

الكثير من الدراسات أكدت ان كل ثلاث ثوان هناك شخص يحتاج إلى نقل الدم، وكذلك واحد من كل عشرة مرضى يدخلون المستشفى في حاجة إلى نقل الدم. ولأن الدم لا يمكن الحصول عليه الا من خلال الانسان نفسه، لذا يجب على الانسان أن يكون كريما في العطاء ووهب اخوانه في الانسانية فرصة للحياة عبر التبرع بالدم، فالدم الذي يتبرع به شخص واحد يمكن أن ينقذ أربعة أشخاص عند فصل مكوناته وليس شخصا واحدا، وكذلك هناك فائدة يحصلها المتبرع بالدم حيث تعيد عملية التبرع بالدم الحيوية والنشاط للجسم بسبب تجديد خلايا الدم. «الأنباء» في استكمال لمشوارها في الخدمة المجتمعية الى جانب دورها الاعلامي الرائد أقامت حملة للتبرع بالدم بالتعاون مع بنك الدم المركزي، وتهافت العاملون بها من كافة القطاعات والشرائح الوظيفية للمتبرع، وكانت هذه المحصلة ليوم حافل بالعطاء. كانت البداية ظهرا بحضور الفريق الطبي والفني من بنك الدم والذي بدأ بالعمل بفحص المتبرعين من «الأنباء» قبل بدء التبرع.

كبت: حنان عبد المعبود

د.آيات بكر: التبرع يجدد ويحسن الدورة الدموية ويحفز الجسم على إنتاج خلايا جديدة

## «الأنباء» مهدت طريق التبرع لأبنائها باستضافة بنك الدم فاستجابوا بما يقارب 60 كيساً



عمار عجوب وبعض الزملاء أثناء التبرع (فريال حماد)



مستشار الإدارة العامة الزميل يوسف عبدالرحمن والزميلة توف العياضي مع طاقم بنك الدم المركزي

والدور الذي قامت به «الأنباء» واصفا اياه بأنه رائد وتوعوي ومجتمعي مسؤول أن تخرج الجريدة من حيز التوعية بالنشر الى كونها أصبحت مفيداً يحتذى به في العطاء والخدمة المجتمعية.

### متبرع دائم

أما سكرتير التحرير لقسم الاقتصاد الزميل زكي عثمان فقال «تبرعت بكثرة من قبل، الا أنني لم أتبرع منذ حوالي عام ونصف العام، وكانت فرصة جيدة وجود بنك الدم هنا بمقر الجريدة، وقد سعدت جدا حينما وجدتهم هنا لأن التبرع أمر جيد فإن لم يكن مفيداً لصحة المتبرع نفسه بالفوائد التي يكسبها جسده نتيجة التبرع فإنه يفيد الآخرين الذين يحتاجون الى دمنا في وقت أحوج ما يكون فيه الفرد الى نقطة دم. وأعرب عن أمله أن تكون هناك حملة دورية لبنك الدم داخل الجريدة مؤكدا أنهم سيجدون الكثيرين ممن لا يملكون الوقت للانتقال للبنك، وأضاف «أن طبيعة عملنا تفرض علينا المكوث لفترات طويلة يوميا بالمكاتب وأحيانا نتمنى أن نتبرع ولكننا لا نملك الوقت ولهذا فإن عزائي

الأولى كانت منذ سنوات، وقال «ان التبرع بالدم أمر رائع ويشعرنني بالسعادة، وأتمنى التبرع بشكل دوري، وعن فوائد التبرع قال أسمع أنها كثيرة ومفيدة جدا للإنسان الذي يتبرع كما تفيد من يحتاج الى التبرع له.

أما الزميل أسامة دياب فقال «تبرعت بالدم من قبل، الا أنني أحرص على عمل الحجامة أكثر والتي تعد ذات فوائد تقارب التبرع بالدم، وحاولت التبرع الآن الا أن الطبيب أخبرني بعدم استطاعتي التبرع نظرا لوجود عائق طبيبة صحي، وكنت أتمنى القيام به، لأنه واجب ويعد نوعا من الزكاة عن الصحة، خاصة أن نقطة الدم يمكن أن تنقذ الأرواح.

