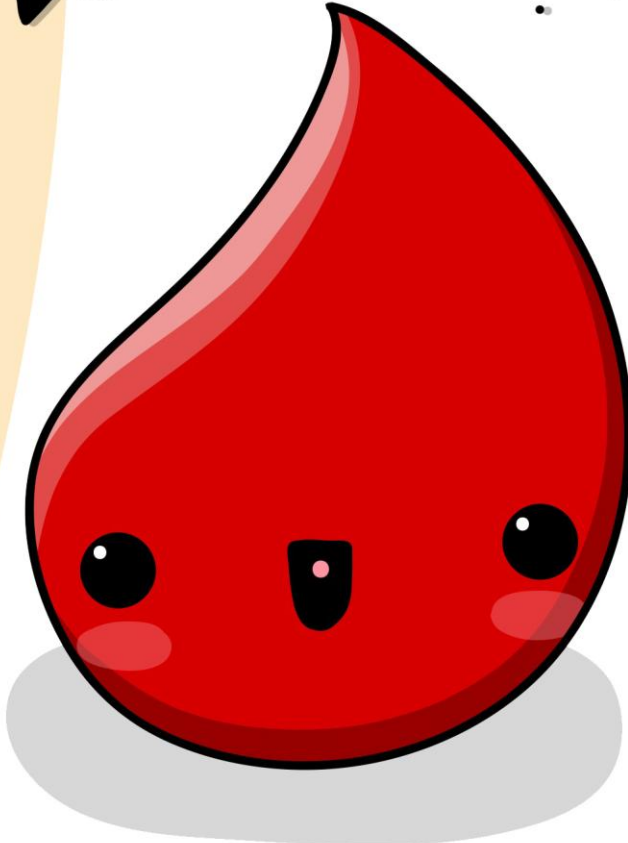




وزارة التعليم العالي
جامعة الملك سعود
عمادة السنة التحضيرية



فطرة دم تروى أجسادهم



الفصل الدراسي الأول
1433 / 1434 هـ

شعبة : ٣٢٣٨٧

أسم الطالبة	رقمها الجامعي
١ أمل عبد الله عبد الرحمن الدايل	(٤٣٣٢٠١٦٩٢)
٢ بيان أحمد عبد الله البداح	(٤٣٣٢٠١٨٧٥)
٣ رنا عبد العزيز صالح الشمالي	(٤٣٣٢٠١٦٤٨)
٤ رؤى عمر ثلاب الحربي	(٤٣٣٢٠٠٥٦٨)
٥ سارة عبد العزيز عبد الله الرتيق	(٤٣٣٢٠١٤٠١)
٦ شروق سعود آل سليمان	(٤٣٣٢٠٢٤٩٠)
٧ شروق شاكر سعد الدريس	(٤٣٣٢٠٠٧١٧)
٨ نهى عبد الله عبد العزيز الدهمش	(٤٣٣٢٠٢٢٨٥)

*محاضرة يوم السبت : الفترة الصباحية

إشراف

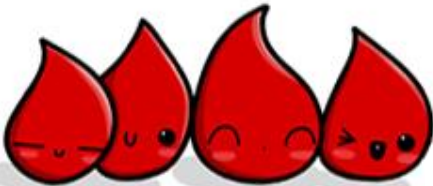
(منسقة مقرر الصحة) :

أيصفاء لبّدي



المقدمة

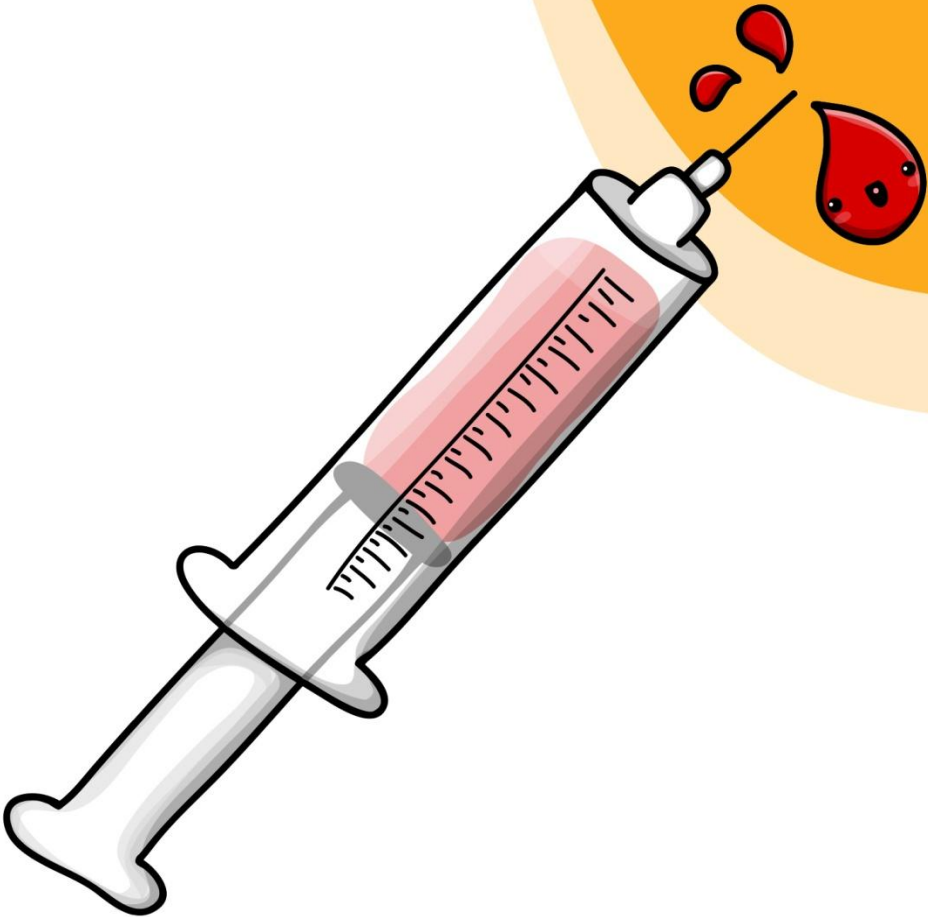
الدم هو ذلك السائل الحيوي الذي يدفعه القلب في الأوعية الدموية المنتشرة في أنحاء الجسم ، والدم أشبه ما يكون ببحر مزدحم بقطع أسطول متعددة الأغراض والأهداف ، فهناك سفن الإمداد (**كريات الدم الحمراء**) ، و سفن للدفاع ذات مرونة فائقة في المراوغة و الاقتحام (**كريات الدم البيضاء**) ، و سفن أخرى للإنقاذ فوق السريع تحول دون الموت نزفاً (**الصفائح الدموية**) ، وقطع الأسطول تسبح كل منها في فلكها دون أن تعترض طريق الأخرى في يسر ومرونة فائقة تستمر معها أسباب الحياة ، ويزدحم البحر بعناصر الحياة والطاقة ومخلفات الخلية من عملية التمثيل الغذائي ، فينتقل الجلوكوز وجوارره الجلوسرين والأحماض الدهنية و الأمينية مع البروتينات البلازمية لتزود الخلية فتحصل على ما يلزمها من وقود للطاقة والبناء وتجديد الخلايا ، وعلى صعيد آخر نجد مخلفات الأنسجة من كيماويات مثل البولينا وحمض البول وحمض اللبن تلتفطها الخلايا ويحملها الدم ، ولا يختلط الحابل بالنابل بل كل يسبح في مساره مستقلاً دون اضطراب أو تزاحم بل في توافق بديع جمع بين الحطب ورماده بما ينطق بعظمة الخالق .



