

در هر بار تمرین پناهگیری، در محل‌های امن پناهگیری کنید تا انجام این عمل در زمان وقوع زلزله، نیاز به صرف وقت نداشته باشد.

چرا پلیس ۱۱۰ اذیر به محل حادثه می‌رسد؟

فرمانده نیروی انتظامی تهران بزرگ علت برخی تاخیرهای پلیس ۱۱۰ در محل حادثه را اعلام کرد. سردار رحیمی در پاسخ به این سوال که چرا برخی اوقات پلیس با تاخیر در محل حادثه حضور می‌یابد، گفت: «روزانه ۳۳ هزار تماس داریم که از این تعداد ۱۳ هزار و ۵۰۰ تماس به تماس‌های عملیاتی تبدیل می‌شود و این یعنی واحدهای عملیاتی ما باید ۱۳ هزار و ۵۰۰ بار در صحنه حضور یابند و به خواسته‌های مردم رسیدگی کنند.» او با بیان اینکه بیشترین مشکل پلیس در ساعات بعدازظهر است، ادامه داد: «در ساعت بعدازظهر هم حجم تماس‌ها بالا می‌رود و هم پییک ترافیک از آزاردهنده می‌شود. من شخصا این موضوع را بررسی کردم و دیدم گاهی در یک زمان پنج مورد به یک واحد پلیس ۱۱۰ واگذار شده و وقتی بررسی می‌کنیم، می‌بینیم همه واحدهای ۱۱۰ آن منطقه به همین شکل درگیر هستند، همین موضوع سبب می‌شود، حضور پلیس مقداری با تاخیر باشد.»

اهدای خون بندناف

شما می‌توانید خون بند ناف نوزادتان را هدیه کنید. این اتفاق چطور می‌افتد؟ مادر کشتور بانک خون داریم که خون بندناف نوزاد در صورت تمایل والدین در آن ذخیره می‌شود. برای این کار هم سالانه مبلغی گرفته می‌شود که صرف هزینه نگهداری از خون بندناف می‌شود. در آینده، از خون بند ناف می‌توان برای درمان بیماری‌های صعب‌العلاج صاحب نمونه یا سایر افراد استفاده کرد. خون بند ناف همان خون باقی‌مانده در بندناف و جفت نوزاد است که سلول‌های بنیادی زیادی در آن وجود دارد. پیوند سلول‌های بنیادی به معنی گرفتن سلول‌های بنیادی از خون محیطی بندناف یا از مغز استخوان و تزریق مجدد آن به بیمار است. سلول‌های بنیادی، پتانسیل بالایی دارند که در اثر تکثیرهای پی‌درپی دچار پیری نمی‌شوند و برای درمان یا کاهش شدت بیماری‌های صعب‌العلاج به کار گرفته می‌شوند. بر اساس اعلام متخصصان، بیماری‌هایی که منشأ خونی دارند، به کمک سلول‌های بنیادی قابل درمان هستند، انواع سرطان‌های خون، تالاسمی، کم‌خونی مادرزادی و نقص سیستم ایمنی با استفاده از سلول‌های بنیادی خون بندناف قابل درمان است. همچنین این سلول‌ها در مراحل پس از شیمی‌درمانی در درمان انواع سرطان‌هایی می‌توانند مورد استفاده قرار گیرند. تنها افرادی که بندناف دارند این است که تعداد سلول‌های آن برای درمان بیماری بزرگسالان کافی نیست. ذخیره این خون تنها یکبار برای هر فرد در طول دوران زندگی و هنگام تولد فرصت ذخیره‌سازی سلول‌های بنیادی خون بندناف وجود دارد. بر اساس اعلام مدیر فنی بانک خون بندناف رویان، تاکنون ۱۰۵ هزار نمونه خون در بانک خون بندناف رویان ذخیره‌سازی شده که بیشترین استفاده آن در درمان سرطان خون کودکان بوده است. آنهایی که تمایل به ذخیره خون بندناف دارند، می‌توانند به سایت www.irfct.ir وارد شوند و اطلاعات لازم را به دست آورند. همچنین افراد می‌توانند به نمایندگی رویان در استان خودشان مراجعه کنند.



