

## Κάθε πότε μπορούμε να δίνουμε αίμα

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



**Το 75% του πληθυσμού μπορεί κάποια στιγμή της ζωής του να χρειαστεί μετάγγιση αίματος, ωστόσο το ποσοστό αιμοδοτών παραμένει αρκετά χαμηλό, περίπου 1,5%.**

Κάθε υγιές άτομο μπορεί να συνεισφέρει ώστε να ισορροπήσει η πλάστιγγα και να σωθούν περισσότερες ζωές. Σύμφωνα με το [Εθνικό Κέντρο Αιμοδοσίας](#), με μία μόνο αιμοδοσία μπορούν να σωθούν τρεις ζωές, χωρίς κανένα απολύτως κόστος.

Για εμάς, η αιμοδοσία δεν είναι τίποτα παραπάνω από ένα απλό και γρήγορο τσίμπημα, για όποιον πάρει όμως το αίμα μας, η σημασία αυτής της μικρής πράξης είναι ανυπολόγιστη.

Μια συχνή απορία είναι κάθε πότε μπορεί να δίνει κανείς αίμα.

Το μεσοδιάστημα μεταξύ δύο αιμοδοσιών πρέπει να είναι τρεις μήνες, το οποίο σημαίνει ότι μπορούμε να δίνουμε αίμα έως και τέσσερις φορές το χρόνο. Οι γυναίκες μπορούν να δίνουν αίμα τρεις φορές τον χρόνο. Οι δότες αιμοπεταλίων μπορούν να δίνουν αιμοπετάλια συχνότερα.

Περισσότερες απαντήσεις σε συχνά ερωτήματα που αφορούν τη διαδικασία

αιμοδοσίας θα βρείτε στην [ιστοσελίδα του Εθνικού Κέντρου Αιμοδοσίας](#) και στην [ιστοσελίδα του Κέντρου Ελέγχου και Πρόληψης Νοσημάτων](#).

**Πηγή:** [onmed.gr](http://onmed.gr)