



UNGT BLOD i sommerlandet

side 15

Første tapning
side 6-7

Hvem er den
danske donor?
side 8-9

Alvorlig
blodsygdom
side 10-13



Bliv donor

Går tøvende ind gennem den tunge dør
Prøver at ignorere stanken af hospital
Bløder allerede ved synet af en
hulkindet mandsling der med sitrende stemme
klager over sygeplejerskerne
til tilknappede pårørende

På et blodrødt skilt står: blodbank 1. sal
Hér danner en farvestrålende kontorpige
Kontrast til de sterile hvide vægge

Har De haft syfilis?
Benægter det sort på hvidt
Føres derefter bort af en kernesund
Blondine i hvid kittel
Trykkes af en imaginær hånd ned på en sort briks

Hvilken arm vil De stikkes i?
Piller nervøst ved højre manchetknop

Er De overfølsom over for jod?
Mens ordene udtales stranguleres overarmen
Og kold jod smøres ud på underarmen

Er De venlig at knytte hånden?
En overflødig bemærkning
Thi synet af en gigantisk nål
Har allerede knyttet hele kroppen

Søger rædselsslagen hjælp i hendes dybblå øjne
Men nålen nærmer sig ubønhørligt
Man prøver tænderskærende at holde grimassen
Det lykkes – næsten

Forundret betragter man sit hjerteblod
Der løber fra armen ned i blondinens plasticpose
En heroisk lykkefølelse breder sig langsomt
Idealisme og næstekærlighed
Vokser proportionalt med åreladningen

En svag prikken fjerner romantikken
Man erfarer mat at netop den halve liter
Indeholdt ens energi og kraftreserve

Senere løber en kælder-kold Tuborg den anden vej
Og man er langsomt ved at genvinde det tabte

Tak for hjælpen! Smiler malkepigen

En smule fortumlet
vandrør man bagefter ned ad Nordre Fasanvej
Med en vidunderlig fornemmelse af
At det var det hele værd



Ja, sådan foregik mit første møde
med Frederiksberg Hospitals
blodbank, som den så ud i juli
1967.

Indtrykkene var så stærke og
mange, at jeg simpelthen var nødt
til at skrive ovenstående digt.

Jeg kommer der stadig hér i 2010
Er lige blevet tappet for 116. gang.

I skulle prøve det, men pas på – det er stærkt
vanedannende!

Niels-Anker Hansen
Herlev, maj 2010

Vi har startet en serie med
input fra Donor Nyts læsere.
Teksterne vil skildre donorenes
dagligdag, sjove episoder
i blodbanken, særlige be-

givenheder og meget andet,
som donorerne oplever.
Har du en god historie til
"Donorklummen", så send den
til donor-nyt@bloddonor.dk



Der bliver sparet på blodet



I mange år har vi set, at de danske sygehuse har brugt meget blod. Faktisk har vi her i landet haft

verdens højeste forbrug, hvilket kun har været muligt takket være vores mange gode bloddonorer. I er trofast kommet til blodbanken, når vi har kaldt på jer – og for det skylder vi jer en stor tak.

Men at have et stort blodforbrug er faktisk ikke udelukkende positivt. Behandling med blod kan nemlig have bivirkninger på lige fod med medicin, og derfor skal vi dosere med lempe. Det har vist sig, at lægerne med forbedret kirurgi og øget fokus på blodforbruget har kunnet nedbringe forbruget betydeligt. Nogle sygehuse har ansat personale, der vurderer, hvordan man bedst muligt kan spare på de dyrebare dråber. Gennem uddannelse og kontrol af hvad blodet bliver brugt

til, bliver personalet på sygehusafdelingerne endnu bedre til kun at give blod, når der ikke er andre muligheder, hvilket er til gavn for patienterne.

Kurven er knækket

Når et sygehus eller en hospitalsafdeling først går i gang med at spare på blodet, går der op mod et år, før det slår igennem hos hele personalet. Der er mange indgroede vaner, der skal ændres, men vi ser allerede nu, at forbrugskurven er knækket. Vi forventer på landsplan at se et fald i blodforbruget på omkring fem procent i 2010 sammenlignet med 2009.

