

اگر احساس خواب به شما دست داد در مکان امنی مانند پارکینگ‌های جاده‌ای، خودرو را متوقف کنید و از توقف در شانه بزرگراه خودداری کنید.

لزوم احیای یک شعبه هلال احمر در هر منطقه از شهر تهران

رئیس جمعیت هلال احمر در جلسه شورای معاونان، بر لزوم واگذاری فعالیت‌های صف هلال احمر مرکز به هلال احمر استان تهران به منظور ارتقای آمادگی جمعیت در برابر حوادث و بلاها و همچنین ایجاد انسجام بیشتر در ارائه خدمات هلال احمر تأکید کرد. دکتر پیوندی در جلسه شورای معاونان این جمعیت که در هلال احمر استان تهران برگزار شد، گفت: «استان تهران استانی ویژه در کل کشور است و باید به دلیل شرایط خاص، نگاه ویژه‌ای به تهران داشته باشیم». پیوندی در همین خصوص به وظیفه پاسخگویی هلال احمر در زلزله احتمالی تهران اشاره کرد و گفت: «شهرداری تهران، متولی اصلی امداد رسانی در زلزله در پایتخت است و جمعیت هلال احمر در این موضوع، به‌عنوان یک سازمان کمک‌کننده باید پاسخگو باشد، امانت‌ش و وظیفه‌مطالیه‌گری هلال احمر که چه اقداماتی برای آمادگی در برابر زلزله تهران لازم است انجام شود، باید مورد توجه ویژه قرار گیرد تا اگر حادثه‌ای رخ داد، تبعات آن کمتر شود.»

روز اهدای خون، روز خاص برای داوطلبان هلال احمر

## هدیه من، قطره قطره زندگی



اغلب از داوطلبان قدیمی هلال احمر هستند و سابقه اهدای خون آنها به بیش از ۱۵ سال می‌رسد. داوطلبان اهدای خون در هر شهر و استانی، سه بار در سال برای اهدای خون مجاز هستند. به محض کم شدن ذخیره گروه خونی خاصی، تنها با یک فراخوان از سازمان انتقال خون و با جمعیت، خود را به پایگاه‌ها می‌رسانند. گاهی به همراه بیمار مراجعی که نیاز به دریافت فوری خون دارد به بیمارستان می‌روند تا خون خود را مستقیماً به بیمار نیازمند اهدا کنند. فعالیت و همکاری نشان با هلال احمر تنها به اهدای خون ختم نمی‌شود و در کارهای داوطلبانه و خیر خواهانه بد طولانی دارند. از پزشک و کارگر و خانه‌دار گرفته تا امدادگران و کارکنان رسمی هلال احمر در میانشان به چشم می‌خورد. نزدیک شدن به روز اهدای خون، بهانه‌ای است برای شنیدن حرف‌های تعدادی از اهداکنندگان مستمر خون در استان‌های مختلف.

کارهای داوطلبی، انگیزه‌ای برای زندگی جمشید امیر عضدی، فارس بیش از ۲۵ سال از فعالیت «جمشید امیر عضدی» در هلال احمر می‌گذرد؛ پیشکسوتی که قبل از بازنشستگی در آموزش و پرورش مشغول به کار بود و در کنار تدریس به دانش آموزان کازرون، آنها را به کار و فعالیت داوطلبانه دعوت می‌کرد و با اهداف بشردوستانه هلال احمر آشنا. این امدادگر جاده و کوهستان ید طولایی هم در اهدای خون دارد. عضدی می‌گوید: «آنچه من را از جوانی شیفته جمعیت کرد، نوع دوستی بود و فعالیت‌های داوطلبانه‌ای که هلال احمری‌ها بدون چشمداشت انجام می‌دادند. سال‌ها در امداد جاده‌ای کازرون از نزدیک شاهد جانفشانی‌های امدادگران بودم و حضورم در هلال احمر مسیر زندگی من را عوض کرد. اهدای خون و دریافت کارت اهدای عضو کمترین کاری است که من به عنوان داوطلب فعالیت‌های بشردوستانه انجام می‌دهم.» امداد رسانی در حوادث جاده‌ای و حوادث طبیعی و غیر طبیعی مثل زلزله و سیل اخیر شیراز و زلزله بم و... را در کارنامه کاری خود دارد. او می‌گوید: «قرار گرفتن در مسیر فعالیت‌های داوطلبانه مسئولیت‌هایی بر دوش افراد می‌گذارد که فرد داوطلب نمی‌تواند آنها را نادیده بگیرد. برای همین هم اغلب داوطلبان قدیمی جمعیت همه زندگی خود را وقف امور داوطلبی کرده‌اند و حتی در این راه از عزیزان خود فاصله گرفته‌اند. عادت به انجام کارهای داوطلبانه مثل امداد و اهدای مستمر خون، تأثیر بر روحیه فرد داوطلب می‌گذارد و حس اثرگذار بودن به فرد می‌دهد. امور داوطلبی برای من و بسیاری از دیگر اعضای جمعیت انگیزه‌بخش برای زندگی است.»