الباب الأول

• الدم ومكوناته

• فصائل الدم





ما هو الدم؟

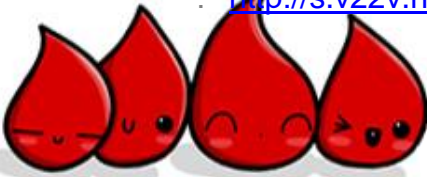
الدم هو عبارة عن سائل لزج أحمر اللون يجري في الأوعية الدموية ويحمل الغذاء والأكسجين وعوامل مقاومة الأمراض إلى جميع أجزاء الجسم . *

وظائف الدم :

- ١/ **التنفس :** حيث يقوم الدم بنقل الأكسجين من الرئتين إلى الأنسجة بواسطة الهيموجلوبين ، ويقوم بنقل ثاني أكسيد الكربون من الأنسجة إلى الرئتين لطرحها خارج الجسم .
- ٢/ **التوازن المائي :** يقوم الدم بالمحافظة على كمية الماء الموجودة في الجسم وذلك عن طريق إخراج الماء الزائد عبر الكليتين والجلد .
- ٣/ **التغذية :** يقوم الدم بنقل وتوزيع المواد الغذائية من الجهاز الهضمي إلى جميع أنسجة الجسم.
- ٤/ **الإخراج :** يقوم الدم بتخليص الجسم من المواد السامة والضارة مثل: البولينا عن طريق الكلية .
- ٥/ **نقل إفرازات الهرمونات :** حيث يقوم الدم بنقل الهرمونات التي تفرزها الغدد إلى الأنسجة .
- ٦/ **تجلط الدم :** يعمل الدم على الوقاية من النزيف بواسطة التجلط فيحافظ على كمية الدم الطبيعية في الجسم. **

* مستشفى الملك فيصل التخصصي ومركز الأبحاث <http://s.v22v.net/ZfyC> .

** بنك الدم عالم التطوع العربي ٢٠٠٦ - ٢٠٠٩ <http://s.v22v.net/bsyr> .



مم يتكون الدم ؟

- **البلازما :** هي سائل بروتيني أصفر اللون يتكون من الماء بصفة أساسية وتشكل البلازما أكثر من نصف حجم الدم ، وتقوم البلازما بنقل الغذاء المهضوم إلى جميع أجزاء الجسم ، كما تحمل فضلات التمثيل الغذائي إلى الكليتين والرئتين من أجل إخراجها خارج الجسم ، كما تسبح في البلازما الخلايا الدموية.

- **كريات الدم الحمراء :** هي أكثر الخلايا

الدموية عدداً حيث تشكل ما بين

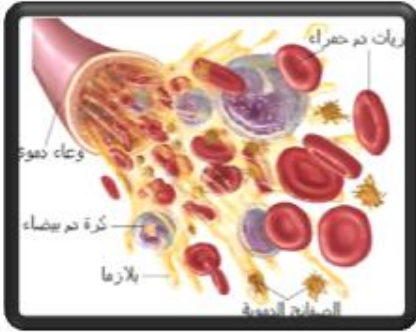
٤٠-٥٠% من حجم الدم ، ودورها

الرئيسي هو نقل الأوكسجين إلى جميع

خلايا الجسم ، وثاني أكسيد الكربون

من جميع أجزاء الجسم إلى الرئتين

للتخلص منه.



- **كريات الدم البيضاء :** تلعب الدور الرئيسي في مقاومة الميكروبات التي

تدخل إلى الجسم مثل البكتيريا والفيروسات وغيرها ، ويتراوح عدد

كرات الدم البيضاء بين ٤٠٠٠-١٠,٠٠٠ كرية في كل ١ ملم مكعب

من الدم .

- **الصفيحات الدموية :** يبلغ عددها بين ١٥٠,٠٠٠-٤٥٠,٠٠٠ صفيحة في

١ ملم مكعب وهي المسؤولة عن تجلط الدم عند حدوث الإصابات لا

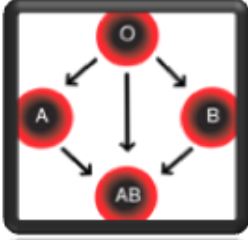
سمح الله. *

* مستشفى الملك فيصل التخصصي ومركز الأبحاث <http://s.v22v.net/ZfyC>



فصائل الدم :

توصل العلماء حديثاً إلى تحليل الشخصيات عن طريق معرفة فصيلة دم الشخص ، وقد وصلوا إلى أن أصحاب فصيلة الدم الواحد متشابهون ومتقاربون في الصفات والسلوكيات ، كما أن قوة الترابط بين فصيلة الدم والغذاء اليومي أشد متانة مما قد نتصور ، ولا يمكن تجاهلها إذ إن ما يدخل الفم من طعام أو شراب يلعب دوراً أساسياً لا يمكن الاستغناء عنه في المرض والصحة وذلك للعلاقة المتينة بين الغذاء من جهة والدم كمادة ناقلة للغذاء من جهة أخرى ، وقد دلت الدراسات العلمية في



الفترة الأخيرة أن لكل فصيلة دموية غذاء يتناسب مع تركيبها العضوي الكيميائي ، فتنطلب مورثات إحدى الفصائل غذاء من البروتين الحيواني بينما قد تنطلب فصيلة أخرى غذاء من البروتين النباتي ، وفي المقابل هناك بعض الأغذية تتلاءم مع جميع الفصائل الدموية ويضعها البعض ضمن الأغذية العلاجية أو المفيدة لجسم الإنسان ومن هذه الأغذية (السلمون ، زيت الزيتون ، البروكلي ، الخوخ ، التين ، الزنجبيل ، الثوم ، البقدونس ، الشاي الأخضر) . ولا بد من التنويه هنا إلى أن متطلبات الغذاء الأساسي تختلف اختلافاً تاماً عن شهية الإنسان من أنواع الطعام المبنية على البيئة حيث إن لكل امرئ غذاء يتناسب مع فصيلة دمه.*

* كتاب فصائل الدم (الغذاء المناسب لها) د. غسان جعفر طبعه الأولى ٢٠٠٦ م ١٤٢٦ هـ.

فصيلة الدم O :

السمات الشخصية لأصحاب هذه الفصيلة:

أصحاب هذه الفصيلة طموحون معطاءون ، يتطلعون إلى السلطة ولكنهم أصحاب قلوب رقيقة، يفضلون التسامح في تعاملاتهم اجتماعيون ولديهم طاقة عالية. كما أن صاحب هذا النوع من فصيلة الدم يكون صريح ، موثوق به ، متقلب ومتعدد المواهب ، سريع في إبداء الآراء والأفكار ، متقلب في شعوره، ليس أنانياً ويصرح بكل ما بداخله من شعور ، طموح ، يحب أكل اللحوم الحمراء .

الغذاء المناسب لهذه الفصيلة :

الأغذية الغنية بالبروتين الحيواني والفقيرة بنسبة السكريات ، مثل اللحوم والأسماك وثمار البحر والخضروات والفواكه.

الأطعمة التي يجب الابتعاد عنها:

ينصح من هم من فصيلة الدم O بالابتعاد عن القمح ومنتجات الألبان والفاصوليا الحمراء والبطاطس والثوفان والفول السوداني والكاجو والحمضيات والشمام الأخضر.

التمارين الرياضية الملائمة:

يستطيع أصحاب هذه الفصيلة التخلص من التعب والضغط النفسي بالجوء إلى التمارين الرياضية العنيفة والركض وركوب الدراجة وجميع فنون القتال الأخرى كالكاراتيه والجودو.

الأمراض الأكثر عرضة للإصابة بها:

يتمتع أصحاب هذه الفصيلة بجهاز هضمي قوي ، وجهاز مناعي متين، ويتميز دمهم بلون فاتح جداً، كما أن عمليات الأيض (البناء والهدم) لديهم فعالة ، وهذه الفصيلة مجهزة كي تخرن الغذاء.ولكنهم لا يتحملون التغيرات البيئية والغذائية الطارئة .