Vi skal imidlertid finde en balance, hvor vi samtidig passer på, at vi ikke sparer så meget, at det går ud over patienterne, for de vil også i fremtiden have brug for donorblod. Vi skal blot forvalte donorernes gaver endnu bedre end hidtil.

Når vi sparer på blodet, vil det i et vist omfang påvirke donorerne. I vil sandsynligvis opleve, at blod-

banken ikke kalder på jer helt så ofte som før. Det betyder dog ikke, at I ikke er værdsatte, eller at I betyder mindre for patienternes behandling. Tværtimod er det meget vigtigt, at I holder ved og fortsætter som donorer, da vi om nogle år – i takt med at befolkningen som helhed bliver ældre – må imødesee en stigning i blodforbruget.

Med venlig hilsen

Bjarne Møller
Ledende overlæge
Blodbanken i Skejby &
Formand for Dansk Selskab
for Klinisk Immunologi

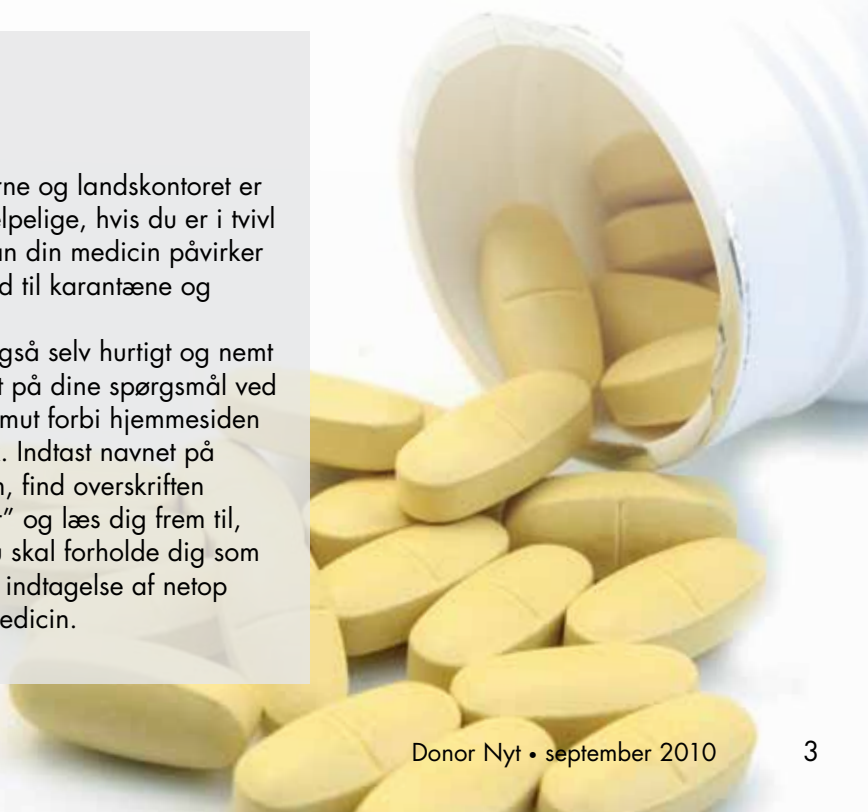
(blodbanklægenes faglige sammenslutning, red.)

Piller eller ej

En af forudsætningerne for at melde sig som bloddonor er, at man er sund og rask. Men selv de raskeste af os må fra tid til anden ty til piller i kampen mod allergi, hovedpine, tandpine osv. Som donor skal man imidlertid altid være opmærksom på, om den type medicin, man indtager, kan få konsekvenser for et besøg i blodbanken. Visse former for medicin kan nemlig udløse karantæner – enten midlertidigt eller i enkelte tilfælde permanent.

Blodbankerne og landskontoret er altid behjælpelige, hvis du er i tvivl om, hvordan din medicin påvirker dig i forhold til karantæner og tapning.

Du kan også selv hurtigt og nemt finde svaret på dine spørgsmål ved at tage et smut forbi hjemmesiden **medicin.dk**. Indtast navnet på din medicin, find overskriften "Bloddonor" og læs dig frem til, hvordan du skal forholde dig som donor efter indtagelse af netop den type medicin.





