

Εθελοντική Αιμοδοσία και Λήψη Δειγμάτων για Εθελοντές Δότες Μυελού των Οστών

Η Ομάδα της Φοιτητικής Εθελοντικής Αιμοδοσίας του Πανεπιστημίου Κρήτης (Ο.Φ.Ε.Α.Κ.) σας καλεί τη **Δευτέρα 28** και την **Τρίτη 29 Μαρτίου** να συμμετάσχετε σε μια ακόμη εθελοντική αιμοδοσία της ομάδας του Πανεπιστημίου μας.

Τη **Δευτέρα 28 Μαρτίου και ώρες 09.30-13.30** η αιμοδοσία θα λάβει χώρα στον **προαύλιο χώρο του Φοιτητικού Κέντρου στις Βούτες Ηρακλείου** με τη συμμετοχή της κινητής μονάδας του Βενιζελείου Νοσοκομείου ενώ την αιμοδοσία θα κοσμήσουν και οι υπόλοιπες ομάδες του Πανεπιστημίου μας προσφέροντας ένα μουσικό και χορευτικό τόνο σε αυτήν την πρωτότυπη για τα δεδομένα αιμοδοσία, κάνοντας έτσι την εθελοντική αιμοδοσία μια πραγματικά ξεχωριστή γιορτή.

Την **Τρίτη 29 Μαρτίου και ώρες 09.00-13.30 & 16.30-19.30** η αιμοδοσία θα γίνει **στο τμήμα αιμοδοσίας του ΠαΓΝΗ**.

Παράλληλα και τις δύο μέρες θα γίνεται **Λήψη Δειγμάτων για Εθελοντές Δότες Μυελού των Οστών** ενώ ταυτόχρονα θα μπορείτε να ενημερωθείτε από τα εκπαιδευμένα μέλη της ομάδας μας για θέματα που αφορούν την Εθελοντική Αιμοδοσία, Αιμοπεταλιαφαίρεσης και Δωρεά Μυελού του Οστών.

Όλο το αίμα θα διατεθεί αποκλειστικά για τις ανάγκες του νοσοκομείου ενώ η φιάλη που θα προσφέρετε θα καταχωρηθεί κανονικά στην κάρτα αιμοδότη σας.

Συμβουλές προς Αιμοδότες:

- Συνίσταται ύπνος για τουλάχιστον 6-7 ώρες πριν την αιμοδοσία.
- Ένα ελαφρύ γεύμα 3-4 ώρες πριν την αιμοδοσία είναι απαραίτητο.
- Συνίσταται η κατανάλωση μη αλκοολούχων υγρών πριν και μετά την αιμοδοσία.
- Απαγορεύεται η κατανάλωση αλκοόλ μια ημέρα πριν την Αιμοδοσία.
- Μετά την αιμοδοσία ο αιμοδότης δεν θα πρέπει να καπνίσει για δύο ώρες τουλάχιστον αλλά και να μην έχει έντονη σωματική άσκηση για το υπόλοιπο της ημέρας.

Για οποιαδήποτε απορία μην διστάσετε να επικοινωνήσετε μαζί μας:

email: ofeak.pk@gmail.com

Facebook: [Πατήστε εδώ](#)

Με εκτίμηση,

Η Ομάδα της Φοιτητικής Εθελοντικής Αιμοδοσίας του Πανεπιστημίου Κρήτης