

آموزگاران رکورد می‌زنند

آموزگاری که بیش از چهل بار خون اهدا کرده است

فهیمة دهقان
عکس: مریم فرحی

به مقدمه‌ی بالا، در ادامه با یک آموزگار رکورددار انتقال خون به گفت‌و‌گو نشستیم.

خودتان را معرفی کنید و از سوابق تحصیلی و کاریتان بگویید.

ایران ابوالمعاش‌زاده هستیم. لیسانس آموزش ابتدایی و ۲۸ سال سابقه‌ی تدریس دارم اما حدود ۱۸ سال رسمی است. تقریباً همه سنوات خدمتم را هم در پایه‌ی اول بوده‌ام. در حال حاضر در دبستان دخترانه‌ی شاهد نرجس حصارک کرج تدریس می‌کنم.

شما را به‌عنوان یک آموزگار رکورددار در اهدای خون معرفی کرده‌اند؛ در این باره چه حسی دارید؟

خیلی برایم جالب است! تا الآن نمی‌دانستم رکورددار هستم. اولین باری که احساس کردم باید خون بدهم، ۱۶ ساله بودم. یکی از هم‌کلاسی‌هایم تصادف کرده بود و ما داوطلب شدیم که به او خون بدهیم اما چون ۱۸ سال کامل نداشتیم، نپذیرفتند و همیشه این ذهنیت را داشتم که می‌باید جایی به خون نیاز باشد اما خون در دسترس نباشد. البته خون من B+ است و خون کمیابی نیست اما به هر حال گاهی همان یک

مصرف می‌شود. فرآورده‌های متعدد سلولی و پلاسمایی از خون تهیه می‌شود که هر کدام کاربرد ویژه‌ای برای درمان بیماران دارد.

بررسی‌ها نشان داده است که بانوان در پاسخ‌گویی به پرسش‌های پزشک انتقال خون در زمینه‌ی رفتارهای پرخطر، بیماری‌هایی که داشته‌اند و داروهایی که مصرف کرده‌اند صداقت بیشتری دارند. در واقع، زنان یکی از سالم‌ترین منابع خونی در دسترس هستند. در حال حاضر، بیشترین مصرف‌کنندگان خون، نوزادان مبتلا به زردی، بیماران تالاسمی، افراد مبتلا به لوسمی و مادرانی هستند که تحت عمل‌های جراحی شایعی مانند سزارین قرار می‌گیرند.

شرایط عمومی اهدای خون مانند سن، وزن، فشار خون، درجه‌ی حرارت و نبض در زنان تفاوتی با مردان ندارد و سطح قابل قبول هموگلوبین در زنان ۱۲ گرم و در مردان ۱۳ گرم در دسی لیتر است و زنان حداکثر سه بار در سال و مردان چهار بار در سال می‌توانند خون بدهند. با توجه

اشاره

خون مورد استفاده‌ی ما ماده‌ای است بی‌بديل که تنها از منابع انسانی به‌دست می‌آید. با وجود پیشرفت‌های گسترده در دانش پزشکی هنوز جایگزین مناسبی برای آن پیدا نشده است. خون به‌عنوان یک دارو در خون‌ریزی‌ها، جراحی‌ها و بیماری‌ها





پزشکی بروم. در آنجا پزشک سؤالات مختلفی می‌کند؛ از جمله اینکه آیا داروی خاصی مصرف می‌کنید؟ آیا سفر خارجی داشته‌اید و...

بعد تست سطح هموگلوبین، فشار خون و وزن را اندازه می‌گیرند و در نهایت اعلام می‌کنند که می‌توانیم خون بدهیم یا خیر. سپس در صورتی که فرد واجد شرایط اهدای خون باشد، به سالن خون‌گیری راهنمایی می‌شود. در زمان خون‌گیری هم مرتباً فرد تحت نظارت بوده و وضعیت جسمانی او را کنترل می‌کنند.