Jesper Villumsen, ny generalsekretær hos Bloddonorerne i Danmark

Ny general

Foryngelseskuren hos Bloddonorerne i Danmark fortsætter og ud over et nyt design samt mange nye unge bloddonorer har organisationen nu fået et nyt, ungt ansigt i form af generalsekretær, Jesper Villumsen, på 34 år.

Tekst: Mikkel Dybtved Andersen

Foto: Leif Tuxen og Bloddonorerne i Danmark



Jesper i sit frivillige arbejde. Her som informatør på Skanderborg Festival 2007.

Titlen "generalsekretær" er en forunderlig størrelse, for hvad skal man være mest – general eller sekretær? Hos Bloddonorerne i Danmark er arbejdsfordelingen mellem de to titler meget ligeligt fordelt, og da Jesper Villumsen satte sig i generalsekretærstolen den 1. august, var han godt klar over dette:

– Jeg vil arbejde for de tiltag, som vores forretningsudvalg beslutter i donorerne tjeneste, og så vil jeg sikre mig, at alle de frivillige i organisationen ved, hvor de skal gå hen med deres idéer og deres engagement, siger Jesper om sine to hovedopgaver.

At tjene donorerne

Generalsekretæren hos Bloddonorerne i Danmark vil hele tiden have fingeren på pulsen i forhold til, hvad der er vigtigt for donorerne, og i den forbindelse være det primære bindeled mellem landskontoret og donorerne via de 66 donorkorps:

– Donorkorpsene er selvstændige enheder, der i hvert deres lokalområde skal sørge for, at alle donorerne er glade og tilfredse. Der, hvor

hos Bloddonorerne

Jeg kommer ind i billedet, er i forhold til den generelle videnuddeling, forklarer generalsekretæren og uddyber, at hvis et donorkorps gør noget rigtig godt i en by, så er der ingen grund til, at de øvrige donorkorps også selv skal til at opfinde den samme dybe tallerken. Således er en af de første opgaver for Jesper en tur rundt til alle egne af landet, hvor han vil tale med donorkorpsene om, hvad der rører sig, og hvilke udfordringer de står med.

Organisationen skal frem

En anden ting, Jesper vil tage hånd om, er Bloddonorerne i Danmark som organisation:

– Vi har gennem flere år set, at donorkorpsenes bestyrelser får flere og flere yngre kræfter ind, og det er en tendens, jeg gerne vil støtte op om, slår Jesper fast og fortsætter:

– Det er vigtigt med nogle unge mennesker i bestyrelserne, så vi kan komme ud og skaffe endnu flere unge donorer. Dermed sikrer vi, at vi altid har blod nok til patienterne, uden at skulle bekymre os for meget om de store årgange, der er på vej på donorpension.

Jesper vil også øge samarbejdet med andre store organisationer

samt de offentlige myndigheder:

– Med 237.000 donorer skal vi hele tiden sikre os, at vi bliver hørt, og jeg vil her i løbet af efteråret få en travl kalender.

Jesper er ikke ny

Historien om den nye generalsekretær begyndte ikke med ansættelsen den 1. august, men allerede tilbage i december 2005:

– Jeg kontaktede det lokale donorkorps umiddelbart efter, at jeg var flyttet til Esbjerg, fordi jeg gerne ville være med til at gøre en forskel, siger han om sin entré som ung informatør hos Bloddonorerne i Danmark.

Siden dengang har tingene langsomt grebet om sig, og Jesper kom med i bestyrelsen for Bloddonorerne i Esbjerg, bestyrelsen for Bloddonorerne i Region Syddanmark, Bloddonorerernes landskomité og senest i Bloddonorerernes forretningsudvalg.

Men selv om Jesper kom med i organisationens styrende organer, har han hele tiden brændt for ungdomsarbejdet, og han har et utal af gange taget nystartede informatører med ud på opgaver:

– Som ny er der mange ting, man skal lære, så jeg tog de unge med ud på gader og stræder og

fik på den måde vist dem, at det ikke er farligt at henvende sig til folk for at få dem til at blive bloddonorer, smiler generalsekretæren.

Han har også i alle årene skrevet et nyhedsbrev, der cirka hver anden måned er gået ud til alle informatørerne i Region Syddanmark.

