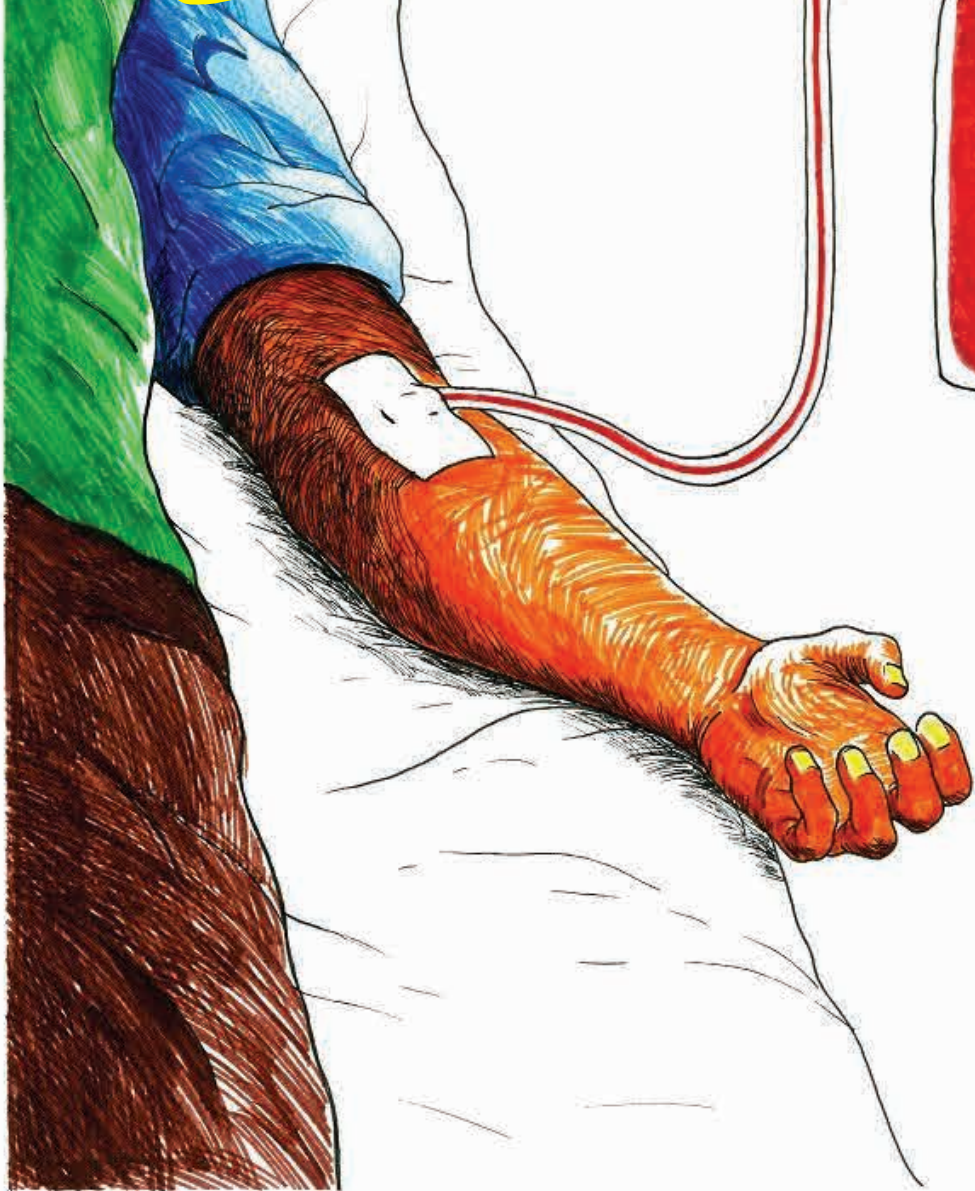


زندگی



تصویر ساز: شهریار مبریان

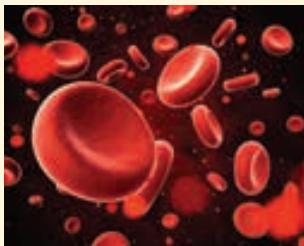
درباره پلاکت خون و ضرورت اهدای آن چه می‌دانید؟

