

## ΔΩΡΕΑ ΜΥΕΛΟΥ ΤΩΝ ΟΣΤΩΝ

Ένα Δώρο ζωής  
σε κάποιον άνθρωπο  
που σε χρειάζεται

## Τι είναι ο Μυελός των Οστών;

Ο **Μυελός των Οστών** είναι ένας ρευστός ιστός που μοιάζει με το αίμα και βρίσκεται μέσα στα οστά μας. Ρόλος του είναι η παραγωγή των κυττάρων του αίματος, δηλαδή των **Ερυθρών Αιμοσφαιρίων** που μεταφέρουν το οξυγόνο στους ιστούς, των **Λευκών Αιμοσφαιρίων** που χρειάζονται για την άμυνα του οργανισμού και των **Αιμοπεταλίων** που είναι απαραίτητα για την πήξη του αίματος.

Με λίγα λόγια, ο Μυελός των Οστών είναι το «εργοστάσιο» παραγωγής αίματος του οργανισμού.

Πολλοί άνθρωποι συγχέουν το μυελό των Οστών με το **Νωτιαίο Μυελό**. Είναι απαραίτητο όμως να γίνει κατανοητό ότι ο Νωτιαίος Μυελός ο οποίος βρίσκεται



στο νωτιαίο σωλήνα της σπονδυλικής στήλης αποτελεί ιστό του νευρικού συστήματος και σχετίζεται με νευρικές λειτουργίες και όχι με την αιμοποίηση.

## Ποιος χρειάζεται μεταμόσχευση μυελού των οστών;

Ο Μυελός των Οστών είναι εξαιρετικά σημαντικός για τη ζωή του ανθρώπου. Δυστυχώς σε ορισμένες καταστάσεις, όπως η λευχαιμία, η απλαστική αναιμία και άλλες σοβαρές ασθένειες, ο Μυελός δεν μπορεί να παράγει τα κύτταρα του αίματος στις αναγκαίες ποσότητες ή παράγει «άρρωστα» κύτταρα. Οι ασθενείς, μεταξύ των οποίων και πολλά παιδιά, ήταν παλαιότερα πολύ δύσκολο να σωθούν και πολλοί πέθαιναν σε λίγους μήνες. Η εξέλιξη της επιστήμης, δίνει τη δυνατότητα στον καθένα από εμάς να σώσει τη ζωή κάποιου από τους ανθρώπους αυτούς. Αυτό μπορεί να γίνει αν τους δοθεί μόσχευμα Μυελού των Οστών που να μοιάζει όσο το δυνατόν περισσότερο με το δικό

τους Μυελό, τον οποίο θα αντικαταστήσει.





## Πώς αναγνωρίζεται η ομοιότητα του Μυελού των Οστών μεταξύ δύο ατόμων;

Σε ειδικά εργαστήρια με τη λήψη μιας μικρής ποσότητας αίματος, ανιχνεύονται ορισμένα μόρια (HLA Αντιγόνα) τα οποία βρίσκονται στην επιφάνεια των κυττάρων τόσο του δότη όσο και του λήπτη και αποτελούν αυτό που λέμε «ιστική ταυτότητα». Η σύγκριση των «ταυτοτήτων» αυτών δύο ατόμων έχει ως αποτέλεσμα τη σύγκριση της ομοιότητας ή συμβατότητας μεταξύ τους. Υπάρχουν εκατομμύρια διαφορετικές «ιστικές ταυτοτητες» και η πιθανότητα δύο μη συγγενή άτομα να έχουν ομοιότητα, να είναι δηλαδή συμβατά είναι εξαιρετικά μικρή. Αντίθετα μεταξύ συγγενών εξ αίματος οι πιθανότητες συμβατότητας αυξάνονται και μεταξύ αδελφών είναι 25%. Στην πραγματικότητα, όμως, μόνο στο 1/3 των περιπτώσεων βρίσκεται συμβατός μυελός σε ένα μέλος της οικογένειας του ασθενούς. Στις υπόλοιπες περιπτώσεις, τη λύση μπορεί να δώσει μόνο ένας μη συγγενής εθελοντής δότης Μυελού των Οστών. Οι ιστικές διαφορές μεταξύ των ανθρώπων είναι τόσο

μεγάλες, ώστε χρειάζονται αρκετές **χιλιάδες** εθελοντών ώστε να βρεθεί ο **ένας** που ταιριάζει με τον ασθενή.