Fra chef til generalsekretær

Jesper har allerede været vidt omkring. Han er født i Roskilde, opvokset i Grenaa, har studeret i Århus og arbejdet i Esbjerg. Men historien tæller også længere ophold i Holland, hvor han var udvekslingsstuderende samt et halvt års udstationering på Danmarks ambassade i Ukraine.

Han blev færdig som cand. scient.pol. tilbage i 2005 og har siden da arbejdet i Sikkerhedsstyrelsen, der ligger i Esbjerg. Her startede han som fuldmægtig og meget lig sin himmelflugt hos Bloddonorerne rykkede han hurtigt op i hierarkiet og sluttede af med en post som administrationschef.

Stillingen hos Bloddonorerne i Danmark blev søgt af en meget simpel grund:

– Hvor tit får man ellers lov til at arbejde med det, der er ens hobby?, lyder det retoriske svar. ♦

CV

2009 – 2010: Administrationschef, Sikkerhedsstyrelsen

2007 – 2008: Sekretariatsleder, Sikkerhedsstyrelsen

2005 – 2007: Fuldmægtig, Sikkerhedsstyrelsen

2005: Cand.scient.pol. fra Aarhus Universitet

1996: HHX fra Grenaa Handelsskole

GENERALSEKRETÆREN

Titlen som generalsekretær gives til lederen af sekretariatet hos Bloddonorerne i Danmark. Jobbet består i at lede organisationen, der har et årligt budget på omkring otte millioner kroner, samt landskontorets seks medarbejdere.



Den første gang

Tekst og foto:
Chelina Anneli Jensen

At blive donor er for mange et stort skridt, men det behøver ikke nødvendigvis at være meget nervepirrende.

Der er dejligt svalt i blodbankens venteværelse på Odense Universitetshospital. Udenfor har solen travlt med at skinne på en af årets første rigtig varme sommerdage. 18-årige Lars Uldum træder ind i venteværelset og går direkte hen til de opstillede skærme, hvor han udfylder et elektronisk spørgeskema. Det er første gang, Lars skal tappes.

– Jeg er faktisk ikke så nervøs. Jeg kan vel tage en lur under tapningen, smiler Lars, mens han tager plads på de nye bænke i venteværelset.

Tilfældig tilmelding

Lars meldte sig som bloddonor i december 2009 kort efter, at han fyldte 18. Han var ikke klar over, at man i dag kan melde sig allerede som 17-årig.

– Beslutningen om at melde mig som bloddonor var faktisk ret impulsiv, fortæller Lars og fortsætter:

– Min mor har selv været bloddonor længe og har selvfølgelig skubbet lidt på, men så en dag så jeg Donor Nyt på vores køkkenbord. Jeg bladrede lidt rundt i det og opdagede en slip på bagsiden, man kunne udfylde. Lars tog bladet med hen til sin mor, og sammen blev de enige om, at han skulle udfylde slippet:

– Det var ikke så svær en beslutning. Jeg synes, det er en nem måde at hjælpe andre, der har brug for det, siger Lars.

Da Lars havde indsendt slippet og udfyldt det spørgeskema, som kom retur, mødte han op til den første prøvetapning kort før årsskiftet.

– Min mor skulle til tapning, så hun var med, da jeg fik taget de første prøver.

Formålet med prøvetapningen er at tjekke blodet for sygdomme som for eksempel hiv og hepatitis og så at fastslå blodtypen hos donoren. Lars, der er sund og

rask og har blodtype A RhD positiv, blev efter prøvetapningen indkaldt til sin første rigtige tapning i juni måned.

Op på briksen

Efter at Lars har været inde og fået "ok" på spørgeskemaet, er han klar til at blive tappet. Han går ind i selve tappelokalet, hvor seks-syv brikse står klar. Enkelte af briksene er optagede af donorer, som er i fuld gang med at blive tappet. Lars lægger sig på en blå briks, og en sygeplejerske kommer hen. Det er sygeplejerske Britt Egebæk Iversen, som i dag skal tappe den unge førstegangsdonor. Britt tjekker blodårerne i Lars' arme og konstaterer, at de begge egner sig fint. Valget falder på den højre, og hun sætter et elastikspænde på Lars' overarm, så blodåren bliver tydeligere. Meldingen fra Lars er, at han er helt klar og afslappet, men han kigger alligevel væk, da Britt lægger nålen i hans arm.