گزارش «شهروند» از تمام آن چه تا زنده هستید می‌توانید از بدنتان پیشکش کنید و به نجات جان بیماران کمک کنید

هدیه حیات بخش من

شهروند | آمارها حرف‌های زیادی برای گفتن دارند؛ مثل همان‌هایی که می‌گویند در همین لحظه ۲۵ هزار نفر در صف گرفتن عضو انتظار می‌کشند تا جان دوباره بگیرند، یا اینکه هر روز ۷ نفر به دلیل نرسیدن عضو پیوندی، جانشان را از دست می‌دهند. آمارها ما پیچیده‌تر می‌شوند وقتی اعلام می‌شود تا زمستان سال گذشته، ۳۵۰ هزار بیمار مبتلا به سرطان در کشور زندگی می‌کردند و هر سال هم نزدیک به ۱۰۰ هزار نفر دیگر به آمار بیماران مبتلا به سرطان افزوده می‌شود. خیلی‌ها هم به دلیل وخامت حال، قربانی می‌شوند. از زمانی که حرف از اهدای عضو آمد، دل بیماران منتظر، روشن شد. امیدشان افرادی بودند که پس از مرگ، اعضایشان هدیه‌ی و به آنها پیوند زده می‌شد. با اینکه در ایران به دلیل بالا بودن تصادفات، آمار مرگ‌های مغزی بالاست و گفته می‌شود ۱۲ هزار نفر در سال اسم‌شان در لیست مرگ مغزی قرار می‌گیرد، اما هنوز خیلی از خانواده‌ها رضی به اهدای عضو نمی‌شوند و در نهایت بیماران زیادی جان می‌دهند. این همه ماجرا نیست، در این میان، خیلی‌ها برای پیشکش کردن عضوی از خودشان، پیشقدم می‌شوند، مثل همه آن ۴ میلیون نفری که کارت اهدای عضو دارند، یا ۲.۵ درصدی که خون هدیه می‌دهند، آنهایی که دنبال اهدای پلاسما و پلاکت و سلول‌های بنیادی هستند و حتی گاهی فراتر از اینها، تخمک و اسپرم و در بعضی موارد کلیه و بخشی از کبد و ریه‌شان را هم اهدا می‌کنند. در این گزارش تمام روش‌هایی را که تا زنده‌اید می‌توانید به دیگران هدیه کنید، آمده است.

اهدای پلاسما

اهدای پلاسما مثل جمع‌آوری خون است. یک سر سوزن وارد رگ بازوی اهداکننده شده و خون از طریق آن و لوله استریل یک‌بار مصرف وارد محفظه‌ای می‌شود که در آن خون اهداکننده بسته به نوع دستگاه سانتریفیوژ فیلتر می‌شود، در نتیجه اجزای سلولی خون و پلاسما از هم جدا شده و سلول‌های خونی از طریق همان سوزن به اهداکننده برگشت داده و پلاسما در ظرف مخصوص جمع‌آوری می‌شود. به این فرآیند، پلاسمافرزیس گفته می‌شود.

پلاسما چیست؟

پلاسما بخش مایع خون را تشکیل می‌دهد و محلولی متشکل از پروتئین‌ها و املاح است که در آن گلبول‌های قرمز و پلاکت‌ها شناورند. حدود ۹۰ درصد پلاسما را آب تشکیل می‌دهد. باید توجه کرد که پلاسماهای اهدایی با تبدیل به فرآورده‌های مختلف مانند آلبومین، فاکتورهای انعقادی، ایمونوگلوبولین و ده‌ها محصول دیگر نقش بسزایی در درمان بیماران به‌ویژه بیماران دچار بیماری‌های مزمن مثل هموفیلی که به‌طور دائمی نیازمند این داروهای خاص هستند، دارند. بیماران مبتلا به هموفیلی به دلیل کمبود فاکتورهای انعقادی یا ۹ یا ۸ دچار خونریزی می‌شوند، اما با استفاده از فاکتورهای انعقادی ۸ و ۹ که از پلاسما تهیه می‌شود، می‌توان از خونریزی جلوگیری کرد و بیماران مبتلا به این بیماری می‌توانند به زندگی عادی خود ادامه دهند، همچنین در مبتلایان به بیماری‌های خودایمنی در مواردی از داروی ایمونوگلوبولین استفاده می‌شود که آن هم از

اهدای پلاکت

پلاکت‌ها اجزای سلولی بسیار کوچکی هستند که در جراحی و خونریزی با چسبیدن به جداره رگ‌ها به انعقاد خون کمک می‌کنند. پلاکت‌ها در مغز استخوان و در داخل سیستم گردش خون ساخته می‌شوند، ۹-۱۰ روز زنده می‌مانند و بعد از آن توسط طحال از بین می‌روند. پلاکت‌ها برای بدن حیاتی هستند؛ چرا که از خونریزی‌های بزرگ ناشی از آسیب‌دیدگی عروق خونی که در زندگی طبیعی روزمره ایجاد می‌شود، جلوگیری می‌کنند. پلاکت‌ها حداکثر تا ۵ روز و در دمای اتاق قابل نگهداری هستند.