وعن فوائد التبرع بالدم، أكد أن أهم فوائده تجديد الدورة الدموية بالجسم مما يعمل على تجديد الخلايا بالجسم، ولفت الى أن الحملة التي قامت بها «الأنباء» للتبرع وأنها منهم أريد التبرع ولا أملك الوقت، وإحضارهم للمختصين الى مقر الجريدة جعل الكثيرين ممن لا يملكون الوقت يقبلون في سعادة. وتمن المبادرة وتنظيم الحملة

تهتم بالجانب الترفيهي، وهو الجانب الذي لم تغفله الإدارة وأخذته في الاعتبار، إلا أنها فضلت أيضا أن تأخذ القضية الاجتماعية على عاتقها، وهي التي حث عليها الدين، وقال: نحمد الله أن كل الأمور تسير حسب الخطة الموضوعية وكل شيء على ما يرام، فنحن نأخذ شرائح مختلفة من الأمور الهامة والملحة في مجتمعنا ونحاول قدر الإمكان أن يكون لنا دور وطني فاعل في كل القضايا، وخاصة أن قضية التبرع بالدم هي قضية إنسانية، مشيرا إلى أن قضية إيماننا، مشيرا إلى أن الجريدة لم تقم بدورها فقط في مجال التبرع من قبل أعضائها وروادها والعاملين فيها، وإنما أيضا حرص حينما تصلنا رسالة بالاحتياج الى فصائل بعينها ننشره ونعممه على الإخوة العاملين في الجريدة وكما نرى اليوم هناك لمسات طبية من خلال مبادرة الكثير منهم للتبرع وهي سمة من سمات المجتمع الكويتي.

### غضب من فيض

ويبدأ أبناء «الأنباء» في التسابق للتبرع بالدم والبيدانية كانت للزميل عبدالله محمد ناصر المنصوروري الذي يتبرع بالدم للمرة الثانية، بينما المرة

لهم استخدام المخدرات عن طريق الوريد، والأشخاص الذين يمارسون العلاقات الجنسية المحرمة، وكذلك الأشخاص الذين سبق لهم استقبال حقن مركزة لعوامل تخثر الدم، والذين وجد أثناء إجراء الاختبارات العملية أن لديهم فحصا إيجابيا لتحليل التهاب الكبد من النوعين (ب و ج) وتحليل الإيدز.

من جانبه، أكد مستشار إدارة التحرير أ. يوسف عبدالرحمن أن المبادرة التي قامت بها «الأنباء» تعد إحدى المبادرات التي تقوم بها نحو المسؤولية المجتمعية وقال «بتعليمات من الأستاذ رئيس التحرير اتخذنا سياسة ونهج خلال السنتين الماضيتين للتواصل مع جميع قطاعات المجتمع، وأيضا ليكون لنا دور في قضايا التوعية، والتواصل الاجتماعي والمشاركة مع القطاعات العاملة في المؤسسة».

وأضاف «نحن الآن بصدد بناء سياسة جديدة في المؤسسة على أساس عائلة واحدة وأعرب عن سعادته بما يقدمه الأبناء بأسرة «الأنباء» في كل المبادرات التي تقوم بها الجريدة رجالا ونساء، ولفت إلى أن الكثير من المؤسسات

مرور شهرين من التبرع الأول.

### موانع التبرع

وعن موانع التبرع بالدم أكدت أن هناك الكثيرين لا يعلمون موانع التبرع ومنها موانع مؤقتة ويمكن التبرع بعد فترة أو زوال المانع والتي تكون لدى الأشخاص الذين سبق لهم الإصابة بذبحة صدرية خلال سنة من التبرع بالدم، كذلك من أصيب بمرض الملاريا خلال السنوات الثلاث الماضية، والأشخاص الذين زاروا منطقة موبوءة بالملاريا خلال السنة الماضية، بالإضافة الى من تم نقل دم إليه أو أخذ أحد مكونات الدم أو من أجريت له عملية وشم خلال السنة الماضية، ومن تعرض لعملية جراحية في القلب أو تعرض لمصاب بالتهاب الكبد خلال عام، كذلك الشخص المصاب بوعكة صحية أو ارتفاع في درجة الحرارة يوم التبرع، أو من تناول مضادا حيويا قبل يوم إلى ثلاثة أيام من التبرع، وكذلك السيدات الحوامل أو اللاتي تعرضن لإجهاض خلال الأسابيع الستة الماضية.