Kender DU nogen,
som bør være bloddonor?
Gør som Lars' mor og giv
dit Donor Nyt videre.

Smertefrit

– Det her er jo næsten helt smertefrit, siger Lars og kigger på blodet, der strømmer ned i posen.

– Det går også rigtig fint, men du må gerne rulle lidt rundt med den her i hånden, siger Britt. Lars får en lille, hjerteformet gummibold i hånden og begynder at trille rundt med den. Så går snakken ellers lystigt mellem Britt og Lars, da Britt skal blive hos Lars gennem hele første tapning for at se, hvordan han og hans krop reagerer på at blive tappet.

Britt spørger, om Lars kender andre, der giver blod – måske nogle venner – men ingen af Lars' venner er bloddonorer.

– Nogle af dem er bange for nåle, og andre siger, at de ikke har tid, siger Lars og ryster lidt på hovedet. Han siger dog, at han vil prøve at prikke til nogle af vennerne igen, da det jo næsten er smertefrit at give blod.

Før Lars ved af det, er hans

første tapning veloverstået. Han får en citronvand og noget lys chokolade af Britt, der fortæller, at han som føstegangsdonor skal blive liggende i 20 minutter, så han lige har tid til at mærke, om han nu også er klar til at gå. Lars føler sig helt frisk og har stadig en god kulør i ansigtet.

– Det var slet ikke slemt, det gik jo rigtig nemt, siger Lars og tager en slurk citronvand.

På gensyn til efteråret

De 20 minutter er gået, og Lars rejser sig fra det bløde, blå underlag på briksen, der har været hans plads de sidste tre kvarter.

– Jeg kan jo ikke blive liggende her hele dagen, griner han og bevæger sig ud i solskinnet for at komme hjem og spille golf med sin far.

Blodbanken ser ham snart igen. ♦

FAKTA

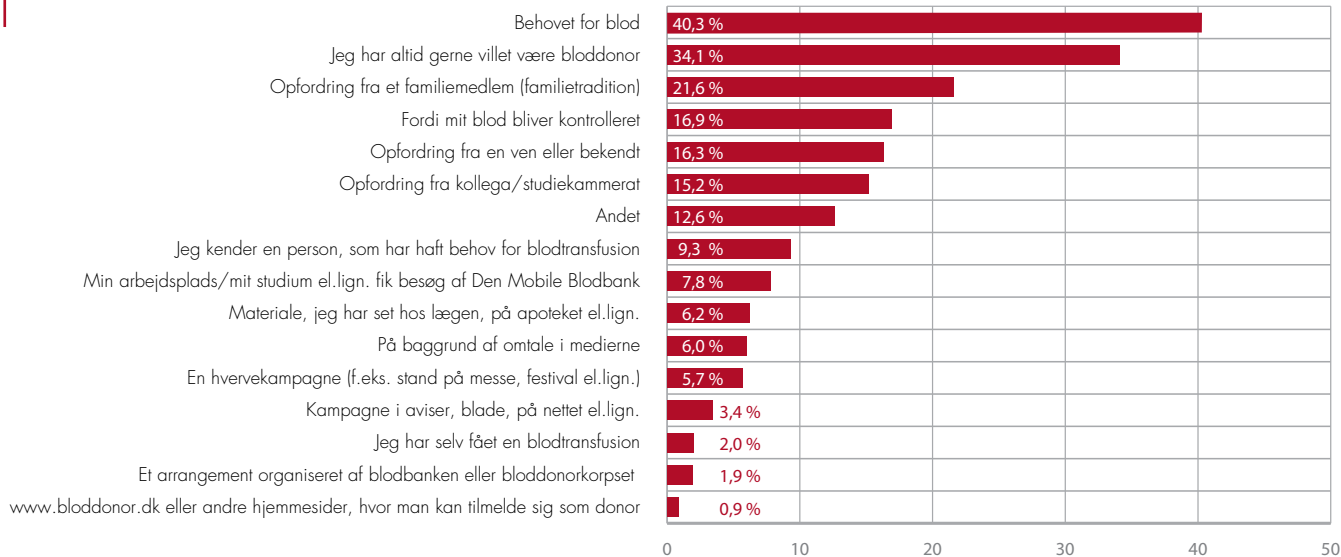
Danmark har cirka **237.000** bloddonorer, hvilket er et meget passende antal, da hver donor dermed i snit kommer i blodbanken **1,5** gang om året. Bliver donorerne tappet mere, går det ud over nødbereidskabet, og bliver de tappet mindre, mister donorerne tilknytningen til blodbankerne.