### خانواده اهداکننده خون

بیش از ۱۴ سال از عضویتش در هلال احمر می‌گذرد. اهدای مستمر خون او را در پایگاه‌های اهدای خون استان به چهره‌ای آشنا تبدیل کرده است. هر بار که به این پایگاه‌ها مراجعه می‌کند کاروانی از اهداکنندگان را هم همراه خود دارد. «شهربانو مصمصی» ۶۰ ساله دار دوهلال احمری‌ها او را به عنوان مسئول خانه داوطلب و خیر به یاد دارند. مصمصی می‌گوید: «سال‌ها است که به صورت مستمر خون اهدا می‌کنم. علاوه بر خودم، اعضای خانواده‌ام هم در این کار خیر با من همراه هستند و آنها هم خون خود را اهدا می‌کنند؛ به خصوص زمانی مثل وقوع زلزله و حوادثی که استان اعلام نیاز می‌کند.» او در ماه رمضان و شب‌های قدر قراری همیشه با خود دارد که حتماً سری به پایگاه‌های اهدای خون بزند. او



شهربانو مصمصی پویشگر

می‌گوید: «هم من و هم دیگر افرادی که به همراه من به پایگاه می‌آیند، در صورتی که شرایط خون دادن نداشته باشند پریشان و ناراحت می‌شوند. در سال گذشته به دلیل احتمال کم خونی و ضعف بودن بدنم، پزشک من را از اهدای خون برای سه نوبت در سال منع کرده است. این موضوع من را خیلی ناراحت کرد اما با مشورت پزشک حداقل یک نوبت در سال خون اهدا می‌کنم.» فعالیت‌هایش در هلال احمر به اینجا ختم نمی‌شود و رسیدگی به وضع معیشت و برطرف کردن نیازهای مددجویان هم از کارهای روزمره او است: «فرزندم هم با تشویق من عضو هلال احمر شدم و در فعالیت‌های خیریه به من کمک می‌کنند. اعزام افراد نیازمند به مشهد یکی از کارهایی است که با حمایت اطرافیانم آن را انجام می‌دهم و این موضوع دلخوشی بزرگی برای من است.»

### اهدای زندگی

راننده خودروی نجات است و در عملیات‌های امداد و نجات از نزدیک، ضرورت مشارکت در اهدای خون را بیشتر حس می‌کند. «فریدون فرید» بیش از ۲۰ سال است اهدای خون را در برنامه‌های همیشه‌گی خود قرار داده است. او از تجربه‌های امداد و نجات جاده‌ای می‌گوید: «نیاز به اهدای خون در زمان وقوع حوادث خود را خیلی سریع نشان می‌دهد. افرادی هستند که در صحنه تصادف، به دلیل خونریزی شدید جانشان در خطر است و نیاز فوری به دریافت خون دارند. یا افراد دیگری که به دلیل بیماری‌های مختلف این نیاز را پیدا می‌کنند. سال گذشته بود که یکی از اقوام ما که درگیر فقر شدیدی هم بود برای فرزند خود نیاز به خون داشت و دنبال خون می‌گشت تا بتواند زردی فرزندش را درمان کند. تامین خون از بیمارستان برای بیماران هزینه دارد و این فرد نمی‌توانست این هزینه را پرداخت کند. آن روز من به دلیل مشکل جسمی که داشتم نمی‌توانستم خون اهدا کنم. اما همان لحظه با یکی از دوستانم که به ما مراجعه می‌کردند، افرادی را می‌دیدم که برای



فریدون فرید گیلان

همان روز به همراه بیمار به بیمارستان رفت و خون خود را برای نجات جان آن کودک اهدا کرد. این یکی از به یادماندنی‌ترین روزهایی بود که به عنوان یک داوطلب با سازمان انتقال خون همکاری مستمر داشتم.» تعداد دفعاتی که خون خود را اهدا کرده از شمارشش خارج شده اما بعد از هر بار اهدا از تصور اینکه با این کار جان یک نفر نجات می‌دهد احساس خرسندی می‌کند.

