκη μεταμόσχευσης σε οποιοδήποτε σημείο του κόσμου. Άρα δεν μπορεί να εγγραφεί κάποιος ως δότης μόνο για έναν συγκεκριμένο ασθενή ή για μέλος της οικογένειάς του.



ΜΠΟΡΕΙ Ο ΔΟΤΗΣ ΝΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΗΣΕΙ ΜΕ ΤΟΝ ΑΣΘΗΝΗ;

Η γνωριμία μεταξύ εθελοντών δοτών και ασθενών δεν ενθαρρύνεται, παρόλα αυτά αν και οι δυο πλευρές το επιθυμούν και υπογράφουν το έντυπο συγκατάθεσης, η γνωριμία μπορεί να γίνει μετά τη πάροδο δύο ετών στις περισσότερες χώρες του κόσμου. Μέσα σε αυτό το διάστημα επιτρέπεται η ανώνυμη επικοινωνία μεταξύ δότη και ασθενούς και αντίστροφα, η οποία μπορεί να περιλαμβάνει ευχητήριες κάρτες ή και σύντομες επιστολές, χωρίς όμως να γίνεται αναφορά σε προσωπικά στοιχεία που να ανακαλύπτουν την ταυτότητά τους.

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΠΙΟ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ ΓΙΑ ΕΝΑΝ ΔΟΤΗ;

Να είναι συνειδητοποιημένος και απολύτως βέβαιος για την απόφασή του. Σε όλες τις φάσεις της διαδικασίας, ο εθελοντής μπορεί να ανακαλέσει την απόφασή του για τη δωρεά εάν αισθανθεί ότι δεν είναι έτοιμος γι' αυτή. Εν τούτοις, η ακύρωση της δωρεάς κατά τη στιγμή που έχει οριστικοποιηθεί η μεταμόσχευση και έχει ξεκινήσει η ισχυρή χημειοθεραπεία, είναι «σημείο μη επιστροφής» που θέτει σε άμεσο κίνδυνο τη ζωή του ασθενούς. Είναι επομένως πολύ σημαντικό ο δότης να γνωρίζει ότι αν έχει ανησυχίες, επιφυλάξεις ή αντιρρήσεις σχετικά με τη δωρεά θα πρέπει να τις συζητήσει με την Τράπεζα Δοτών πολύ πριν από την εβδομάδα προετοιμασίας του ασθενή.



ΠΩΣ ΜΠΟΡΕΙΣ ΝΑ ΓΙΝΕΙΣ ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ ΔΟΤΗΣ;

Για να εγγραφείς ως εθελοντής δότης αιμοποιητικών κυττάρων/ μυελού των οστών στο Εθνικό και Παγκόσμιο Αρχείο Εθελοντών Δοτών αρκεί:

- Να είσαι μεταξύ 18–45 ετών και υγιής.
- Να συμπληρώσεις αίτηση εγγραφής και ένα σύντομο ιατρικό ιστορικό.
- Να δώσεις δείγμα στοματικού επιχρίσματος.



ΣΕ ΤΙ ΔΕΣΜΕΥΕΤΑΙ Ο ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ ΔΟΤΗΣ;

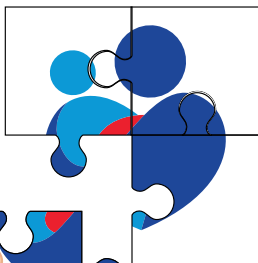
Με την εγγραφή σου στην Τράπεζα Εθελοντών Δοτών του Συλλόγου «ΟΡΑΜΑ ΕΛΠΙΔΑΣ» οφείλεις να γνωρίζεις ότι:

- Θα παραμείνεις εγγεγραμμένος στο αρχείο μέχρι τα 60 έτη σου, εκτός και αν ζητήσεις να διαγραφείς.
- Θα είσαι διαθέσιμος για δωρεά για όποιον ασθενή βρεθείς συμβατός.
- Θα μας ενημερώσεις για αλλαγή της διεύθυνσής σου, εάν συμβούν μεταβολές στην υγεία σου ή αλλαγές γνώμη.
- Θα πρέπει να ανταποκριθείς άμεσα αν βρεθείς συμβατό με κάποιον ασθενή.