ومن المخاطر الطبية التي يمكن أن يواجهوها مشكلات تخثر الدم بالإضافة إلى أمراض النقرحات والحساسية والالتهابات وخصوصا التهاب المفاصل عند عدم الالتزام بنوعية الغذاء المناسب . *

*كتاب فصائل الدم (الغذاء المناسب لها) د.عسان جعفر طبعه الأولى ٢٠٠٦م-١٤٢٦ هـ



فصيلة الدم A :

السمات الشخصية لأصحاب هذه الفصيلة:

أصحاب هذه الفصيلة يهتمون دائما بالأشياء الواقعية غير مندفعين في تصرفاتهم يحسبون كل شيء بالعقل، أصحاب قلوب رحيمة ورقيقة، يحبون جمع المال والترف والحياة الجميلة ، فهم يعملون بكثرة لتغيير أوضاع حياتهم للأحسن ، يرفضون بشدة النميمة ويفضلون الصراحة دائما، موثوق بهم وذو مسؤولية، الكثير منهم يكونون فنانيين ورسامين. كما أن صاحب هذا النوع من فصيلة الدم يكون هادئ وحساس من ناحية آراء الآخرين عنه. يخاف من التغيير خوفا من عدم فهم الآخرين له، متهم بالتشاؤم بسبب الخوف من التغيير ،يحتاج للوجود في مكان خاص به للشعور بالأمان ويفضل الأماكن الغير مزدحمة، يتوق إلى تحقيق النجاح ، يحب أكل الخضروات .

الغذاء المناسب لهذه الفصيلة :

يطلق على هذه الفصيلة اسم الفصيلة النباتية، يفضل لأصحاب هذه الفصيلة تناول الأغذية الغنية بالسكريات والفيتامينات والدهون مثل الخضروات والسلطات الخضراء والفاكهة والحبوب والبقوليات. أما البروتينات فالأفضل لأصحاب هذه الفصيلة تناول اللحوم البيضاء مثل صدور الدجاج والأسماك.

الأطعمة التي يجب الابتعاد عنها :

ينصح من هم من فصيلة الدم A بالابتعاد عن اللحوم الحمراء، منتجات الألبان الكاجو، الفلفل الأحمر الحار ،الفاصوليا الحمراء ،البطاطس، الطماطم، الحمضيات ،الشمام الأخضر الموز و القمح .

التمارين الرياضية الملائمة:

هي الرياضات الخفيفة كالاسترخاء والمشي والسباحة واليوغا والتأمل

الأمراض الأكثر عرضة للإصابة بها:

يتوافق أصحاب هذه الفصيلة جيدا مع التغيرات المناخية والبيئية والغذائية الطارئة . *



فصيلة الدم B :

السمات الشخصية لأصحاب هذه الفصيلة:

أصحاب هذه الفصيلة لا يحبون أن يوجه إليهم أي نوع من النقد لأنهم معترفون بشخصياتهم طموحون ولكنهم لا يفضلون أن يجلسوا على كرسي القادة، رومانسيون وأحلامهم متعددة ولكنها بسيطة وجميلة. ويكون صاحب هذا النوع من فصيلة الدم فضولي ونشط ، منطقي وعقلاني ، مرتب ، يفكر بعقله لا بقلبه،يركز على ما يعمل هو و يهمل باقي الأشياء، مرتب ولكنه ممكن أن يركم الأشياء ، متعصب ويعمل للحصول على نتيجة أفضل ، ملتزم ولا يتصف بالمرونة ، لديه طاقة عالية ويستمر نحو أهدافه ، يتصف بالبرود الشديد والشكلية، متحفظ في صداقاته، يحب أكل الدجاج .

الغذاء المناسب لهذه الفصيلة:

أصحاب هذه الفصيلة متوازنو التغذية فبمقدورهم تناول اللحوم والأسماك ومنتجات الألبان والخضار والفواكه والبقوليات .

الأطعمة التي يجب الابتعاد عنها:

الأفضل لأصحاب هذه الفصيلة الابتعاد عن تناول لحم الدجاج (ماعدا لحم الديك الرومي) كما عليهم الامتناع عن المانجو، العنب ،الأفوكادو، الحمص، الحبة السوداء، الذرة ، الحبوب زيت عباد الشمس والصابر .

التمارين الرياضية الملائمة:

يمكن لهم التمتع برياضات متوازنة تجمع بين العنف والخفة مثل تسلق الجبال وركوب الدراجات والسباحة والمشي.

الأمراض الأكثر عرضة للإصابة بها:

يتلاءم أصحاب هذه الفصيلة بسهولة مع التغيرات الغذائية والبيئية فهم يتمتعون بجهاز مناعي قوي ولا توجد لديهم حساسية طبية خاصة معينة بل يميلون إلى التأثر ببعض الفيروسات النادرة والأمراض المتعلقة بالمناعة الذاتية،وهم عادة يعانون من مرض التعب المزمن والأمراض المتعلقة بالمناعة الذاتية مثل القراض (مرض تدرن جلدي مخاطي) ومرض تصلب العظام والسكري من النوع الأول.*

*كتاب فصائل الدم (الغذاء المناسب لها) د.غسان جعفر طبعه الاولى ٢٠٠٦ م-١٤٢٦ هـ.



فصيلة الدم AB :

السمات الشخصية لأصحاب هذه الفصيلة:

أصحاب هذه الفصيلة خياليين.. يعشقون الأحلام ولكن لا يبعدون كثيرا عن واقعهم فأحلامهم بكثرتها واقعية وقابلة للتحقيق، لهم القدرة على التلاؤم مع ظروف الحياة المعاصرة ويجمعون بين القوى الموجودة عند الفصائل الدموية A و B.

الغذاء المناسب لهذه الفصيلة :

أصحاب هذه الفصيلة يأكلون الأسماك كبروتين عوضا عن باقي أنواع اللحوم الأخرى ،بالإضافة إلى الخضار ، معظم أنواع الفاكهة، منتجات الألبان ، الحبوب .

الأنشطة التي يجب الابتعاد عنها:

أصحاب هذه الفصيلة الأفضل لهم الابتعاد عن تناول لحم الدجاج (ماعدا لحم الديك الرومي) كما عليهم الامتناع عن المانجو، العنب ،الأفوكادو، الحمص، الحبة السوداء، الذرة ، الحبوب زيت عباد الشمس والصابر.

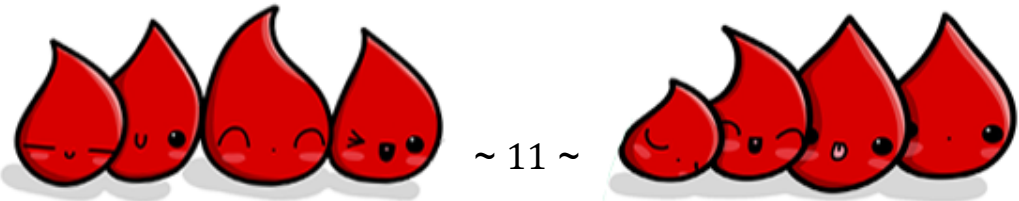
التمارين الرياضية والملائمة :

تناسبهم الرياضات الخفيفة والمهدئة المرتبطة مع نشاط معتدل مثل اليوجا وتسلق الجبال وركوب الدرجات والتنس.

الأمراض الأكثر عرضة للإصابة بها:

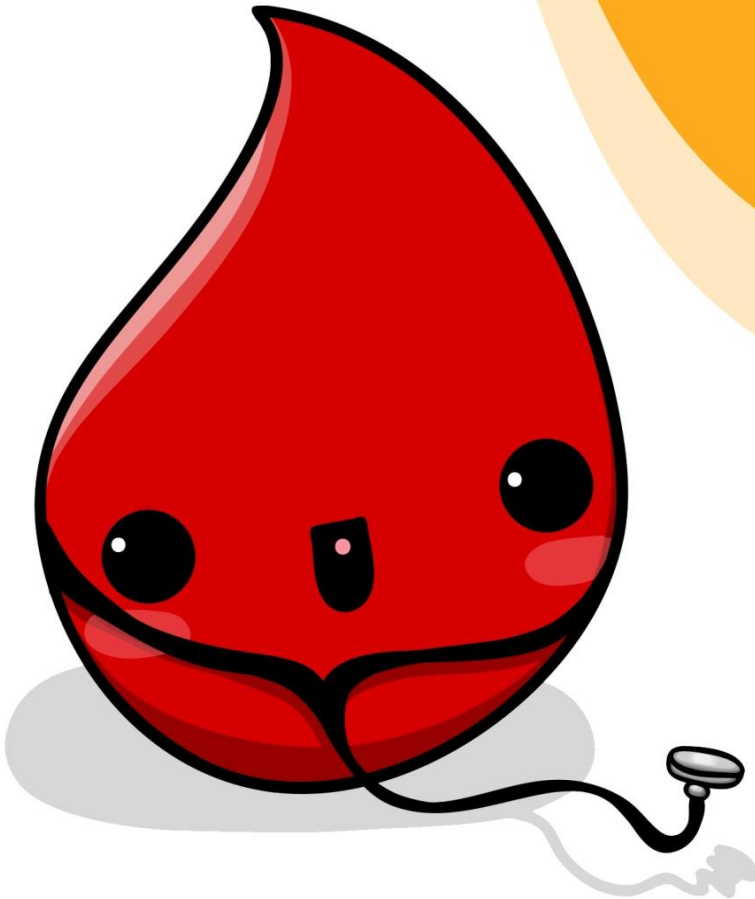
يكون الجهاز الهضمي لأصحاب هذه الفصيلة حساس وسريع التأثر ، والجهاز المناعي لديهم قابل للتأثر بجميع الميكروبات والطفيليات وهم يتعرضون للأمراض السرطانية، وتلك المتعلقة بأمراض الشرايين القلبية (الكولسترول) ومرض فقر الدم.*

*كتاب فصائل الدم (الغذاء المناسب لها) د.غسان جعفر طبعه الاولى ٢٠٠٦ م-١٤٢٦ هـ.