### مراجعات را به اهدای خون دعوت می‌کنم

پزشک عمومی داوطلب جمعیت است و ویزیت رایگان بیماران نیازمند، حضور در کاروان‌های سلامت و سر زدن به روستاهای محروم را در کارنامه داوطلبی خود دارد. دکتر «مصیب صفربور» بیش از ۲۰ سال است که اهدای خون مستمر را در برنامه خود قرار داده. او می‌گوید: «هم برای انسان دوستی و کمک به همنوع، و هم به دلیل اینکه می‌دانم اهدای خون برای خود فرد اهداکننده چقدر مفید است، سال‌ها است اهداکننده مستمر خون هستم. بیماران زیادی هستند که به دلایل مختلف، از جمله تصادف و جراحی سنگین و یا بیماران مبتلا به سرطان و بیماری‌های انعقاد خون و... به دریافت واحدهای خونی نیاز دارند. همچنین فرآورده‌های خونی از مستلزمات نظام دارو و درمان کشور است. به همین دلیل اهدای خون را یک اولویت می‌دانم و حتی مراجعات را هم به اهدای



مصیب صفربور خراسان رضوی

خون دعوت می‌کنم.» از جایگزینی دوباره خون در بدن اهداکننده می‌گوید و قاعده و قانونی که اگر رعایت نشود، نه تنها آسیبی به اهداکننده نمی‌زند، بلکه برای او مفید هم هست: «سازمان انتقال خون ساز و کاری دارد که با رعایت آن، آسیبی به فرد اهداکننده وارد نمی‌شود. ضمن اینکه بدن خیلی زود خون از دست رفته را جبران می‌کند. به همین دلیل است که اهدای خون به نوعی باعث تازه شدن جسم و جان می‌شود و برای افراد سالم مفید است.»

### دست رد به سینه مراجعان نیازمند نمی‌زنیم

رئیس خانه داوطلبان است و بیش از ۱۶ سال است از نزدیک با مشکلات مددجویان از نزدیک روبه‌رو است. «زهراکاشی‌پز» در این ۱۶ سال اهداکننده مستمر خون بوده و آن را یکی از افتخارات خود می‌داند. او می‌گوید: «از وقتی وارد جمعیت شدم، در کنار مردم نیازمندی که به ما مراجعه می‌کردند، افرادی را می‌دیدم که برای بیماران توان پرداخت هزینه واحدهای خون به بیمارستان را نداشتند. ما آنها را راهنمایی می‌کنیم که به سازمان انتقال خون مراجعه کنند و اهداکنندگان مستمر خون را به آنها معرفی می‌کنیم. از همان زمان احساس می‌کردم در کنار کمک‌هایی که به مردم می‌کنم، باید در اهدای خون هم حضوری فعال داشته باشم.» کمک‌های دارویی به



زهراکاشی‌پز قزوین

نیازمندان از جمله فعالیت‌هایی است که در این سال‌ها به آن می‌پردازد: «اعتماد و اتکای مردم به هلال احمر آنقدر زیاد است که حتی برای رفع مشکلات پزشکی و درمانی خود هم به سراغ ما می‌آیند. بسیاری از این افراد در تامین هزینه‌های بیمارستان، برای دریافت خون مشکلات زیادی دارند. ما هم دست رد به سینه آنها نمی‌زنیم و آنها را به سازمان انتقال خون معرفی می‌کنیم. یا اگر داوطلب فعال اهدای خون داشته باشیم که شرایط اهدای خون خود به بیمار مورد نظر را داشته باشد، او را به همراه بیمار به بیمارستان می‌فرستیم. قرار گرفتن در این شرایط باعث شده تا در همه این سال‌ها اهدای خون برای من به فعالیتی همیشه‌گی و مستمر تبدیل شود.»