جریان امید در جریان زندگی

میترا تاتاری - دست‌های نحیفش را در دست‌های گرم و لرزان مادر گذاشته است. خیلی کوچک تر از آن است که بتواند دردی به بزرگی سرطان را تحمل کند. مادر با چشمانی اشک بار، سر بی موی فرزندش را که تازه از شیمی درمانی بازگشته در آغوش می گیرد. بعد از هر بار شیمی درمانی، انتظار برای دریافت پلاکت خونی، کشنده‌ترین انتظار زندگی است. هر چند پزشک معالج همیشه به او اطمینان می دهد که پلاکت مورد نیاز کودک در نهایت تامین خواهد شد اما طاقت دیدن فرزندش را در این حال و روز ندارد. ماه رمضان است و در دل دعا می کند که اهدا کننده ای که قرار است خونش در رگ های کودک او جاری شود، عاقبت به خیر شود... این، داستان تلخ اما تکراری بیمارانی است که نیاز مبرم و حیاتی شان به خون و پلاکت خونی، فقط و فقط به سخاوت و بزرگواری اهدا کنندگان خون بستگی دارد. خوشبختانه آمار داوطلبان اهدای خون و فرآورده‌های خونی، در کشور ما نسبت به دیگر کشور‌های دنیا در رده خوبی قرار دارد. بولی با این حال، هنوز هم عده زیادی هستند که هم از فواید اهدای خون برای بدنشان مطلع نیستند و هم نمی دانند با اهدای خون، نه تنها به حادثه‌دیدگان بلکه به قشر کثیر بیماران نیازمند پلاکت خون، چه کمک بزرگی می کنند. فرآورده های خونی، منحصر به گلبول های قرمز نیست؛ پلاکت خونی هم یکی از محصولات پر استفاده خون است که یکی از نیازهای عمده مراکز درمانی و انتقال خون به حساب می آید. از آنجا که حجم اهدای خون و فرآورده‌های خونی در طول ماه مبارک رمضان، با افت قابل توجهی روبه‌رو است و چند روز قبل هم روز اهدای خون بود سعی کردیم در پرونده امروز زندگی‌سلام، فواید اهدای خون را یادآور شویم و به شکل خاص، درباره نقش حیاتی پلاکت خون بر سلامتی و ضرورت توجه به اهدای آن حرف بزنیم. حالا که چیزی تا پایان ماه مبارک رمضان باقی نمانده، خودتان را از ثواب بزرگ اهدای خون بی نصیب نگذارید.

* خبرگزاری مهر

همه آنچه باید درباره پلاکت خونی و اهدای آن بدانید



است. نکته قابل توجه اینجاست که پلاکت ها را مانند گلبول های قرمز نمی توان ذخیره کرد و عمر محدود چند روزه دارند. جدا سازی پلاکت به دو شیوه «رندوم» و «فرزیس» انجام می گیرد. در روش «رندوم» در هر بار خون دادن، تنها یک واحد پلاکت خونی از فرد داوطلب دریافت می شود. در حالی که هر بیمار با وزن نرمال به ۷ تا ۸ واحد پلاکت در هر تزریق نیاز دارد. به همین دلیل ممکن است پلاکت های اهدا تب، آلرژی و عفونت به دنبال داشته باشد. شده به بیمار از بدن بیش از یک فرد گرفته شده باشد و در این صورت عوارضی مثل مشکلات و دردهای سرطان دست و پنجه نرم می کند، به مراتب کمتر است. مزیت دیگر این روش، این است که تنها فرآورده ای که از خون فرد اهداکننده گرفته می شود، پلاکت است و دیگر فرآورده ها از قبیل گلبول قرمز و سفید در بدن اهدا کننده باقی می ماند. هر چند هزینه تجهیزات مورد استفاده در این روش، بسیار بالاست اما بیشتر مراکز انتقال خون استان ها مجهز به آن هستند و کسانی که می خواهند با اهدای پلاکت، به بیماران کوشوران کمک کنند، می توانند به این مراکز مراجعه کنند. تمامی داوطلبانی که حائز شرایط برای اهدای خون هستند، می توانند پلاکت هم اهدا کنند. داشتن سلامتی کامل، حداقل ۱۷ و حداکثر ۶۰ سال سن و وزن حداقل ۵۰ کیلوگرم از جمله این شرایط است. شمارش پلاکتی قبل از انجام پلاکت افریزش باید مساوی یا بیشتر از ۱۵۰۰۰۰ عدد در میکرو لیتر باشد. هر عاملی که مانع اهدای خون کامل است، برای اهدای پلاکت نیز مانع محسوب می شود.