الباب الثاني

- أمراض الدم
(الوراثية وسرطان الدم)
- الوقاية منها



أمراض الدم الوراثية:

أمراض الدم الوراثية هي مجموعة من الأمراض المزمنة التي تصيب احد مكونات الدم مثل الكريات الحمراء والبيضاء أو الصفائح وتؤدي إلى إصابة المريض بالآلام متكررة أو نزيف دائم أو إعاقة أو الاعتماد على نقل الدم مدى الحياة *

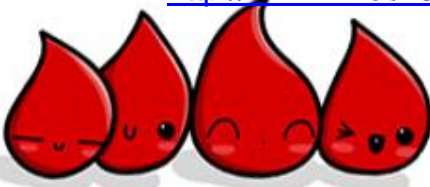


- **فقر الدم المنجلي:** سمّي بذلك نسبة لأن كريات الدم الحمراء تأخذ شكل المنجل في هذا المرض. ونظراً لشكلها وصلابتها، فإن هذه الكريات تؤدي إلى انسداد الشعيرات الدموية مسببة آلاماً مبرحة في مناطق الجسم المصابة كالعظام والبطن والظهر ويصحب المرض اصفرار شديد نتيجة لتكسر الدم وتضخم الطحال وضعف في مقاومة بعض أنواع الالتهابات. **

- **فقر الدم اللا منجلي:** وهو توقف النخاع العظمي عن إنتاج خلايا دم جديدة وهذا يعني قلة الأكسجين الذي يصل للجسم وزيادة خطورة الإصابة بالعدوى، وكذلك عدم السيطرة على النزيف ويعتبر من الحالات النادرة لكنها في غاية الخطورة وتصيب مختلف الأعمار. ***

*** - جريده الرياض : أمراض الدم الوراثية د. محاسن الصالح - الخميس ٦ شعبان ١٤٣٢ هـ - ٧ يوليو ٢٠١١م - العدد ١٥٧١٨ <http://s.v22v.net/JpXT> .

*** جريده الرياض : أمراض الدم الوراثية د. عبدالله بن حسين الجفري الخميس ١٣ جمادى الآخرة ١٤٣١ هـ - ٢٧ مايو ٢٠١٠م - العدد ١٥٣١٢ <http://s.v22v.net/Il8C> .



الوقاية من أمراض الدم الوراثية:

الوسيلة المثلى لمنع حدوث هذه الأمراض هي الشعور بالمسؤولية تجاه المجتمع ، والوعي بمدى خطورة هذه الأمراض على أجيال المستقبل والحرص على إنجاب ذرية معافاة من الأمراض الوراثية وبالتالي فإن المسؤولية هنا تقع على عاتق أفراد المجتمع المقبلين على الزواج وذلك بالخضوع للفحص اللازم قبل الزواج والتقيّد بالنتيجة ؛ ذلك أن الكثير ممن كانت نتائج الفحص لديهم إيجابية لم يمتثلوا للنصح العلمي وأقدموا على الزواج مما يعنى - لا سمح الله - معاشتهم وأبنائهم مأساة هذه الأمراض ، وذلك على الرغم من أن الجهات المختصة في الدولة قد أنشأت العديد من مراكز فحص ما قبل الزواج كأمر إجباري لتفادي انتشار هذه الأمراض ، وقد اقترح الكثير من المختصين إجراء هذا الفحص في مرحلة مبكرة - في المرحلة المتوسطة، على سبيل المثال - وذلك لتفادي الضغوط الاجتماعية في سن الزواج.

ونلاحظ أن هذه الأمراض تعتمد في علاجها على وجود متبرعين وعلى عمليات نقل دم دائمة، فلا تنسوا إخوانكم.*

*جريدة الرياض : أمراض الدم الوراثية د. محاسن الصالح الخميس ٦ شعبان

١٤٣٢ هـ - ٧ يوليو 2011 م - العدد ١٥٧١٨ <http://s.v22v.net/JpXT>



سرطان الدم :

بعض حقائق سرطان الدم:

سرطان الدم : هو اللوكيميا.

اللوكيميا عبارة عن سرعة نمو الدم.

أنواع سرطان الدم:

سرطان الدم النخاعي الحاد (AML) (Acute myelocytic leukemia)

سرطان الدم الليمفاوي الحاد (ALL) (Acute lymphocytic leukemia)

سرطان الدم النخاعي المزمن (CML) (Chronic myelocytic leukemia)

سرطان الدم الليمفاوي المزمن (CLL) (Chronic lymphocytic leukemia)

يتم تشخيص سرطان الدم عبر التواريخ الطبية و فحص عينات الدم و النخاع العظمي.

يعتمد علاج سرطان الدم على : نوع سرطان الدم ، مدى انتشاره عمر و صحة المريض ، إلى مدى انتشار المرض.

طرق علاجه : البعض يستخدمون الكيميائي و آخرون عبر الإشعاع و / أو زراعة نخاع العظم.

لا يوجد وسيلة للوقاية من سرطان الدم . *

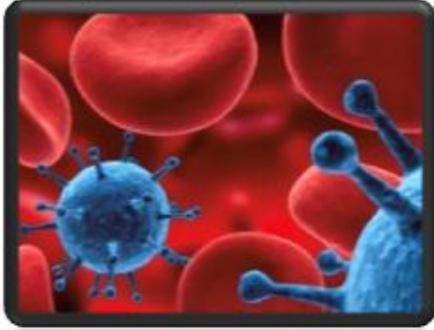
<http://www.medicinenet.com/leukemia/article.htm> medicine *



أنواع سرطان الدم :

أولاً : سرطان الدم النخاعي الحاد(AML):

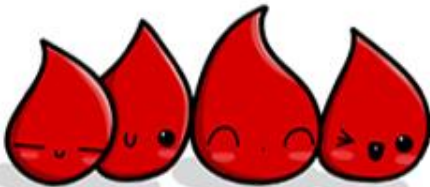
يكثر هذا المرض لدى البالغين ويقل لدى الأطفال وفي هذا المرض تتكاثر خلايا بدائية Primitive تشبه الخلايا الأم حتى تملأ معظم النخاع العظمي بحيث لا تبقى سوى مساحة محدودة للخلايا الطبيعية ، فتحدث الأعراض لما يسمى بفشل النخاع العظمي، و عادةً يتكاثر بشكل بطيء.