وأشارت الى أن هناك موانع دائمة للتبرع بالدم وتكون في الأشخاص الذين سبق وهناك جزء آخر يختص بالصفائح الدموية، والبلازما لدينا في بنك الدم يتم سحبها منفردة، والجدير بالذكر أن هناك بعض بنوك الدم تقوم بتجزئة أكياس الدم الى أكثر من جزء من مشتقاته وتعطي للمريض حسب احتياجه لهذا المشتق.

### شروط المتبرع بالدم

وعن الشروط الواجب توافرها في المتبرع أكدت د. بكر أن من أهمها أن يكون المتبرع ذا صحة جيدة، وقد تجاوز السابعة عشرة من عمره، ولا يقل وزنه عن خمسين كيلوغراما، وأن يخضع لفحص طبي يبين خلوه من بعض الأمراض، مشيرة إلى أن الإحصائيات توضح أن قليلا جدا من الأشخاص الذين يمكنهم التبرع بالدم يتبرعون به فعلا.

وقالت: بالرغم من أن الجسم يعوض السوائل المتبرع بها خلال أربع وعشرين ساعة إلا فيما يخص بخلايا الدم والتي تأخذ وقتا أطول ليتم تعويضها، فالخلايا الحمراء مثلا لا تعوض تماما إلا بعد مرور ثمانية أسابيع على عملية التبرع، ولذلك لا ينصح بإعادة التبرع بالدم إلا بعد

أكدت الطبيبة بالفريق د. آيات أسامة بكر أن أهم الفوائد التي يحصلها الشخص المتبرع بالدم تجديد الدورة الدموية وتحفيز الجسم لإنتاج خلايا جديدة وتحسين الدورة الدموية مما ينتج عنها تحسين الأعراض السيئة لدى المتبرع من كسل وخمول والمساعدة لدى بعض الأشخاص لفقدان الوزن بسبب فقدان بعض الدهون، كما أن الإنسان يحصل ثوابا عظيما بتبرعه بالدم لإنقاذ روح إنسان آخر.

وفيما يختص بأنواع التبرع قالت «هناك تبرع بالدم العادي، والذي يحتاجه بعض المرضى، بينما البعض الآخر يحتاج الى نوع آخر وهي الصفائح الدموية ووظيفتها الأساسية هي منع النزيف واحتياجها المرضى الذين يعانون من النزف، وأوضح أن كيس الدم يتجزأ في البنك الى كرات دم حمراء، وهو الجزء الأحمر المركز، والى بلازما، ومن هنا يمكن أن نقول أنه يفيد أكثر من شخص، وكذلك هناك نوع من التبرع يجعلنا نأخذ ضعف الكمية ويستفيد منه شخصان وليس شخصا واحدا ومن متبرع واحد كائنا أخذنا منه كيسين حيث تتجزأ إلى كرات دم حمراء مركزة،



شكر

قدم فريق بنك الدم الشكر لـ «الأنباء» على حفاوة الاستقبال و«الأنباء» بدورها بتقديم بالشكر للمجهود الذي بذلوه على مدار اليوم وهم: د.آيات أسامة، عايشة القطامي، هبة نور، سوجي فينوماجالا، راكي مول ساس، محمد فخر الدين، عبدالله العنزي، جابر العنزي.



... وموسى عبود



احمد يوسف



محمد مازح



أشرف عبدالعزيز متبرعا



مازن علي



محمد الدشيش



كسنجر ماثيو وشاكر السليمانى



نعيمه الوهابي



جابر محمد شملول



باسم جورجى



.. وأسامة دياب



ناصر الوقت يملأ استمارة التبرع

## يوسف عبدالرحمن: الحملة تأتي ضمن نهج «الأنباء» للتواصل مع جميع قطاعات المجتمع والمشاركة في قضايا التوعية والتطوع الاجتماعي



(سام الشمري)

الزميل زكي عثمان يتحدث للزميلة حنان عبد المعبود



دايات بكر



محمد ناصر وأبو طاهر سلطان

التدخين لمدة ساعتين، وعدم نزع اللاصق الضاغظ على مكان الإبرة قبل ساعتين.

### نصائح أثناء عقب التبرع

قدم فريق العمل من بنك الدم مجموعة من النصائح للزملاء المتبرعين أهمها: يجب رفع اليدين إلى أعلى والضغط على مكان الإبرة إذا كان هناك نزيف. وإذا ما شعر المتبرع بالغثان أو الدوران يجب ان يستلقي على السرير ويكون مستوى الرأس منخفض عن الجسم أو الجلوس مع وضع الرأس بين الركبتين لمدة 5 دقائق وعدم القيام بأعمال شاقة أو تمارين رياضية مجهزة لمدة 24 ساعة.