منبع: سایت مرکز انتقال خون ایران

■ **چه عواملی باعث کمبود پلاکت خون می شود؟**
عوامل زیادی از قبیل داروها، بیماری های ارثی، انواع خاصی از سرطان مانند سرطان خون، شیمی درمانی و اختلال یا عفونت کلیه موجب کمبود پلاکت در خون می شود. اما عمده پلاکت اهدا شده از داوطلبان، به دست بیماران سرطانی که تحت شیمی درمانی قرار گرفته اند، می رسد. شیمی درمانی فرایندی درمانی است که طی آن بدن بیمار با کمبود پلاکت خونی مواجه می شود و بلافاصله بعد از آن پلاکت از دست رفته باید تامین شود تا خطر خونریزی، سلامت این بیماران را تهدید نکند. متأسفانه اگر پلاکت سالم در مدت زمان مشخص به بیمارانی که با افت پلاکت خونی مواجهند نرسد، زندگی آن ها به خطر می افتد و ممکن است جانشان را از دست بدهند. این بیماران به طور متوسط، سالانه به ۳۰ تا ۵۰ واحد پلاکت خونی نیاز دارند که باید از طریق افرادی که داوطلبانه خون اهدا می کنند، تامین شود. اما نیاز بیماران به دریافت پلاکت، گاه از میزان پلاکت دریافتی از اهدا کنندگان فراتر می رود و اینجاست که مشکل اصلی بروز پیدا می کند.

■ **شرایط اهدای پلاکت خون چیست؟**
حالا که با نقش مهم پلاکت های خونی در بدن آشنا شدید و می دانید که نیاز بیماران سرطانی کشورمان که تعدادشان هم کم نیست به این فرآورده خونی تا چه اندازه زیاد است، احتمالاً باید برایتان این سوال به وجود آمده باشد که چطور می توانید با اهدای پلاکت، سهمی در شاد کردن دل بیماران و خانواده هایشان داشته باشید. سالانه هر مرد سالم، ۴ بار و هر زن سالم ۳ بار می تواند اهدا کند اما اهدای پلاکت خونی ۲۴ بار در سال جایز

همیشه از لزوم اهدای خون و نجات جان بیماران و هموطنان شنیده ایم. اما آیا می دانید با اهدای خون به چه بیمارانی کمک می کنید؟ در ذهن بیشتر ما اهدای خون، برای افرادی است که در سانحه یا طی عمل جراحی مقدار قابل توجهی خون از دست داده اند و حالا برای تقویت قوای جسمانی و ادامه حیات، به خون نیاز دارند. اما اهدای خون به طیف وسیع تری از بیماران کمک می کند و فرآورده های خونی محدود به گروه خاصی از بیماران نمی شود. فرآورده های خونی، آن دسته از مواد تشکیل دهنده خون هستند که کاربرد درمانی دارند و می توانند به وسیله دستگاه های مختلف از خون اهدایی، تفکیک و تهیه شوند. «پلاکت» نام یکی از این فرآورده های خونی است که برای بدن بسیار حیاتی است و کمبود آن خطرناک است. اما این فرآورده خونی چیست، چه بیمارانی به آن احتیاج دارند و در اثر چه مواردی بدن بیمار با کمبود آن رو به رو می شود؟

■ **پلاکت خونی چیست؟**
پلاکت های خونی، سلول های موجود در خون ما هستند که در مغز استخوان تولید می شوند. هر زمان قسمتی از رگ های خونی دچار آسیب یا خونریزی شد، پلاکت ها به هم می چسبند تا از خونریزی بیشتر جلوگیری کنند. به عبارت بهتر، پلاکت ها وظیفه انعقاد خون را بر عهده دارند و هنگام زخمی شدن هر ناحیه از بدن، با تجمع و به هم چسبیدن، به لخته می پیوندند. با توجه به این تعریف متوجه اهمیت نقش پلاکت های خونی در سلامت بدن می شویم. نکته جالب درباره پلاکت های خونی، طول عمر کوتاه آن هاست. هر پلاکت بین ۷ تا ۱۰ روز در بدن ما زندگی می کند و بعد در کبد، طحال و مغز استخوان تخریب می شود.