چه کسانی می‌توانند پلاکت اهداکنند؟

همه آنهایی که می‌توانند خون اهدا کنند، شرایط اهدای پلاکت را هم دارند. همین که سالم باشند، بین ۱۷ تا ۶۰ سال داشته باشند و حداقل ۵۰ کیلوگرم وزن داشته باشند، می‌توانند برای اهدای پلاکت کنند. هر عاملی که مانع اهدای خون کامل است، برای اهدای پلاکت هم مانع به شمار می‌رود. در حالی که فاصله

اهدای سلول‌های بنیادی

سلول‌های بنیادی هم در گروه هدیه‌هایی است که تا زنده هستید می‌توانید آن را به دیگران پیشکش کنید و به بیماران زیادی که با مرگ دست‌وپنجه نرم می‌کنند، جان دوباره دهید. سلول‌های بنیادی خون ساز در مغز استخوان ماقرار دارند و تنها چند روز طول می‌کشد تا پس از اهدا دوباره به همان تعداد و حالت قبلی برگردند. سلول‌های بنیادی بیش از همه برای درمان بیماران مبتلا به سرطان کاربرد دارد، یعنی برای بیماران پیوند سلول‌های بنیادی صورت می‌گیرد. پیوند سلول‌های بنیادی یکی از روش‌های جدیدی است که برای درمان بیماری‌های مختلف مثل سرطان‌ها به کار می‌رود.

چرا باید سلول‌های بنیادی‌مان را اهدا کنیم؟

یکی از مشکلات پیوند سلول‌های بنیادی وجود اهداکننده مناسب است که در بهترین شرایط، یک بیمار تنها ۲۵ درصد شانس دارد تا از والدین، خواهر و برادر یا خویشاوندان سلول بنیادی دریافت کند.

شرایط اهدای سلول‌های بنیادی چیست؟

برای اهدای سلول‌های بنیادی، سن داوطلب باید بین ۱۸ تا ۵۰ سال باشد، افراد زیر ۳۰ سال گروه اصلی اهداکنندگان هستند، افراد نباید سابقه بیماری بدخیم، بیماری‌های قلبی-عروقی و ریبوی یا دیابت وابسته به انسولین داشته باشند، به بیماری خاصی مثل ایدز و هپاتیت مبتلا نباشند، سابقه مصرف داروی خاص به دلیل بیماری قلبی یا فشارخون نداشته باشند، عضو مرکز پذیرهنویسی دیگری نباشند، سابقه پیوند مغز استخوان، قرنیه، کلیه و... نداشته باشند.

چطور می‌توان اهدا کرد؟

مراکز پذیرهنویسی در چند بیمارستان متمرکز شده‌اند که از جمله آنها بیمارستان‌های شریعتی، طالقانی، دانشگاه علوم پزشکی شیراز، بیمارستان منتصریه مشهد، سازمان انتقال خون ایران و... است. موسسه محک هم با روش جدید و کم‌تهاجمی اقدام به نمونه‌گیری می‌کند. برای این کار، تنها کافی است یک ساعت از وقت خود را برای این کار اختصاص دهید، به یکی از دفاتر محک در چیدر و خیابان باستان یا به خود بیمارستان محک در بزرگراه ارتش مراجعه کنید و پس از تکمیل پرسشنامه، نمونه بزاق دهانتان را بدهید. اطلاعات DNA شما، از طریق بزاق دهان گرفته می‌شود و در داخل بانک HLA قرار می‌گیرد. در این بانک اطلاعات تمام کسانی که اقدام به نمونه‌گیری برای اهدای سلول‌های بنیادی کرده‌اند، ثبت می‌شود. در صورتی که بیماری نیاز به سلول‌های بنیادی داشت، ویژگی DNA او با داوطلبان اهدا بررسی شده و در صورت پیدا کردن فردی با نزدیکترین مطابقت، مراحل بعدی انجام می‌شود.

اهدای اسپرم

اهدای اسپرم به این معنی است که از اسپرم یک نفر غیر از همسر برای عمل لقاح استفاده شود که در ایران این عمل توسط مراکز باروری انجام می‌گیرد.