ثانياً : سرطان الدم الليمفاوي الحاد (ALL):

يعتبر هذا المرض الخبيث الأول لدى الأطفال ، ولكن هناك طبعاً العديد من البالغين الذين يصابون بهذا المرض أيضاً . وهذا المرض أكثر استجابة للعلاج وإمكانية الشفاء التام منه أكبر من سرطان الدم النخاعي الحاد. و هو من النوع النشط أي ينمو بشكلٍ سريع.*

* موقع صحة <http://www.sehha.com/diseases/cancer/blood/bc4.htm>



ثالثاً : سرطان الدم النخاعي المزمن(CML):

يتميز هذا المرض بأننا نعرف بشكل واضح الاختلال الكروموزومي الوحيد الذي يؤدي إلى نشوء هذا المرض وهو عبارة عن تبادل قطعتين من كل من كروموزوم ٩ و ٢٢ مما يؤدي إلى نشوء كروموزوم يطلق عليه اسم كروموزوم فيلادلفيا ويؤدي ذلك إلى فقدان الخلايا خاصية الموت المبرمج وبالتالي إلى تكاثر كريات الدم البيضاء بلا حدود مع عدم فقدانها خاصية التميز ، ولذلك تظهر هذه الخلايا بشكلها الطبيعي وان كان بأعداد كبيرة جدا في النخاع العظمي وكذلك في الدم نتيجة انهيار الحاجز بين النخاع العظمي وبين الدم. و ينمو ببطء عادةً ويصيب البالغين غالباً.

رابعاً : سرطان الدم الليمفاوي المزمن(CLL):

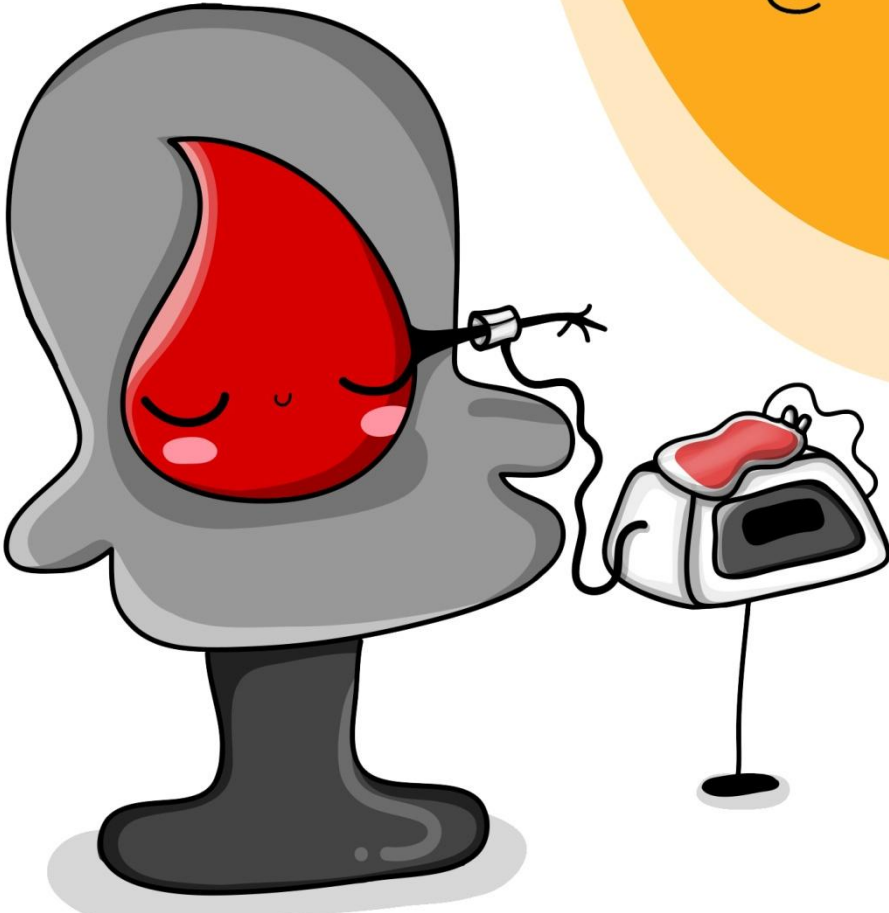
يعتبر هذا المرض أحد أنواع الأورام الليمفاوية التي هي على درجة متدنية من الخبث وتختلف عن الأورام الليمفاوية بأن الخلايا المتسرطنة في هذا المرض تنشأ في النخاع العظمي وبأنها تفقد العناصر التي تربطها بالنخاع العظمي وبالتالي تنتقل من النخاع العظمي إلى الدورة الدموية فتظهر في الدم والحقيقة أن هذا المرض يمكن أن يتعايش معه الإنسان لفترة تطول من ٥-١٥ سنة مع وجود مشاكل صحية تطلب العلاج فقط في السنوات الأخيرة من المرض. و هذا المرض يظهر عادةً في المتقدمين في السن و يمكننا القول بأن هذا المرض لا يسبب مشاكل صحية كبيرة، ولكن إذا أصيب صغار السن يشكل خطورة كبيرة بالنسبة لهم. *

*موقع صحة <http://www.sehha.com/diseases/cancer/blood/bc4.htm>



الباب الثالث

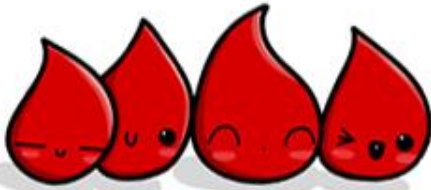
- الشبرع بالله
- أنواعه
- من يمكنه ومن لا يمكنه
- فوائد الشبرع





التبرع بالدم عمل إنساني نبيل وواجب ديني عظيم ،
لأنه يساهم في إنقاذ حياة آلاف المرضى الذين
يكونون في أمس الحاجة لنقل الدم. والحقيقة أن واحدًا
من كل عشرة يدخلون المستشفى في حاجة إلى نقل
الدم خصوصاً المرضى الذين يعانون من الأمراض
المستعصية ، وأثناء العمليات الجراحية الكبرى ،

وكذلك الأشخاص الذين تعرضوا لحوادث خطيرة فقدوا على إثرها كمية
كبيرة من الدم ، ومن المعلوم عند الجميع ، أن التبرع بالدم ، عملية إنسانية
يقصد منها مساعدة المريض المتبرع له ابتغاء رضا الله تعالى ، ويعد من
القربات التي يتقرب بها المسلم لربه ، ولكن ما يجهله الكثير من الناس أن
التبرع بالدم في حد ذاته له منافع جمة على المتبرع أيضاً، فبالنسبة للإنسان
العادي السليم يعمل التبرع بالدم على تجديد الدم وتجديد حيوية ونشاط
الجسم ، وبمتابعة شخص قبل تبرعه وبعد تبرعه بالدم نلاحظ أنه قبل
التبرع ، يكون عنده عدد الكريات الحمراء مرتفعاً مما يجعلها متراكمة
داخل الأوعية الدموية وبالتالي فإن وصولها إلى الخلايا لتزويدها
بالأكسجين يكون بطيئاً والمحصلة اضطراب في أداء خلايا الجسم ويكون
الجسم أقل نشاطاً وحيوية والعكس صحيح .



أنواع التبرع بالدم :

توجد حاليا طرق للتبرع بالدم وهي :

التبرع بالدم الكامل

التبرع بالدم المماثل :

المتبرع والمتلقي شخصان مختلفان لا يعرفان بعضهما. وهو الأكثر شيوعا وانتشارا.

التبرع بالدم الذاتي :

ويتمثل في سحب دم المريض وإعادة حقنه له عند الحاجة. ويتم اللجوء إلى هذه الطريقة عند القيام ببعض العمليات الجراحية المبرمجة من قبل. ومن فوائدها : التقليل إلى أقصى حد من العوارض الناجمة أحيانا من جراء نقل الدم والتمكن من الاقتصاد في المكونات الدموية. وهذا النوع من التبرع يخضع إلى شروط خصوصية.

التبرع بالبلازما عن طريق الفاصدة :

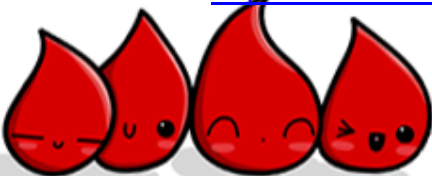
وتتمثل هذه الطريقة في سحب كمية من البلازما من

المتبرع بواسطة آلة خاصة وترجع إليه كل الخلايا الدموية.