كذلك على المتبرع مزاوله نشاطه المعتاد بعد التبرع، مع تجنب المجهود البدني الزائد. وتناول كمية من السوائل أكثر بقليل من المعتاد خلال الساعتين التاليتين للتبرع وتجنب ممارسة رياضة عنيفة خلال 24 ساعة بعد التبرع، كما حذروا المدخنين من المتبرعين ونصحهم بعدم التدخين لمدة ساعتين بعد التبرع، لأن استنشاق الدخان يحفز الدم للذهاب للرئتين مسببا حالة من الدوار والشحوب.

بالدم هو مساعدة أشخاص يحتاجون اليه بشكل ملح، ولفست الي انه كان يسمع بعض المعلومات المغلوطة عن بنك الدم بمقر عملنا ووجدتها باطمأن الي عدم صحتها بأن التبرع بالدم لا يعرض المتبرع لأي خطر، من الإصابة بأي مرض، وكذلك أن الأدوات التي تستخدم في عملية سحب الدم معقمة ولا تستخدم لشخص آخر، ويتم التخلص منها بعد عملية التبرع بالدم.

أما الزميل عامر المصري، الذي يشكل متبرعا مستمرا في كل مناسبة تتاح له فقد شدد على أهمية التبرع بالدم، وهناك الكثيرون الذين يحتاجون الي الدم، وقام بتقديم النصح للزملاء الذين قاموا بالتبرع نظرا لأنه تبرع لمرات كثيرة من قبل، ومن النصائح التي قدمها، أن يبقى المتبرع على سرير التبرع لمدة 5 دقائق، ويسمح له بالجلوس بعد التأكد من حالته الطبية، كما نصحه بعدم ترك المكان قبل أن يسأل الطبيب أو الممرضات وذلك حرصا على سلامته. كما أوضح الزميل عامر المصري ضرورة الإختار من شرب السوائل خلال الساعات التالية للتبرع، والامتناع عن

التبرع ومنهن الزميلة نعيمة الوهابي من قسم التوزيع والتي تبرعت بالدم للمرة الأولى وقالت: «جنيتي وجود بنك الدم بمقر عملنا ووجدتها فرصة جيدة للقيام بهذا العمل الذي طالما راودني للقيام به إلا أن ظروف وأوقات العمل كانت تحول دون تحقيقه، وعن فوائد التبرع بالدم قالت: «ان المعلومات التي تعرفها عنه أهمها ان الذين يتبرعون بهمهم مرة واحدة على أقل كل ستة هم أقل تعرضا للإصابة بأمراض الدورة الدموية وسرطان الدم، وكذلك فإن التبرع بالدم ينشط نخاع العظمي وهو المسؤول الوحيد في الجسم عن تكوين خلايا الدم، فبينما يتجدد دم الإنسان طبيعيا كل 120 يوما، فإن الإنسان الذي يتبرع يتجدد دمه بعد 20 يوما فقط أي أسرع بستة أضعاف، كما أن خلايا الدم الجديدة أنشط في نقل الأكسجين إلى أعضاء الجسم، مما يؤدي إلى زيادة النشاط والحيوية، فكان الله يبذل المتبرع بكيس دم أفضل مما تبرع به.

مقلها كان الزميل كينجسون ماتيسو والذي تبرع أيضا بدمه للمرة الأولى وقال: ان أهم ما يميز التبرع

يتبرع الشخص بالدم فإنه يتخلص من بعض الحديد الذي يحتويه والذي إذا ما ارتفع مستواه بالدم فإنه يزيد من مخاطر الإصابة بأمراض القلب، كما أن الحديد يجعل باكتة الكوليسترول ويزيد من تلف الشرايين الصغيرة، وفائدة أخرى تتمثل في منح المتبرع فرصة التأكيد من خلوه من الأمراض الخطرة مثل الالتهاب الكبدي بأنواعه وسرطان الدم والزهري والإيدز وغيرها.