چه زمانی از اسپرم اهدایی استفاده می‌شود؟

زمانی که با هیچ یک از روش‌های درمانی موفق به دریافت اسپرم از مرد نشویم یا زمانی که موفق به دریافت اسپرم می‌شویم، ولی اسپرم‌ها مرده و ناکارآمد هستند، در مواردی که همسر (مرد) اسپرم زنده دارد، ولی به دلیل ابتلا به یک بیماری ارثی صعب‌العلاج می‌خواهند از بروز بیماری در فرزندشان پیشگیری شود، زمانی که مرد ناقل یک ناهنجاری کروموزومی است از اسپرم‌های اهدایی استفاده می‌کنیم.

شرایط اهداکنندگان اسپرم چیست؟

بهبتر است سن اهداکننده اسپرم کمتر از ۳۰ سال باشد. قدرت باروری اهداکننده اسپرم باید خوب و عالی باشد که این مسئله با انجام آزمایش اسپرم مشخص می‌شود. بیماری ارثی مثل تالاسمی یا بیماری‌های واگیر مثل ایدز و هپاتیت نداشته باشد. تناسب اندام و ضریب هوشی بالاتر از میانگین جامعه داشته باشد. از نظر روانی، روحی و اجتماعی طبیعی باشد. در قوامش بیماری ژنتیکی وجود نداشته باشد. همچنین از نظر مذهبی، فرهنگی و اجتماعی شباهتی با گیرنده اسپرم نداشته باشد. خصوصیات ارثی قابل انتقال اهداکننده (مثل رنگ چشم و مو-اندازه قد) با زوج گیرنده تطابق داشته باشد.

اهدای اسپرم از نظر شرعی مشکلی ندارد؟

تعدادی از مراجع تقلید (آیت‌الله‌خامنه‌ای-آیت‌الله‌زیدی-آیت‌الله‌مطهری-آیت‌الله موسوی‌ارdebیلی-آیت‌الله‌موسوی‌بجنوردی-آیت‌الله‌روحانی-آیت‌الله‌طباطبائی قمی) فتوا داده‌اند که «تلقیح اسپرم فرد غریبه به داخل رحم زن به منظور بارداری اشکال شرعی ندارد ولی در مورد ارث و محرمیت احتیاط باید مراعات شود.» تعدادی از فقها هم تلقیح اسپرم اهدایی را جایز ندانسته‌اند. امام خمینی (ره) -آیت‌الله سیستانی- آیت‌الله بروجرودی- آیت‌الله مکارم شیرازی- آیت‌الله شیرازی- آیت‌الله نوری همدانی.

اهدای عضو

کلیه و بخشی از کبد جزو اعضای بدن هستند که فرد حتی در زمانی که زنده است هم می‌تواند آنها را اهدا کند. مابقی اعضا اما تنها در صورت مرگ مغزی قابل اهدا است. آمارها نشان می‌دهد که هر سال ۹ هزار مرگ مغزی در کشور رخ می‌دهد که ۷۰ درصد خانواده‌ها با اهدای عضو موافقت می‌کنند. آمارها نشان می‌دهد که در ایران هر سال بیش از ۴۵ هزار پیوند کلیه انجام می‌شود که رکوردی قابل توجهی در جهان است. از آن طرف هم سالانه ۵ تا ۶ هزار نفر نیاز به پیوند کلیه دارند که هزار و ۲۰۰ تا هزار و ۳۰۰ کلیه در دسترس است؛ البته ماجرا تنها به اهدای کلیه محدود نمی‌شود و به گفته مسئولان وزارت بهداشت از مجموع ۵ تا ۸ هزار مرگ مغزی در کشور، بیش از نیمی از آنها قابل اهدا است اما سالانه تنها حدود هزار مورد اهدا انجام می‌شود، همه اینها در شرایطی است که حدود ۲۵ هزار نفر در نوبت دریافت عضو هستند که این عدد سالانه میلیاردها تومان به اقتصادی صنعت بهداشت و سلامت کشور آسیب می‌زند. همین جاست که ماجرای فرهنگساز برای اهدای عضو پس از مرگ مغزی مطرح می‌شود. در سال ۹۶، اعلام شد که ۴ میلیون شهروند ایرانی کارت اهدای عضو دریافت کرده‌اند و روند مشارکت هم رو به افزایش است. کسانی که علاقه‌مند به دریافت کارت اهدای عضو هستند می‌توانند به سایت www.ehdabpums.ac.ir مراجعه کنند.

چه کسی می‌تواند جزو اهداکنندگان عضو باشد؟

همه می‌توانند برای اهدای عضو پس از مرگ اقدام کنند و این کار محدودیت سنی ندارد. تنها عاملی که می‌تواند مانع اهدای عضو شود، شرایط بالینی فرد اهداکننده است که در زمان فوت او توسط پزشک متخصص تشخیص داده خواهد شد.