التبرع بالخلايا عن طريق الفاصدة :

بعكس فسادة البلازما ، تتمثل هذه الطريقة في سحب الخلايا الدموية من المتبرع بواسطة آلة فسادة وترجع إليه المكونات الأخرى للدم. إن تبرعا واحدا من الصفائح عن طريق فسادة الخلايا يعوض ١٢ تبرعا من الدم الكامل. *

* بنك الدم عالم التطوع العربي ٢٠٠٦-٢٠٠٩ <http://s.v22v.net/SONP>



فصل الصفائح الدموية :

هو نوع خاص من التبرع بالدم يسمح لك بالتبرع بجزء واحد من دمك - وهو الصفائح الدموية التي هي عبارة عن خلايا صغيرة جداً تساعد في السيطرة على النزف. يتم تجميع الصفائح الدموية عن طريق جهاز فصل الصفائح الدموية والذي يقوم بفصل الدم إلى مكونات فيحتفظ بالصفائح الدموية في كيس جانبي ويقوم بإعادة باقي الدم إلى جسم المتبرع. الصفائح الدموية دورها يكون عندما يحدث ضرر في وعاء دموي ، تقوم بالتجمع في موضع الإصابة وإصلاح التمزق بشكل مؤقت ، بعد ذلك تقوم الصفائح الدموية بتنشيط مواد متواجدة في « البلازما » فتتكون جلطة ويلتئم الجرح. يمكن تخزين الصفائح الدموية لمدة خمسة أيام فقط ، ولهذا السبب تكون الحاجة إلى التبرع بالصفائح الدموية كبيرة ومستمرة.*

* جريدة الرياض : التبرع بالصفائح الدموية د. هند الحميدان . الخميس ٢٧ ذي القعدة ١٤٣١ هـ -
٤ نوفمبر ٢٠١٠م - العدد ١٥٤٧٣ <http://s.v22y.net/WCv5>



الأشخاص المحتاجون لتلقي أو استقبال الدم :



• ضحايا الحوادث المرورية والحرائق .

• المرضى الذين يخضعون لعمليات جراحية كبرى كعمليات القلب المفتوح ، ونقل الأعضاء ، وغيرها من العمليات المصحوبة بنزف شديد .

• الأشخاص الذين يعانون من سرطان الدم أو غيره من الأورام .

• الأشخاص المصابون بفقر الدم المنجلي أو الثلاسيميا

حالات النزيف قبل الولادة وبعدها.

الأطفال الخدج (غير مكتملي النمو).

حديثي الولادة لاختلاف عامل الريسوس لدى الوالدين (المصابون بالصفراء). *

* بنك الدم عالم التطوع العربي ٢٠٠٦-٢٠٠٩ <http://s.v2v.net/RPUb>



من الذي يمكنه التبرع بالدم :

١/ لا يقل عمر المتبرع عن ١٨ سنة ولا يزيد ٦٥ سنة و تختلف على حسب البلد.

٢/ يكون وزن المتبرع على الأقل ٥٠ كيلو جراما

٣/ يتم الكشف عن الدم المتبرع وتؤكد من خلوه من الأمراض :
مثل (الأمراض المزمنة و المعقدة ،مدمن الخمر والعقاقير والمخدرات ،مرضى الايدز و الزهري و التهاب الكبد الوبائي و الصرع والنقرس والسل ،المصابين بالسرطان و أمراض الدم ، أمراض القلب بأنواعها ...) . *

٤/ تكون نسبة الهيموجلوبين عند الرجال من ١٣ إلى ١٧,٥ وعند النساء ١٢,٥ إلى ١٤,٥ .

٥/ يكون نبض القلب من ٥٠ إلى ١٠٠ ضربه في الدقيقة

٦/ لا تزيد درجة الحرارة عن ٣٧ .

ملاحظه : أن شرب السوائل الساخنة و التدخين قبل قياس درجة الحرارة بالفم مباشرة قد يعطى انطباع خاطئ بارتفاع درجة الحرارة. **

٧/ أن يتراوح ضغط الدم مابين ٦٠/١٠٠ و ١٨٠/١٠٠

٨/ أن كيمه سحب الدم لا تتجاوز ٨ % من الدم الإنسان

٩/ أن يحمل المتبرع بطاقته الشخصية

١٠/ أن يكون لديه الرغبة بالتبرع لا مكره عليه.

١١/ حيث يقوم الطبيب بسؤال المتبرع عن حالته الصحية وعليه أن يستشعر مدى صدقه عند الإجابة. ***

* ملتقى منسوبي وزارة الصحة – شروط وموانع التبرع بالدم

<http://www.e-moh.com/vb/t34008>

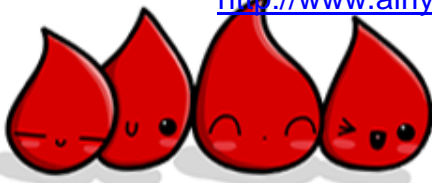
** البوابة الإلكترونية لوزارة الصحة -اليوم العالمي للتبرع بالدم ٢٠١٢- ١٧ رجب ١٤٣٣ هـ

<http://s.v22v.net/TRP8>

*** جريدة الرياض : العمر: التبرع بالدم يجب ألا يتجاوز ٨٪ من دم الإنسان ، د. نايف الحربي .

الخميس ٤ ربيع الآخر ١٤٢٦ هـ- ١٢ مايو ٢٠٠٥م – العدد ١٣٤٧١

<http://www.alriyadh.com/2005/05/12/article63763.html>



الأشخاص الذين لا يمكنهم التبرع بالدم :

هناك بعض الأشخاص لا يمكنهم التبرع بالدم إما بشكل مؤقت أو بصفة دائمة ، وذلك كما يلي :

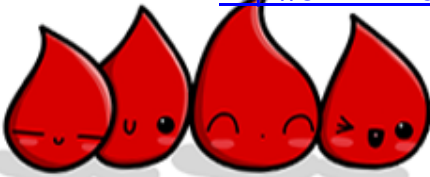
أولاً : الموانع المؤقتة للتبرع بالدم :

- ١/ الأشخاص الذين سبقت لهم الإصابة بذبحة صدرية خلال سنة من التبرع بالدم .
- ٢/ الذين أصيبوا بمرض الملاريا خلال السنوات الثلاث الماضية .
- ٣/ الأشخاص الذين زاروا منطقة موبوءة بالملاريا خلال السنة الماضية .
- ٤/ من تم نقل دم إليه أو أخذ أحد مكونات الدم خلال السنة الماضية .
- ٥/ من أجريت له عملية وشم خلال السنة الماضية .
- ٦/ من تعرض لعملية جراحية في القلب خلال السنة الماضية .
- ٧/ من تعرض لمصاب بالتهاب الكبد خلال السنة الماضية .
- ٨/ الشخص المصاب بوعكة صحية أو ارتفاع في درجة الحرارة يوم التبرع .
- ٩/ من تناول مضاداً حيوياً قبل يوم إلى ثلاثة أيام من التبرع .
- ١٠/ السيدات الحوامل أو اللاتي تعرضن لإجهاض خلال الأسابيع الستة الماضية
- ١١/ التبرع بالدم خلال الثلاثة أشهر الماضية .

ثانياً : الموانع الدائمة للتبرع بالدم :

- ١/ الأشخاص الذين سبق لهم استخدام المخدرات عن طريق الوريد .
- ٢/ الأشخاص الذين يمارسون اللواط أو العلاقات الجنسية المحرمة .
- ٣/ الأشخاص الذين سبق لهم استقبال حقن مركزة لعوامل تخثر الدم .
- ٤/ الذين وُجد أثناء إجراء الاختبارات المعملية أن لديهم فحصاً إيجابياً لتحليل التهاب الكبد من النوعين (ب و ج) وتحليل (H I V) أي الايدز. *

* بنك الدم عالم التطوع العربي ٢٠٠٦-٢٠٠٩ <http://s.v22v.net/bRnC>



الاحتياطات التي يفضل اتخاذها قبل التبرع بالدم :



ليس من الضروري أن يكون المتبرع صائماً بل من الأفضل تناول قليل من الطعام قبل التبرع بساعتين، مع تجنب المواد الدهنية . *

ما الذي يحدث للدم بعد جمعه من المتبرعين؟

تُجرى التحاليل والفحوص الدقيقة على كل وحدة من الدم لمعرفة الفصيلة وكذلك التأكد من خلوها من الأمراض المعدية التي يمكن أن تنتقل عن طريق الدم مثل الإيدز والتهاب الكبد الوبائي نوعي (ب، ج) والزهري والملاريا وغيرها من الأمراض الفيروسية ويستخدم فقط الدم الذي يثبت خلوه من الأمراض المعدية.