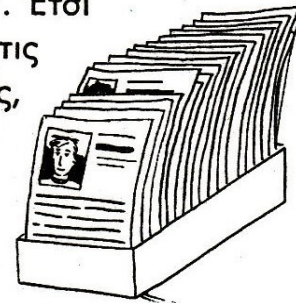
**Έτσι ίσως να είσαι εσύ αυτός ο ένας και μοναδικός που μπορεί να σώσει μια ανθρώπινη ζωή.**

## Ποιος μπορεί να γίνει εθελοντής δότης Μυελού των Οστών;

Κάθε ενήλικας που μπορεί να είναι αιμοδότης μπορεί να γίνει εθελοντής δότης Μυελού των Οστών.

## Πως μπορώ να γίνω εθελοντής δότης μυελού;

Κατ' αρχήν δίνεις ένα μικρό δείγμα αίματος ούτως ώστε να αναγνωριστεί η «ιστική σου ταυτότητα». Στη συνέχεια καταγράφεται σε δεξαμενή εθελοντών ο ιστικός σου τύπος και καταχωρείται σε Η/Υ. Έτσι γίνεται γνωστός σε όλες τις δεξαμενές δοτών διεθνώς, οι οποίες συνεργάζονται σε μια κοινή προσπάθεια ανεύρεσης συμβατών δοτών.



## Τι γίνεται αν βρεθεί ότι είμαι συμβατός δότης για κάποιο ασθενή;

Αν συμβεί κάτι τέτοιο, το πρώτο πράγμα που θα γίνει είναι η επιβεβαίωση του αποτελέσματος του αρχικού ελέγχου με ορισμένες επιπλέον εξετάσεις.

Αν συμφωνήσεις να συνεχιστεί η διαδικασία, θα υποβληθείς σε λεπτομερή κλινικο-εργαστηριακό έλεγχο προκειμένου να επιβεβαιωθεί η καλή κατάσταση της υγείας σου.

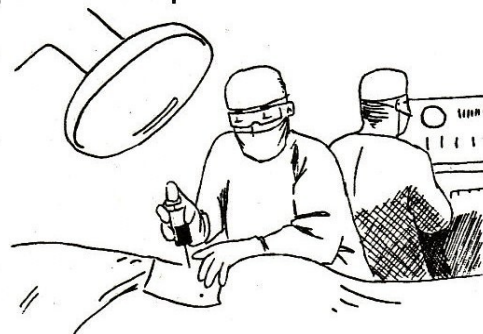
Αν βρεθεί κάποιο πρόβλημα υγείας η διαδικασία δε συνεχίζεται.

Αν τα αποτελέσματα του ελέγχου είναι απολύτως ικανοποιητικά, μπορεί να προγραμματιστεί η διαδικασία της λήψης του Μυελού.



## Πώς γίνεται η λήψη του μυελού των οστών;

Ο μυελός λαμβάνεται με παρακέντηση των οστών της λεκάνης κάτω από αναισθησία από τους ειδικούς αιματολόγους που ασχολούνται με τη μεταμόσχευση. Η διαδικασία γενικά κρατάει γύρω στα 45 λεπτά. Συνολικά αφαιρείται μόνο γύρω στο 5-10% του μυελού του δότη, ποσότητα η οποία αποκαθίσταται από τον οργανισμό σου πλήρως σε 2 εβδομάδες. Θα μπεις στο νοσοκομείο μια μέρα πριν από τη λήψη του Μυελού και θα επιστρέψεις στο σπίτι την επόμενη ημέρα από αυτή.



## Πως θα δοθεί ο μυελός μου στον ασθενή;

Ο μυελός θα χορηγηθεί στον ασθενή σαν μια μετάγγιση αίματος, αφού προηγου-



μένως με χημειοθεραπεία και/ή ακτινοβολία έχει καταστραφεί ο δικός του παθολογικός μυελός για να εξαλειφθεί η νόσος του. Αφού ο χορηγούμενος μυελός μπει στην κυκλοφορία του ασθενούς, θα περάσουν περίπου 2-4 εβδομάδες για να δοθούν οι πρώτες ενδείξεις ότι το μόσχευμα άρχισε να λειτουργεί και να παράγει τα κύτταρα του αίματος. Η εμφάνιση λευκών αιμοσφαιρίων στην κυκλοφορία του ασθενούς είναι το πρώτο σημάδι ότι το μόσχευμα έχει «πιάσει».

### Θα πονέσω;

Κατά τη λήψη του Μυελού ο πόνος αποφεύγεται με τη χορήγηση αναισθησίας. Μετά από αυτή θα αισθάνεσαι στο σημείο της παρακέντησης έναν ήπιο πόνο για λίγες ημέρες, ο οποίος μπορεί να αντιμετωπιστεί με ένα συνηθισμένο παυσίπονο. Οι δότες περιγράφουν την ενόχληση αυτή σαν ένα μυϊκό πόνο που ακολουθεί μια βαριά εργασία.

