

ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΗ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑ

Ο Σύλλογος Γονέων και Κηδεμόνων του Μουσικού Σχολείου Λάρισας διοργανώ νει την 3η ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΗ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑ την Πέμπτη 19 Οκτωβρίου 2017.



Καλούνται οι καθηγητές, οι γονείς και κηδεμόνες, οι φίλοι και οι εθελοντές αιμοδότες του σχολείου μας να δώ σουν το δυναμικό παρόν και να προσέλθουν στο χώ ρο του σχολείου από τις 10:00 έως τις 12:00 δίνοντας το πιο δυνατό παράδειγμα ζωής στους μαθητές του σχολείου μας.

Υπενθυμίζουμε ότι στην αιμοδοσία μπορούν να συμμετάσχουν άτομα ηλικίας από 18 έως 65 ετώ ν.

ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΓΟΝΕΩΝ & ΚΗΔΕΜΟΝΩΝ

ΜΟΥΣΙΚΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ ΛΑΡΙΣΑΣ

Λάρισα

9-10-2017

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ

Αγαπητοί Γονείς , Κηδεμόνες και Καθηγητές

Σας υπενθυμίζουμε ότι την Πέμπτη 19 Οκτωβρίου 2017 **από 9:00 έως 13:00** θα πραγματοποιηθεί η αιμοδοσία στο Αμφιθέατρο του Μουσικού Σχολείου Λάρισας για την Τράπεζα Αίματος του σχολείου μας.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΙΝ ΤΗΝ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑ

Ο αιμοδότης θα πρέπει να είναι ηλικίας 18-65 ετών, κλινικά υγιής , χωρίς πρόβλημα αναιμίας, χρόνιας αλλεργίας, πρόσφατο χειρουργείο, τατουάζ ή βελονισμό (το τελευταίο εξάμηνο), οδοντιατρική επέμβαση (το τελευταίο 20ήμερο), και να μην είναι άπνους, νηστικός, ταλαιπωρημένος.

Αν πρόκειται για αιμοδότη που παίρνει φάρμακα για αρτηρ. υπέρταση(πίεση), χοληστερίνη-τριγλυκερίδια, ουρικό οξύ κ.α. θα πρέπει να μην τα έχει πάρει για τουλάχιστον 24 ώρες.

Αν πρόκειται για γυναίκα, θα πρέπει να μην έχει πρόσφατη εγκυμοσύνη, τον τελευταίο χρόνο. Να μη βρίσκεται σε περίοδο θηλασμού και να έχουν παρέλθει τουλάχιστον 3 ημέρες από το τέλος της εμμήνου ρύσεως.

Σε πρωινή αιμοληψία θα πρέπει να έχει φάει πρωινό και υγρά, να έχει κοιμηθεί 6-8 ώρες, το προηγούμενο βράδυ να μην έχει πει αλκοόλ (επιτρέπεται έως 1 ποτό, 1 μπύρα ή 1 ποτήρι κρασί) και να μην έχει πάρει αντιφλεγμονώδη και παυσίπονα τύπου Depon, Ponstan για 3 24ωρα και ασπιρίνη για 5 ημέρες.

Σε απογευματινή αιμοληψία θα πρέπει να έχει φάει κανονικό, σπιτικό γεύμα (όχι σάντουιτς κλπ) τουλάχιστον 3-4 ώρες πριν την αιμοδοσία, αρκετά υγρά και να είναι ξεκούραστος.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑ

-Πολλά υγρά (νερό, χυμούς) και καλό γεύμα την υπόλοιπη ημέρα

-ΟΧΙ τσιγάρο και οδήγηση μεγάλης απόστασης για τουλάχιστον 1-2 ώρες μετά την αιμοδοσία

-ΟΧΙ αλκοόλ για τουλάχιστον 6 ώρες μετά την αιμοδοσία

-ΟΧΙ γυμναστήριο, βαριές δουλειές, ορθοστασία, ηλιοθεραπεία καθόλη την ημέρα .

Σε περίπτωση απουσίας μπορείτε να απευθυνθείτε στο Γενικό Νοσοκομείο καθημερινά ώρες 8.30-13.00(πρωί) και 18.00-20.00(απόγευμα) καθώς και Σαββατοκύριακα 9.00-12.00(πρωί) και να αιμοδοτήσετε για το Σύλλογο Γονέων του Μουσικού Σχολείου Λάρισας.

ΕΑΝ ΘΕΛΕΤΕ ΝΑ ΕΝΗΜΕΡΩΝΕΣΤΕ ΓΙΑ ΤΙΣ ΔΡΑΣΕΙΣ ΤΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ, ΟΣΟΙ ΔΕΝ ΠΑΙΡΝΕΤΕ Ε-MAIL, ΣΑΣ ΠΑΡΑΚΑΛΟΥΜΕ ΝΑ ΜΑΣ ΣΤΕΙΛΕΤΕ ΤΟ ΣΩΣΤΟ Ε-MAIL ΣΤΟ : goneismouslar@

gmail

.

com

, ΓΙΑΤΙ ΕΙΝΑΙ ΔΥΣΚΟΛΟ ΝΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΟΥΜΕ ΣΤΕΛΝΟΝΤΑΣ ΣΑΣ ΦΩΤΟΤΥΠΙΕΣ και παρακαλούμε ειδικά τους γονείς της Α' Γυμνασίου να μας επιστρέψουν το σημείωμα που στάλθηκε από το Σύλλογο ή ας επικοινωνήσουν στο

e

-

mail

goneismouslar

@

gmail

.

com

.

Για το σύλλογο Γονέων και Κηδεμόνων