فيما يُستخدم الدم المتبرع به؟

إن استخدام الدم يتمثل في فصل الدم إلى العديد من المكونات واستخدام هذه المكونات كل على حدة وليس الدم الكامل مما يحقق الاستفادة القصوى من كل وحدة دم بحيث تخدم أكثر من مريض بالإضافة إلى تجنب الآثار الجانبية للعناصر التي قد يتم نقلها ولا يحتاج إليها المريض.

كم تستغرق عملية التبرع بالدم؟

تستغرق عملية التبرع كاملة حوالي نصف ساعة أما سحب الدم فيستغرق فقط حوالي ٧ دقائق.

كم مرة يمكنك التبرع بالدم؟

يمكن الشخص أن يتبرع بدمه مرة كل شهرين إلى ثلاثة أشهر على ألا تزيد مرات التبرع عن خمس مرات في العام الواحد دون حدوث أدنى تأثير غير مرغوب فيه على المتبرع. **

* البوابة الإلكترونية لوزارة الصحة -اليوم العالمي للتبرع بالدم ٢٠١٢- ١٧ رجب ١٤٣٣هـ

<http://s.v22v.net/8oHD>

* مستشفى الملك فيصل التخصصي ومركز الأبحاث <http://s.v22v.net/FKjt>



فوائد التبرع بالدم:

١/ تنشيط الدورة الدموية ، حيث يتم تنشيط نخاع العظم لإنتاج خلايا الدم المختلفة (كريات الدم الحمراء، كريات الدم البيضاء، صفائح الدموية) حيث تستطيع حمل كمية أكبر من الأوكسجين إلى أعضاء الجسم الرئيسية مثل (الدماغ) فيساعد على زيادة التركيز والنشاط في العمل وعدم الخمول.

٢/ التقليل من احتمال الإصابة بأمراض القلب وانسداد الشرايين لأن التبرع بالدم يقلل نسبة الحديد في الدم والتي ثبت علمياً أن زيادة نسبة الحديد تزيد من نسبة الإصابة بأحد هذه الأمراض.

٣/ عند التبرع بالدم يتم التأكد من سلامة المتبرع وذلك بإجراء الكشف الطبي عليه من قبل مختص بنك الدم .

٤/ الشعور بالراحة النفسية لما يقوم به المتبرع من عمل جليل لما فيه من أجر وثواب.*

٥/ زيادة نشاط الدورة الدموية.

٦/ التبرع بالدم يمنع تراكم الحديد لدى المرضى الذين يعانون الحديد الزائد مثل الصبغ الدموي hemochromatosis**

* جريدة الرياض: ما هو التبرع بالدم ، د. عبدالله النويصر ، الخميس ٢٧ ذي القعدة ١٤٣١هـ - ٤ نوفمبر ٢٠١٠م - العدد ١٥٤٧٣ <http://s.v22v.net/XMII>

** البوابة الإلكترونية لوزارة الصحة -اليوم العالمي للتبرع بالدم ٢٠١٢- ١٧ رجب ١٤٣٣هـ <http://s.v22v.net/2Vse>



- إن المتبرع المستديم في بنك الدم له معاملة خاصة عند احتياجه أو احتياج أفراد عائلته للدم مستقبلاً لا قدر الله، خاصة في حالة توفر فصيلة الدم المطلوبة.*

هل توجد أي مخاطر للتبرع بالدم؟

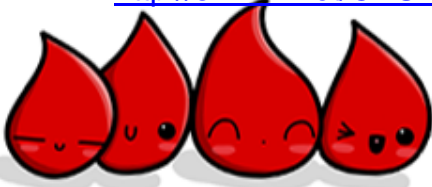
لا توجد مطلقاً أي مخاطر التبرع بالدم فكمية الدم التي تسحب عند التبرع كمية بسيطة تقدر بحوالي ٤٥٠ ملي لتر وهذه تمثل فقط ٨% من متوسط حجم الدم عند الشخص البالغ والذي يصل إلى ٥ - ٦ لترات من الدم، ويتم السحب تحت إشراف الطبيب المختص بعد أن يتأكد من لياقة الشخص وقدرته على التبرع. تتم أيضاً عملية التبرع تحت الإشراف المباشر لأطباء متخصصين أول ما يحرصون عليه هو سلامة المتبرع، ومن هذا المنطلق يتم فحص المتبرع فحصاً دقيقاً ويتم تقدير نسبة الهيموجلوبين في دمه قبل السماح له بالتبرع.

كيف يعوض المتبرع ما يعطيه من دم؟

يقوم الجسم بتعويض حجم الدم المتبرع به خلال ساعات معدودة عن طريق السوائل التي يتعاطاها المتبرع أما خلايا الدم فهي أيضاً خلايا متجددة حيث يتم تعويض كريات الدم البيضاء والصفائح الدموية خلال ٣ - ٧ أيام أما كريات الدم الحمراء فيتم تعويضها بالكامل في أقل من شهر من التبرع.*

* بنك الدم عالم التطوع العربي ٢٠٠٦-٢٠٠٩ <http://s.v22v.net/bRnC>

* مستشفى الملك فيصل التخصصي ومركز الأبحاث <http://s.v22v.net/OKSv>

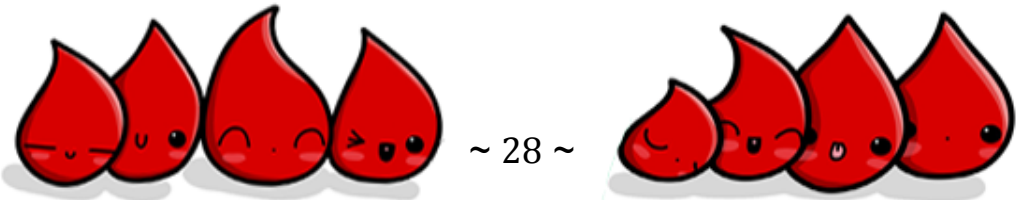


أهم النصائح للمتبرع بعد انتهائه من عملية التبرع :

- ١/ الاسترخاء والراحة لمدة ١٠ - ١٥ دقيقة.
- ٢/ تجنب الرياضة العنيفة كالجري وحمل الأثقال.
- ٣/ من الأفضل تجنب التدخين بعد التبرع.
- ٤/ عدم استعمال الذراع التي تم سحب الدم منها في حمل الأشياء الثقيلة لمدة ١٢ ساعة.
- ٥/ تناول بعض المرطبات بعد التبرع و الإكثار من شرب السوائل.
- ٦/ عدم إزالة اللاصق الطبي من مكان إبرة التبرع لمدة ١ - ٣ ساعات.
- ٧/ إذا تكونت كدمة زرقاء تحت مكان الإبرة فلا تقلق ستزول تلقائياً.
- ٨/ يستحسن عدم السفر بالطائرة أو تسلق الأماكن المرتفعة لمدة (٦ - ٨) ساعات.*

* جريدة الرياض: ما هو التبرع بالدم ، د. عبدالله النويصر ، الخميس ٢٧ ذي القعدة ١٤٣١هـ - ٤ نوفمبر ٢٠١٠م - العدد ١٥٤٧٣

<http://www.alriyadh.com/2010/11/04/article574257.html>



اتصل بمركز التبرع بالدم أو طبيبك إذا كنت:

- ١/ تشعر بالغثيان أو بدوار بعد الراحة أو بعد الأكل والشرب.
- ٢/ استمرار النزيف أو ألم في موقع الحقن عند إزالة الضماد.
- ٣/ شعور بالألم أو وخز أسفل الذراع في الأصابع.
- ٤/ إذا أحسست بالمرض مع أعراض الرشح والأنفلونزا مثل : الحرارة ، صداع أو التهاب في الحلق في غضون أربعة أيام بعد الانتهاء من التبرع بالدم . *