### Υπάρχει κίνδυνος για μένα;

Ο θεωρητικός κίνδυνος της φλεγμονής στο σημείο της αναρρόφησης μπορεί σπάνια να παρουσιασθεί σε ένα δότη, αλλά δε

δημιουργεί κίνδυνο. Η απώλεια αίματος που μπορεί να υπάρξει (συλλογή ποσότητας αίματος μαζί με το μυελό) αντιμετωπίζεται με τη μετάγγιση του αίματος που ο ίδιος ο δότης έχει καταθέσει στην αιμοδοσία πριν από τη λήψη του μυελού. Ο κίνδυνος κάποιας επιπλοκής από την αναισθησία είναι πολύ μικρότερος από τον υπολογιζόμενο σε κάθε χειρουργική επέμβαση, δεδομένου ότι ο δότης σε αντίθεση με τις περιπτώσεις των χειρουργούμενων ασθενών είναι απόλυτα υγιής και ο λεπτομερειακός έλεγχος στον οποίο έχει υποβληθεί έχει αποδείξει χωρίς **καμία** αμφιβολία ότι δεν υπάρχει **κανένας** κίνδυνος από την αναισθησία.

### Ποιες είναι οι πιθανότητες να βρεθεί ότι «ταιριάζω» με έναν ασθενή;

Οι πιθανότητες ποικίλλουν πολύ (από **1/100** έως **1/1.000.000**), και εξαρτώνται από τη συχνότητα εμφάνισης του ιστικού τύπου του ασθενούς στο γενικό πληθυσμό. Αυτό σημαίνει ότι ίσως δεν κληθείς ποτέ, ούτε και για μια αρχικά ανευρισκόμενη συμβατότητα με έναν ασθενή. Εν τούτοις

αν αποδειχθεί ότι ταιριάζεις με έναν ασθενή, ίσως να είσαι το **μόνο** άτομο που διαθέτει τον σωτήριο για τον ασθενή αυτό μυελό.

## Μπορώ να αλλάξω γνώμη σχετικά με τη δωρεά;

Η απόφαση για τη δωρεά Μυελού είναι πολύ σημαντική. Ένας εθελοντής μπορεί να αρνηθεί να προχωρήσει στη διαδικασία είτε όταν βρεθεί αρχικά συμβατός με έναν ασθενή είτε ακόμη και όταν αποδειχθεί ότι είναι απόλυτα συμβατός με αυτόν. Λογικές αιτίες για την άρνηση αυτή μπορεί να είναι λόγοι υγείας, έλλειψη χρόνου, προβληματισμός για κίνδυνο ή ακόμα και ο φόβος. Η οποιαδήποτε απόφαση του υποψήφιου δότη είναι σεβαστή. Θα πρέπει όμως να καταλάβεις ότι αν έχεις κάποιες αμφιβολίες για το αν είσαι πραγματικά πρόθυμος να δώσεις μυελό, είναι προτιμότερο να αναβάλλεις την εγγραφή σου στους εθελοντές. Οι αναξιόπιστοι δότες δίνουν ψεύτικες ελπίδες στους ασθενείς. Τέλος, πρέπει να ξέρεις ότι παρόλο που η άρνησή σου είναι θεμιτή σε οποιαδήποτε στιγμή της διαδικασίας, από τη στιγμή που θα έχεις υπογράψει την τελική σου συγκατάθεση θα αρχί-

σει η θεραπεία προετοιμασίας του ασθενούς, η οποία, αν δεν ακολουθηθεί από τη μεταμόσχευση, θα τον οδηγήσει πιθανότατα στο θάνατο.



## Μερικοί αριθμοί...

- Στην Ελλάδα 100 περίπου συνάνθρωποί μας χρειάζονται μεταμόσχευση από μη συγγενή εθελοντή δότη κάθε χρόνο.
- Από αυτούς βρίσκουν συμβατούς δότες στις δεξαμενές συνολικά 70-80.
- Από την Ελληνική δεξαμενή βρίσκουν συμβατούς δότες μόνο 5.
- Στην Ελλάδα οι εθελοντές δότες Μυελού των Οστών ανέρχονται σε 3.000 περίπου.
- Παγκοσμίως οι εθελοντές δότες Μυελού των Οστών ανέρχονται σε πάνω από 6.500.000, καταχωρημένοι σε 46 δεξαμενές από 36 χώρες.
- Περίπου 1 στους 1.500 εθελοντές δότες Μυελού των Οστών παγκοσμίως δίνει Μυελό κάθε χρόνο.



