

14 HAZİRAN
DÜNYA KAN BAĞIŞÇILARI GÜNÜ (2020)

Güvenli kan ihtiyacı evrenselidir. Güvenli kan hem tedaviler hem de acil müdahaleler için önemlidir. Hayatı tehdit eden rahatsızlıkları olan hastaların daha uzun ve daha yüksek yaşam kalitesiyle yaşamasına yardımcı olur ve karmaşık tıbbi ve cerrahi prosedürleri destekler. Ancak güvenli kana erişim hala az sayıda kişinin ayrıcalığıdır. Düşük ve orta gelirli ülkelerin çoğu, bağışların düşük olması ve kanı test etme ekipmanının az olması nedeniyle güvenli kan sağlamak için mücadele etmektedir. Küresel olarak, kanın %42'si dünya nüfusunun sadece %16'sını oluşturan yüksek gelirli ülkelerde toplanmaktadır.^{1,2}

Yeterli bir güvenli kan temini, yalnızca gönüllü ücretsiz kan bağışçıları tarafından düzenli bağışlarla sağlanabilir. Bu nedenle 2005 yılında Dünya Sağlık Meclisi kan bağışçılarına teşekkür etmek ve daha fazla insanı özgürce kan vermeye teşvik etmek için 14 Haziran'ı Dünya Kan Bağışçıları Günü olarak belirlemiştir. Bugün ile kan bağışçılarına teşekkür etmenin yanı sıra, küresel güvenli kan ihtiyacı ve herkesin nasıl katkıda bulunabileceği konusunda farkındalığı artırmak, dünyanın her yerinden daha fazla insanı düzenli olarak kan bağışında bulunmaları için çağrıda bulunmak amaçlanmaktadır.

Gün ve tema aynı zamanda hükümetler, ulusal sağlık otoriteleri ve ulusal kan nakil hizmetleri için yeterli kaynakları sağlamak ve gönüllü, ödemesiz kan bağışçılarından kan toplanmasını artırmak için sistemler ve altyapılar oluşturmaları için harekete geçirici bir çağrı olmak amaçındadır. Bu yılki Dünya Kan Bağışçıları Günü için kampanya teması "Güvenli kan hayat kurtarır", sloganı ise "Kan ver ve dünyayı daha sağlıklı bir yer yap" olarak belirlenmiştir. Bu tema ile bireysel bir bağışçının toplumdaki diğer insanlar için sağlığı iyileştirmek adına yapabileceği katkıya odaklanılmıştır.²

On sekiz ve 68 yaş aralığında, vücut ağırlığı 50 kg ve üzerinde olan her sağlıklı birey kan bağışı yapabilir. Erkekler en sık 2 ayda bir; kadınlar ise en sık 3 ayda bir olmak üzere ve yılda 3-4 üniteyi geçmemek koşuluyla kan verebilirler. Kan bağışından önce AIDS'e neden olan HIV (*Human Immunodeficiency Virus*, insan bağışıklık yetersizliği virüsü), Hepatit B, Hepatit C ve Sifiliz (frengi) gibi kanla bulaşan hastalıkların taranması zorunludur. Hepatit B, Hepatit C, HIV, kanser ve kronik böbrek hastalığı gibi hastalıkları olan kişiler hiçbir zaman kan veremezler. Diğer hastaların ise kullandıkları ilaçlara ve tedavi süreçlerine göre kan verip vermemeleri değişiklik gösterebilir.^{3,4}

¹ [Internet] <https://www.who.int/campaigns/world-blood-donor-day/2020/key-messages>
Erişim:14.06.2020.

² [Internet] <https://www.who.int/campaigns/world-blood-donor-day/2020> Erişim:14.06.2020.

³ [Internet] <https://www.who.int/campaigns/world-blood-donor-day/2020/who-can-give-blood>
Erişim:14.06.2020.

⁴ [Internet] <https://www.kizilay.org.tr/SSS?id=6> Erişim:14.06.2020.

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2019/2020-76)

Kan bağışlanırken dikkat edilmesi ve bilinmesi gereken bazı hususlar ise şunlardır: ⁵

- ✓ Kan alma işlemi yaklaşık 4-8 dakika sürer ve kullanılan tüm malzemeler tek kullanımlık ve sterilidir.
- ✓ Her kan bağışında sadece 1 ünite kan (450 ml) bağışlanmaktadır, bu miktar günlük hayatı etkileyecek düzeyde değildir (vücuttaki kanın 1/13'ü).
- ✓ Sigara, baş dönmesi ya da mide bulantısı gibi şikayetlere yol açabileceği için doktor ya da kan alan görevlilerin önerdiği süre içinde sigara içilmemesi gerekmektedir.
- ✓ Gün içerisinde kan bağışında bulunulan kol ile ağırlık kaldırılmaması kapanan damar duvarındaki pıhtının açılmaması için önemlidir.
- ✓ İlk 4 saat boyunca olduğundan fazla sıvı tüketilmeli, ilk öğünden önce alkolü içecek alınmamalıdır (Alkol vücuttan sıvı atılımını artırdığı için şikayete yol açabilir).
- ✓ Sportif faaliyetlere bir gün ara verilmelidir.
- ✓ Gün içerisinde sıvı kaybını artırdığı için aşırı sıcak ortamlarda (hamam, sauna) bulunmamak gerekir.
- ✓ Pilot, ticari araç şoförleri, tehlikeli makine operatörleri, yüksek yerlerde bedeni faaliyet gösteren meslek grupları vb.'nin kan bağışladıktan sonra 24 saat işlerine ara vermeleri önerilir.
- ✓ Tüm bu önerilere rağmen baygınlık hissi ya da baş dönmesi olursa bir yere uzanılması veya başı iki dizin arasına alacak şekilde oturulması önerilir.



Resim 1.² Dünya Kan Bağışçıları Günü. Kan ver ve dünyayı daha sağlıklı bir yer yap: Güvenli kan hayat kurtarır!

⁵ [Internet] <https://www.kanver.org/sayfa/kan-hizmetleri/kan-bagisi-nasil-gerceklesir/52> Erişim:10.06.2020.