در سال ۱۳۷۹ کارت اهدای عضو گرفتیم و هنگامی که با ناراحتی و مخالفت مادرم روبه‌رو شدم از او خواستم تصور کند که روزی من به قلب نیاز پیدا کرده‌ام. در این صورت، او چقدر از خدا خواهد خواست که یک نفر پیدا شود که قلبش را به من پیوند بزنند. پس از آن دیگر هرگز مادرم مخالف این کار نبوده است.



آیا به‌عنوان آموزگار با دانش‌آموزان و همکاران خود در این باره گفت‌وگو می‌کنید؟

بله. من همیشه درباره‌ی اهدای خون و فواید آن با همکارانم حرف می‌زنم. به‌دلیل اطلاعاتی که درباره‌ی خون و اهدای آن کسب کرده‌ام، گاهی همکارانم به شوخی مرا «خانم دکتر» خطاب می‌کنند. در کلاس هم با دانش‌آموزانم درباره‌ی اهدای خون حرف می‌زنم و بعضی از آن‌ها با اشتیاق درباره‌ی پدر یا مادرشان که خون اهدا کرده‌اند، صحبت می‌کنند. این کار به‌صورت غیرمستقیم باعث احترام‌مضعفی برای والدین آن‌ها می‌شود و همچنین، همین کودکان در آینده به اهدای خون و کمک به بیماران رغبت پیدا می‌کنند.

آیا برای اهدای خون همیشه به سازمان انتقال خون مراجعه می‌کنید؟

اغلب به سازمان می‌روم اما گاهی هم به پایگاه‌های موقت انتقال خون مراجعه می‌کنم. جالب است که در این پایگاه‌ها نیز بهداشت به اندازه‌ی خود سازمان رعایت می‌شود. سُرنگی را که قرار است استفاده شود، جلوی چشم خودمان باز می‌کنند و سطل زباله‌ای که آنجا هست به شکلی است که سوزن ابتدا خم شده و بعد دور انداخته می‌شود تا مجدداً قابل استفاده نباشد.

کیسه خون می‌تواند نجات‌بخش جان یک نفر باشد.

به گفته‌ی سازمان انتقال خون ۹۵ درصد اهداکنندگان آقایان و تنها ۵ درصد خانم‌ها هستند! و این بسیار مهم است که شما به‌عنوان یک خانم از ۱۶ سالگی علاقه‌مند به اهدای خون بوده‌اید.

جالب است بدانید همسرم اولین بار که خون داد پس از ازدواج با من بود. به او گفتم می‌خواهم خون بدهم. با توجه به تفکر عمومی گفت اهدای خون برای خانم‌ها ضروری نیست اما پس از اینکه متوجه شد که من سال‌هاست این کار را انجام می‌دهم، ایشان هم ترغیب شد. از آن زمان همیشه با هم برای اهدای خون می‌رویم و روزهای اهدای خون برایمان به روزی خاطره‌انگیز تبدیل شده است.

اولین بار کی خون دادید؟

تازه دیپلم گرفته بودم. یادم هست که تابستان بود و هوا بسیار گرم و مادرم هم نگران بود. شاید چون اولین بار بود، کمی حالم بد شد. شاید هم به‌خاطر تصورات غلطی بود که به من داده بودند اما هنگامی که به خانه برگشتم، احساس سبکی و رضایت داشتم.

تا امروز چند بار خون اهدا کرده‌اید؟

دفعات زیادی بوده است. اگر از ۱۸ سالگی حساب کنیم، الان که تقریباً ۲۵ سال است و اگر به‌طور متوسط سالی دو بار خون داده باشم، شاید حدوداً بیش از ۴۰ دفعه شود. آخرین دفعه اسفند سال ۱۳۹۲ بود.