گفت‌وگو با معاون فنی و فناوری های نوین سازمان انتقال خون استان خراسان رضوی، درباره ابعاد گوناگون اهدای پلاکت خون

در ماه مبارک رمضان، اهدای خون کم می شود اما نیاز بیماران نه!



وضعیت اهدای خون و به تبع آن پلاکت خونی، در ایام ماه مبارک رمضان چگونه است؟

متأسفانه به علت روزه داری و هوای گرم، مشارکت مردم در اهدای خون در ماه رمضان بسیار کم است. این در حالی است که نیاز بیماران به خون کمتر نمی شود. لذا هر سال با مشکل عمده ای در این زمینه مواجهیم. از مردم می خواهیم در ماه مبارک رمضان هم با مراجعه به مراکز انتقال خون، بعد از افطار و از ساعت ۳:۲۱ تا ۱:۳۰ با اهدای خون و فرآورده های خونی است. ما در شرایط بحرانی، حتی اجازه نداریم از کشور های دیگر خون وارد کنیم. بنابراین مشارکت مردم در اهدای خون، تنها راه تامین خون و پلاکت مورد نیاز بیماران کشورمان است. بد نیست بدانید اهدای خون برای روزه داران هیچ مشکلی ایجاد نمی کند، فقط باید بعد از افطار، میزان مصرف مایعات را بالاتر ببرند.

تاثیر اهدای خون بر بدن فرد اهداکننده چیست؟
اهدای خون همان قدر که برای بیمار فایده دارد برای بدن شخص اهدا کننده هم سودمند است. اهدای خون از غلیظ شدن خون جلوگیری می کند و به همین دلیل، خطر لخته شدن خون در رگ ها و سکنه قلبی را به میزان قابل توجهی کاهش می دهد. افرادی که هر شش ماه یک بار خون اهدا می کنند کمتر دچار سکنه قلبی و مغزی می شوند. در هر بار اهدای خون، میزان آهن بدن شما سنجیده می شود و اگر به اندازه کافی نباشد، اهدا انجام نمی گیرد؛ پس همین روش می تواند راه بسیار خوبی برای سنجش میزان معادل همان ۶ تا ۷ واحد خون در روش قلبی است. این هم دارد. در کنار مزایای بسیار زیاد این روش، هزینه آن بالاتر است. ما برای تهیه پلاکت به روش افروزیس باید اول از سمت مراکز درمانی درخواست داشته باشیم. با وجود اطلاع رسانی ما، همکاری در این زمینه از سوی پزشکان کم است. پزشکان در زمان بستری بیمار باید پیش بینی کم شدن پلاکت در بیمار را داشته باشند و ۲۴ ساعت زودتر به ما درخواست پلاکت به روش افروزیس را بدهند. اهدای پلاکت برای فرد اهدا کننده، حدود یک ساعت الی یک ساعت و نیم طول می کشد.

معادل ۴۵۰ سی سی اهدا می کنند؛ این خون، هم بخش سلولی دارد و هم بخش مایعات. وقتی این خون را از اهدا کننده دریافت می کنیم، گلبول قرمز، پلاسما و پلاکت را از هم جدا می کنیم. از آنجا که یک بیمار بالغ به ۶ تا ۷ واحد پلاکت خونی نیاز دارد، اگر ما کمتر از این مقدار به بیمار بدهیم، اثر درمانی مطلوب را نخواهد داشت. مدت زمان نگهداری این پلاکت ها بسیار محدود است. حداکثر بین ۳ تا ۵ روز پس از جداسازی، پلاکت می تواند به بدن بیمار تزریق شود. اگر مدت انقضای آن از ۵ روز بگذرد، دیگر آن پلاکت به درد نمی خورد. بنابر این ما در تهیه و نگهداری

اهدای خون همان قدر که برای بیمار فایده دارد برای بدن شخص اهدا کننده هم سودمند است. اهدای خون از غلیظ شدن خون جلوگیری می کند و به همین دلیل، خطر لخته شدن خون در رگ ها و سکنه قلبی را به میزان قابل توجهی کاهش می دهد