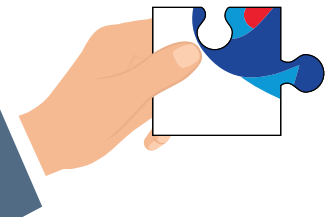


ΑΝ ΒΡΕΘΕΙΣ ΣΥΜΒΑΤΟΣ/Η ΜΕ ΚΑΠΟΙΟΝ ΑΣΘΕΝΗ;

Ειδοποιείται από το **ΟΡΑΜΑ ΕΛΠΙΔΑΣ** και γίνεται ένας πλήρης ιατρικός έλεγχος για να διαπιστωθεί η καλή κατάσταση της υγείας σου.



Στη συνέχεια θα προχωρήσεις στη δωρεά των προγονικών αιμοποιητικών κυττάρων/ μυελού των οστών.



ΠΩΣ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΟΝΤΑΙ ΤΑ ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΣΟΥ ΔΕΔΟΜΕΝΑ;

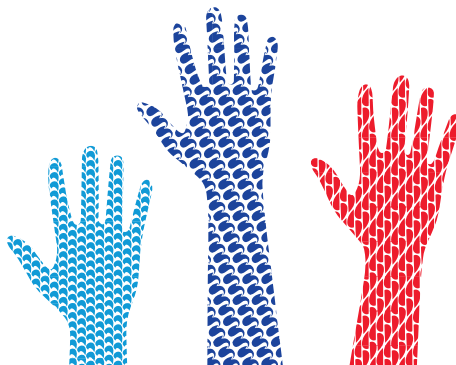


Όλα τα προσωπικά δεδομένα των εθελοντών δοτών είναι εμπιστευτικά και προστατεύονται από το ΟΡΑΜΑ ΕΛΠΙΔΑΣ με τα απαιτούμενα τεχνικά και οργανωτικά μέτρα ασφαλείας, σύμφωνα με τις διατάξεις του Γενικού Κανονισμού για την Προστασία Δεδομένων της Ευρωπαϊκής Ένωσης και του Ν. 4624/2019.

ΠΩΣ ΑΛΛΙΩΣ ΜΠΟΡΕΙΣ ΝΑ ΒΟΗΘΗΣΕΙΣ;

Υπάρχουν πολλοί τρόποι να συνδράμεις τον αγώνα μας για ζωή! Είτε γίνεις εθελοντής δότης είτε όχι, μπορείς να είσαι δίπλα μας και στο πλευρό των ασθενών.

- Οργανώνοντας μία εκδήλωση ευαισθητοποίησης, ενημέρωσης και εγγραφής νέων εθελοντών δοτών, σε συνεννόηση με το **ΟΡΑΜΑ ΕΛΠΙΔΑΣ**.
- Ως Εθελοντής δράσης, υποστηρίζοντας τις δράσεις μας.
- Ενισχύοντας οικονομικά την προσπάθειά μας.
- Διαδίδοντας το μήνυμά μας.



Το κέντρο εθελοντών δωτών **ΟΡΑΜΑ ΕΛΠΙΔΑΣ**, μέλος του Παγκόσμιου Οργανισμού Εθελοντών Δωτών Μυελού των Οστών WMDA, δημιουργήθηκε από την ΕΛΠΙΔΑ-ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΦΙΛΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ και αποτελεί την συνέχεια και συνέπεια της αδιάκοπης παροχής ιατρικής, ψυχικής και κοινωνικής φροντίδας προς τα παιδιά με καρκίνο και τις οικογένειές τους.



Η έναρξη της λειτουργίας του έγινε το 2014, με κύριο σκοπό την σωστή ενημέρωση και αύξηση του αριθμού των Ελλήνων Εθελοντών Δωτών, ώστε όποιος ασθενής χρειάζεται μεταμόσχευση μυελού των οστών για να κερδίσει την ζωή του, να μπορεί να βρίσκει συμβατό μόσχευμα.

ΜΑΘΕ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ



Κάθε εβδομάδα, οι εθελοντές δότες του Συλλόγου μας προσφέρουν ελπίδα και ζωή σε ασθενείς που χρειάζεται να υποβληθούν σε μεταμόσχευση.

Έχεις μέσα σου τη δύναμη να σώσεις έναν άνθρωπο.
Από εσένα εξαρτάται αν θα πάρεις την απόφαση να το κάνεις.



ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΟΡΑΜΑ ΕΛΠΙΔΑΣ
ΤΡΑΠΕΖΑ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ ΔΩΤΩΝ
ΜΥΕΛΟΥ ΤΩΝ ΟΣΤΩΝ



**GREEN
PHARMACY**
...το δικό σου φαρμακείο!