وفي المقابل كان الزميل مازن علي من قسم التسويق يمثل متبرعا دوريا لدى بنك الدم، وقال: «لقد تبرعت من قبل في بنك الدم حوالي 4 مرات، مؤكدا على ضرورة التبرع بشكل دوري، ورحب بالتبرع في أي وقت مبيحا أنه ترك بيانته بالبنك لطلبه وقت الحاجة، وأشاد في الوقت نفسه بالخطوة المميزة لإدارة الجريدة والتي سهلت الأمر على العاملين للقيام بهذا الواجب الإنساني والذي يفيدنا نحن أيضا في أجسامنا

بل بات واجبا إنسانيا على كل إنسان قادر على القيام به، في ظل الظروف الحياتية التي نرصدها بشكل يومي، لأننا أصبحنا نرصد بشكل يومي مشاهدات للتبرع من خلال رسائل على الهاتف أو البريد الإلكتروني، بالحاجة إلى فصائل بعينها، ونمن كذلك تواجد البنك داخل الجريدة مؤكدا أنه يمثل حافزا كبيرا للكثير من الزملاء للتبرع والقيام بهذا العمل الإنساني.

بينما كانت حملة «الأنباء» للتبرع بالدم هي التجربة الأولى للزميل جابر محمد احمد الذي قال: «انها المرة الأولى التي أتبرع فيها بالدم، وقد توجهت من قبل للتبرع الا أنني لم بحالفني الحظ، ولكن من الجيد أن أنني نجحت اليوم في التبرع، ونصح الزملاء والقراء بالتبرع مبينا أن هناك أناسا كثيرين في حاجة شديدة للدم الذي نقوم بالتبرع به، منهم المصابون نتيجة حوادث سير أو مرضي أو غيره من أشخاص يمكنهم عبر تبرعنا الحصول على فرصة للحياة، وأضاف: «هناك الكثير من المعلومات حول فوائد يحصل عليها المتبرع بالدم وأهمها أنه في كل مرة

هناك زيارة دورية من البنك للجريدة كل شهرين وأحث زملائي على التبرع لأنه مفيد جدا لهم ولآخرين المنقول لهم الدم.

الزميل شريف عبد المنعم قال: «تبرعت من قبل ولكن منذ حوالي 5 سنوات وما دفعني للتبرع الآن هو الفوائد الكبيرة والعظيمة للتبرع وأهمها إنقاذ حياة إنسان يحتاج إلى نقل الدم، تحقيقا لقول الله تعالى (ومن أحياها فكأنما أحيا الناس جميعا) بالإضافة إلى الفوائد التي يحظى بها المتبرع وأهمها تنشيط نخاع عظام المتبرع لإنتاج خلايا دم جديدة من كريات حمراء وكريات بيضاء وصفائح دموية ومساعدته في تنشيط الدورة الدموية، وعلاج بعض الحالات المرضية مثل الزيادة غير الطبيعية في عدد كريات الدم الحمراء ونسبة الحديد ومنع حدوث مضاعفات هذه الأمراض. ولهذا أتمنى أن تتاح لي الفرصة للتقدم دائما للتبرع، خاصة وأن قصيلتي من الفصائل النادرة وهي فصيلة سالية.

الوحيد أنه حينما وجدت الفرصة لم أتاخر، وأتمنى أن أكون متبرعا دوريا للبنك. أيضا متبرع دوري، وكان من أوائل من حضر وانظر، وقال «تبرعت خمس مرات من قبل، ومنذ حوالي عام تبرعت لأحد أصدقائي الذي كان يجري عملية جراحية مما أشعرتني بأن التبرع بالدم عمل إنساني يجب عمله باستمرار من وقت لآخر، كما أنني قرأت عن التبرع بالدم ووجدت الكثير من الفوائد الصحية التي يتمتع بها الإنسان نتيجة التبرع بالدم منها تجديد الدورة الدموية وعمل تنشيط والشعور بحيوية بالجسم بالفعل بالإضافة إلى منحها معنويات مرتفعة نتيجة القيام بهذا العمل تفيد الإنسان حتى في تعامله مع غيره.

وأضاف: «تركت معلومات عني في بنك الدم لطبي ان كان هناك حاجة لفصيلة دمي لأعطى بالكمية المسموح بها، وحضور بنك الدم هنا جاء في وقت مناسب، لأنني منذ حوالي أسبوع عرّمت على التبرع بالدم حيث مر على آخر مرة تبرعت بها شهران وهي المدة المسموحة بين تبرع وآخر، وأتمنى أن تكون



تامر محمود من إدارة التوزيع



شريف عبدالنعم



عبدالله المنصوري



محمد يحيى من الشؤون الإدارية والمالية



سمير أبو زيد



سامر الحلفاري



مبارك الوكيان



الزميل عبدالله حلوم