این محصول نسبت به دیگر فرآورده های خونی، با محدودیت بسیار عمده ای به نام زمان نگهداری مواجهیم! شیوه دیگر تهیه پلاکت، این است که از اهدا کننده فقط پلاکت بگیریم. این روش اهدای افروزیس نام دارد. در این روش یک واحد اهدای پلاکت برای هر بیمار کافی است و پروتئین و کربوهیدرات است و وظیفه حمل و نقل مواد را بر عهده دارد. بخش دیگر خون، بخش سلولی است که خود دارای سه بخش عمده گلبول های قرمز، گلبول های سفید و پلاکت هاست. در بیشتر موارد، منظور از خون دادن، اهدای فرآورده های گلبول های قرمز است که وظیفه انتقال اکسیژن به سلول ها را بر عهده دارند و برای همین بسیار مهم و حیاتی هستند. گلبول های سفید، در سیستم دفاعی بدن نقش دارند و در نهایت پلاکت ها سلول هایی هستند که در انعقاد خون موثر هستند.

محصول پلاکت چطور تهیه می شود؟
پلاکت ها به دو صورت تهیه می شوند. افرادی که روزه انه به پایگاه های انتقال خون مراجعه می کنند، یک واحد خون

از آن جا که پلاکت یک محصول خونی پر مصرف است، با خیر شدیم که معمولاً مراکز درمانی و انتقال خون، برای دسترسی به آن، با محدودیت هایی رو به رو هستند. روزهای گرم ماه رمضان و کاهش مراجعات مردمی برای اهدای خون، دلیل مناسبی بود تا دقایقی را پای حرف های دکتر «علی حسینی»، معاون فنی و فناوری های نوین سازمان انتقال خون استان خراسان رضوی بنشینیم و از چند و چون اهدای پلاکت خونی و نیاز بیماران به آن مطلع شویم. دکتر حسینی درباره اهدای پلاکت خونی به بیماران و روش های نوین تفکیک پلاکت، حرف هایی زدند که خواندنشان خالی از لطف نیست.

جناب دکتر، معمولاً مهم ترین گروه بیمارانی که به پلاکت خون نیاز دارند، چه کسانی هستند و آیا پلاکت مورد نیاز شان، به موقع تامین می شود؟
پلاکت، وظیفه انعقاد خون را بر عهده دارد و معمولاً بروز کمبود پلاکت در بیماران سرطانی رایج است که قبل از اجرای شیمی درمانی، قابل پیش بینی است. پزشک معالج یک بیمار سرطانی قبل از شیمی درمانی می داند که یکی از عوارض اصلی این کار، ممکن است کم شدن تعداد پلاکت های خونی باشد و همان موقع درخواست تهیه این محصول را می دهد. با وجود پر مصرف بودن این فرآورده و محدودیت های تهیه آن، مراکز انتقال خون در همه جای کشور، همه تلاش خود را برای پیگیری نیاز بیمار انجام می دهند و این محصول در نهایت به بیمار نیازمند می رسد. هر چند ممکن است بیمارانی وجود داشته باشند که نیاز به پلاکت داشته باشند اما همان موقع در دست بیمار ولی در نهایت ظرف ۲۴ ساعت، این پلاکت به دست بیمار می رسد. پلاکت محصولی است که نیاز به آن، اورژانسی نیست. به طور مثال کمبود گلبول های قرمز در خانم هایی که طی زایمان، خون زیادی از دست می دهند، بسیار حاد است و باید به سرعت خون مناسب به آن ها تزریق شود اما در مورد پلاکت، این مسئله تا حد فوری نیست.

پلاکت یک محصول سلولی خونی است. خون دارای دو بخش است؛ بخش سلولی و بخش مایعات. قسمت مایعات را در اصطلاح پلاسما می گویند که دارای املاح، چربی، پروتئین و کربوهیدرات است و وظیفه حمل و نقل مواد را بر عهده دارد. بخش دیگر خون، بخش سلولی است که خود دارای سه بخش عمده گلبول های قرمز، گلبول های سفید و پلاکت هاست. در بیشتر موارد، منظور از خون دادن، اهدای فرآورده های گلبول های قرمز است که وظیفه انتقال اکسیژن به سلول ها را بر عهده دارند و برای همین بسیار مهم و حیاتی هستند. گلبول های سفید، در سیستم دفاعی بدن نقش دارند و در نهایت پلاکت ها سلول هایی هستند که در انعقاد خون موثر هستند.

محصول پلاکت چطور تهیه می شود؟
پلاکت ها به دو صورت تهیه می شوند. افرادی که روزه انه به پایگاه های انتقال خون مراجعه می کنند، یک واحد خون