آیا می‌دانید در لحظه‌ی خون‌گیری چه اقداماتی انجام می‌شود؟

من به‌دلیل سابقه‌ام در اهدای خون در سازمان پرونده دارم. پس از ثبت‌نام منتظر می‌نشینم تا به اتاق مشاوره‌ی

آیا در کتاب‌های درسی دوره‌ی ابتدایی درباره‌ی اهدای خون مطلبی هست؟

متأسفانه خیر! ما برای آموزش در دوره‌ی ابتدایی یک چهارچوب عملکرد داریم. در این چهارچوب دانش‌آموزان باید برخی مسائل را به‌خصوص تا پایه‌ی سوم ابتدایی بیاموزند که در ذهن آن‌ها نهادینه شود.

من خودم وقتی در درس علوم به فصل «سالم باش، قوی باش» می‌رسم، گریزی به مطلب اهدای خون می‌زنم؛ چرا که به سلامت فرد و جامعه مربوط است. به‌نظرم موضوع اهدای خون باید به شکل‌های مختلف از پایه‌ی اول ابتدایی وارد کتاب‌های درسی شود.

حرف آخر...

امیدوارم همه‌ی مردم کشور سالم باشند و سازمان انتقال خون هم در اهداف خود موفق باشد.



است و طبیعتاً این گروه از بانوان کم‌خون نمی‌توانند اهداکننده‌ی خون باشند. انجام آزمایش هموگلوبین پیش از اهدای خون نیز از موارد دیگری است که برای ممانعت از اهدای خون مبتلایان به کم‌خونی در مراکز انتقال خون به اجرا در می‌آید. برخی باورهای نادرست از جمله ترس از به خطر افتادن سلامت و یا ضعف جسمانی بانوان برای اهدای خون نیز در کاهش مشارکت بانوان در این امر تأثیر بسزایی دارند. برای رفع این ابهامات باید گفت اهدای خون تهدیدی برای سلامت اهداکنندگان نیست.

روحیه‌ی مشارکت‌پذیری و حضور فعال در عرصه‌ی فعالیت‌های عام‌المنفعه را به نسل آینده خواهد آموخت. براساس بررسی‌های انجام شده مهم‌ترین دلایل عدم مشارکت بانوان در اهدای خون عبارت‌اند از ترس از سوزن و ترس از کم‌خونی. این واقعیت را باید پذیرفت که براساس آمارهای موجود، نزدیک به ۲۰ درصد از بانوان ما دچار کم‌خونی هستند. البته حفظ سلامت اهداکنندگان خون، اعم از زن یا مرد، یکی از اهداف بخش مشاوره‌ی پزشکی سازمان انتقال خون



چند نکته از سازمان انتقال خون درباره‌ی اهدای خون

WWW.IBTO.ir

○ نکته‌ای که بر اهمیت اهدای خون بانوان می‌افزاید، جایگاه آنان به‌عنوان رکن اصلی خانواده است. شخصیت کودکان به‌عنوان نسل فردا در کانون خانواده و متأثر از باورها و رفتارهای والدین به‌ویژه مادران شکل می‌گیرد. مشارکت مادر در این مقوله‌ی انسانی، علاوه‌بر ترویج و گسترش مفاهیم ارزشمندی چون نوع‌دوستی و مهربانی در فضای جامعه،

خون دادن چه فایده‌ای دارد؟

با اهدای یک کیسه خون توسط شما جان سه بیمار نجات می‌یابد و اجر معنوی آن برای شما می‌ماند.

تفاوت حجامت با اهدای خون چیست؟ حجامت بهتر است یا اهدای خون؟

در واقع، در هر دو روش مقداری خون از گردش خارج می‌شود ولی از آن‌جا که

شما می‌توانید با اهدای یک واحد خون جان سه نفر را نجات بخشید، این مورد بر حجامت ارجحیت دارد. نکته‌ی دیگر در مورد رعایت نکات بهداشتی است. در اهدای خون این تضمین وجود دارد که کلیه‌ی وسایل مصرف شده یک‌بار مصرف و استریل شده باشد ولی در حجامت چنین تضمینی وجود ندارد و احتمال ابتلا به بیماری‌های عفونی زیاد است.