## Σκέψου αυτά τα σημεία πριν πάρεις την απόφασή σου

- Ο Εθελοντής που καταχωρείται στην ελληνική «δεξαμενή» δοτών πρέπει να είναι πρόθυμος να δώσει μυελό για οποιοδήποτε ασθενή, όπου και αν αυτός βρίσκεται, στην Ελλάδα ή στο εξωτερικό.
- Η καταγραφή και η ιστική ταυτοποίηση είναι το πρώτο βήμα για να γίνει κάποιος δότης μυελού. Εάν κληθείς ως πιθανός δωρητής, θα χρειαστεί να δώσεις επιπλέον δείγματα αίματος, θα υποβληθείς σε κλινικοεργαστηριακό έλεγχο, θα δεχτείς λεπτομερειακή ενημέρωση για τη δωρεά και τέλος, θα μπεις στο νοσοκομείο για τη διαδικασία λήψης του μυελού. Σε κάθε βήμα, θα έχεις πλήρη ενημέρωση και θα σου δίνεται η ευκαιρία να συνεχίσεις ή να αρνηθείς.
- Ίσως μόνο εσύ να είσαι σε θέση να σώσεις μια ανθρώπινη ζωή, δίνοντας ένα μικρό ποσό από το Μυελό των Οστών σου που γρήγορα αντικαθίσταται χωρίς καμία επίπτωση στην υγεία σου.
- Η επιθυμία σου να γίνεις εθελοντής δότης μυελού εκφράζει μια από τις πιο θαυμάσιες

πλευρές του ανθρώπου. Μίλησε στους φίλους και τους συγγενείς σου και ενημέρωσέ τους για αυτή τη σωτήρια προσπάθεια.

## Κέντρα λήψης Μυελού των Οστών στην Ελλάδα

**Αθήνα:** Ν. «Ευαγγελισμός», Ν. «Αγία Σοφία»

**Θεσσαλονίκη:** Ν. «Παπανικολάου»

Για οποιαδήποτε πληροφορία σχετικά με τη δωρεά Μυελού των οστών μπορείς να επικοινωνήσεις με τη **Φοιτητική Ομάδα Εθελοντικής Αιμοδοσίας** του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων.

Τα γραφεία της Φ.Ο.Ε.Α. βρίσκονται στο ισόγειο των Φοιτητικών κατοικιών απέναντι από την Φοιτητική Λέσχη.

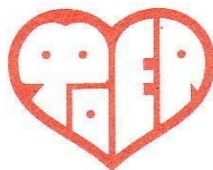
Τα γραφεία είναι ανοιχτά  
κάθε Τρίτη και Πέμπτη 12:00-14:00  
και κάθε Παρασκευή 11:00-14:30.

Η Φ.Ο.Ε.Α. αναλαμβάνει να φέρει τον κάθε ενδιαφερόμενο σε επαφή με ειδικό Αιματολόγο του Πανεπιστημιακού Νοσοκομείου, προκειμένου να ενημερωθεί διεξοδικά και υπεύθυνα για τη δωρεά Μυελού των Οστών, αλλά και να δώσει **δείγμα αίματος** που θα χρησιμοποιηθεί για την εύρεση της «ιστικής ταυτότητάς» του, αν τελικά αποφασίσει να γίνει εθελοντής δότης Μυελού των Οστών.

Η Φ.Ο.Ε.Α. ευχαριστεί:

Το Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων, την Άρτεμη Γλάρου, την Μαρία Παγώνη,  
την Μαρικέλλυ Σταϊκοπούλου, την διευθύντρια κ. Βάρλα  
και το προσωπικό της Δεξαμενής Εθελοντών Δοτών Μυελού Αθήνας  
(Περ. Γεν. Νοσοκομείο-Μαιευτήριο "Έλενα Βενιζέλου") χωρίς την βοήθεια  
των οποίων η δημιουργία αυτού του φυλλαδίου δε θα ήταν εφικτή.

Το Πανεπιστημιακό Τυπογραφείο Ιωαννίνων.



Φοιτητική Ομάδα Εθελοντικής Αιμοδοσίας

Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων

Δουρούτη • Τ.Κ. 45 110

Τηλ.: (26510) 95.474

Fax: (26510) 95.395

e-mail: [foeanews@gmail.com](mailto:foeanews@gmail.com)