هل يوجد بديل لنقل الدم التقليدي؟

من الممكن الاستفادة من الدم الخاص بك عن طريق عملية « نقل الدم الذاتي» وذلك عن طريق أخذ بضع وحدات من دم المريض التي يجب فيه توفر شروط معينة ، وتخزين هذه الوحدات لاستعمالها أثناء العمليات الجراحية المزمع القيام بها في وقت لاحق. من الممكن الاستفادة من الدم المفقود أثناء إجراء بعض العمليات الجراحية وإعادته للمريض مرة أخرى وذلك باستخدام أجهزة خاصة مصممة لهذا الغرض. **

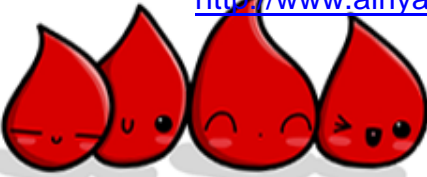
*البوابة الإلكترونية لوزارة الصحة -اليوم العالمي للتبرع بالدم ٢٠١٢- ١٧ رجب ١٤٣٣هـ

<http://s.v22v.net/Zpz1>

** جريدة الرياض: ما هو التبرع بالدم ، د. عبدالله النويصر ، الخميس ٢٧ ذي القعدة ١٤٣١هـ - ٤

نوفمبر ٢٠١٠م - العدد ١٥٤٧٣

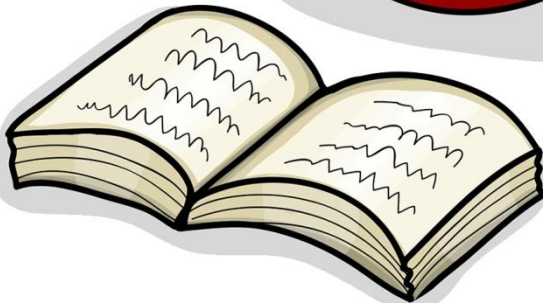
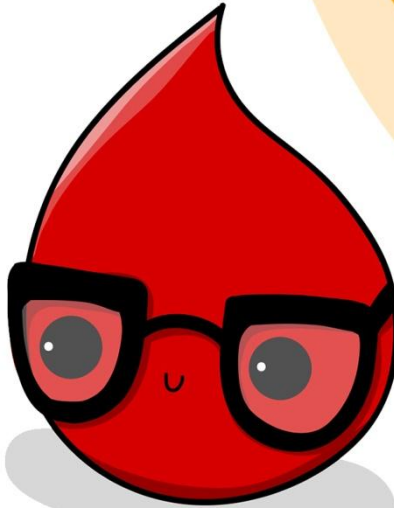
<http://www.alriyadh.com/2010/11/04/article574257.html>



الباب الرابع

• معلومات و حقائق

• روابط فديهمك



معلومات وحقائق :

- إذا كان الشخص بالغًا وبصحة جيدة عادة يستطيع التبرع بالدم دون مخاطر على صحته ، ويعوض الجسم السوائل المفقودة في غضون ٢٤ ساعة .
- لدى الرجال فرصة أكبر للتبرع بالدم أكثر من النساء بسبب أن النساء تحدث لديهن تغيرات فسيولوجية تمنعهن من التبرع مثل الحمل ، الإجهاض ، فقر الدم ونقص الوزن وغيرها.
- يعتمد التبرع بالدم على المعايير الطبية و المخبرية الخاصة والمحددة.
- جميع المعدات الطبية المستخدمة أثناء عملية التبرع تكون معقمة وتستخدم مرة واحدة فقط ومن ثم يتم التخلص منها.
- شعور المتبرع ببعض الألم والوخز والدوار أثناء دخول الإبرة لسحب الدم أمر عادي وسرعان ما يتلاشى هذه الإحساس.
- المملكة العربية السعودية تقدم لشخص المتبرع بأكثر من ١٠ مرات وسام الملك عبد العزيز الثالث عشر تقديرًا لفعله النبيل .
- وأيضا كليه الملك خالد العسكرية تقدم نوط الشجاعة لمن يتبرع. *

*البوابة الإلكترونية لوزارة الصحة -اليوم العالمي للتبرع بالدم ٢٠١٢- ١٧ رجب ١٤٣٣هـ

<http://s.v22y.net/IDP>



روابط قد تهكم :

موقع وزارة الصحة :

<http://www.moh.gov.sa/Pages/Default.aspx>

اليوم العالمي للتبرع بالدم :

<http://www.who.int/worldblooddonorday/en/index.html>

بنوك الدم في السعودية :

"كل يغني على ليلاه" .. ومطالبة المرضى بتوفير متبرعين قبل موعد العمليات

<http://s.v22v.net/bUuF>

بنك الدم :

[/http://b-blood.org](http://b-blood.org)



المصادر والمراجع

*كتاب فصائل الدم (الغذاء المناسب لها) د. غسان جعفر طبعه الاولى ٢٠٠٦ م - ١٤٢٦ هـ.
* جريدة الرياض : العمر: التبرع بالدم يجب ألا يتجاوز ٨٪ من دم الإنسان ، د. نايف الحربي .
الخميس ٤ ربيع الآخر ١٤٢٦ هـ - ١٢ مايو ٢٠٠٥ م - العدد ١٣٤٧١

<http://www.alriyadh.com/2005/05/12/section.home.html>

*جريدة الرياض : أمراض الدم الوراثية د. عبدالله بن حسين الجفري الخميس ١٣ جمادى الآخرة
١٤٣١ هـ - ٢٧ مايو ٢٠١٠ م - العدد ١٥٣١٢

<http://www.alriyadh.com/2010/05/27/section.home.html>

* جريدة الرياض: ما هو التبرع بالدم ، د. عبدالله النويصر ، الخميس ٢٧ ذي القعدة ١٤٣١ هـ - ٤
نوفمبر ٢٠١٠ م - العدد ١٥٤٧٣

<http://www.alriyadh.com/2010/11/04/section.home.html>

* جريدة الرياض : التبرع بالصفائح الدموية د. هند الحميدان . الخميس ٢٧ ذي القعدة ١٤٣١ هـ -
٤ نوفمبر ٢٠١٠ م - العدد ١٥٤٧٣

<http://www.alriyadh.com/2010/11/04/section.home.html>

*جريدة الرياض : أمراض الدم الوراثية د. محاسن الصالح الخميس ٦ شعبان ١٤٣٢ هـ - ٧ يوليو
٢٠١١ م - لعدد ١٥٧١٨

<http://www.alriyadh.com/2011/07/07/section.home.html>

* البوابة الإلكترونية لوزارة الصحة - اليوم العالمي للتبرع بالدم ٢٠١٢ - ١٧ رجب ١٤٣٣ هـ
<http://www.moh.gov.sa/Pages/Default.aspx>

* بنك الدم عالم التطوع العربي ٢٠٠٦ - ٢٠٠٩
<http://www.arabvolunteering.org/blood>

* مستشفى الملك فيصل التخصصي ومركز الأبحاث
<http://s.v22v.net/m2Vo>

*ملتقى منسوبي وزارة الصحة - شروط وموانع التبرع بالدم
<http://www.e-moh.com/vb>

<http://www.medicinenet.com> *

<http://www.sehha.com/index.shtml> *



كلمه ختام :

قطره الدم تعني لهم الحياة . عندما تتبرع بجزء بسيط من دمك أنت تستطيع مساعده أشخاص يحتاجون لو قطره من الدم .

أنت في نعمة كبيره جداً ويجب عليك الشكر والحمد لله عليها ومن أمثله شكر الله عليها أن تتبرع بدمك ومساعده الآخرين حيث أنهم يقضون أوقات طويلة لعثور على المتبرع المناسب.

الفهرس

م	الموضوع	رقم الصفحة
١	مقدمة .	٣
٢	الباب الأول : الدم ومكوناته .	٤
٣	الباب الثاني : أمراض الدم الوراثية وسرطان الدم وطرق الوقاية منها .	١٢
٤	الباب الثالث : التبرع بالدم وأنواعه .	١٨
٥	الباب الرابع : حقائق ومعلومات ، روابط قد تهمك .	٣٠
٦	المراجع والمصادر .	٣٣
٧	كلمة ختام .	٣٤
٧	الفهرس .	٣٥

Draw by; www.nurah-at-n.com