I 2009 blev der foretaget **372.061** tapninger.

Hvert år er der brug for **25.000** nye donorer som erstatning for dem, der må lægge donorgeneringen bag sig på grund af alder, sygdom eller andre omstændigheder.



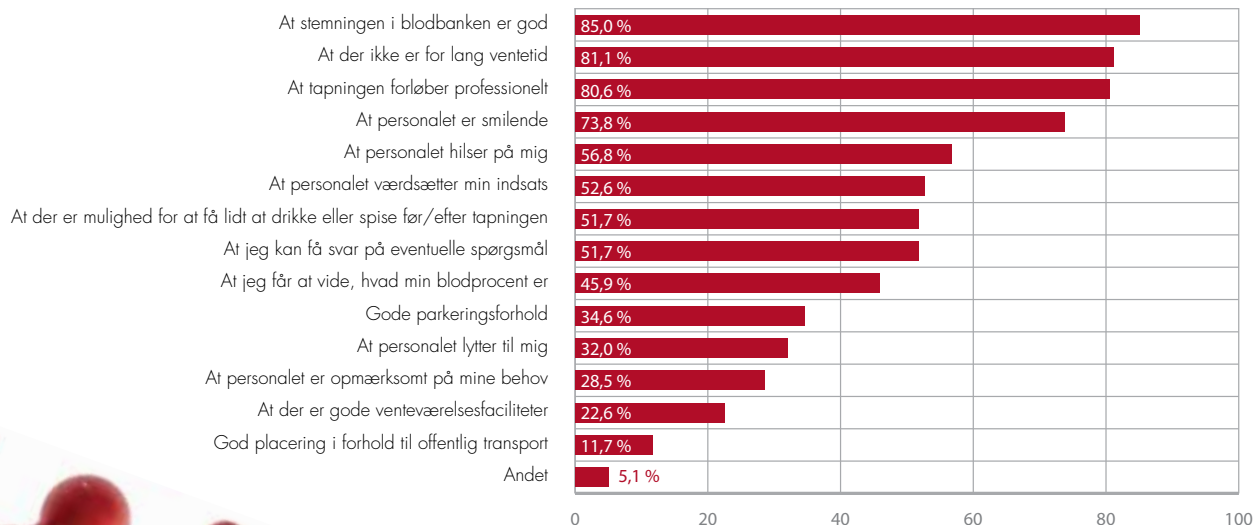
Hvad fik dig til at melde dig som bloddonor?



Man må gi' blod for at få blod

Citat fra undersøgelsen

Hvilke faktorer er medvirkende til, at dit besøg i blodbanken bliver en god oplevelse?



- **58** procent af donorerne er kvinder.
- **58** procent er gift, og **70** procent har børn.
- Over **60** procent af donorerne har en videregående uddannelse, mens omkring **17** procent har en erhvervsuddannelse.
- Over **50** procent har en husstandsindkomst på over **450.000** kroner.

Bloddonorerne ser TV2 og lytter til P3

En ny undersøgelse blandt landets donorer viser, at donorerne i de danske blodbanker er yderst tilfredse med den service, blodbankerne yder, og at antallet af unge donorer stadig er stigende.

Tekst: Grit Feldsted Radich og
Mikkel Dybtved Andersen

Kort før sommerferien gennemførte Bloddonorerne i Danmark en undersøgelse blandt en tilfældigt udvalgt gruppe af landets 237.000 bloddonorer. Resultatet af undersøgelsen viser, at den danske bloddonorbefolkning er lige så alsidig, som den generelle danske befolkning er det: Alle samfundslag, alle aldre og alle regioner er nemlig repræsenteret blandt donorerne.

Alligevel kan man på baggrund af undersøgelsen tegne et billede af, hvem den "typiske" danske bloddonor er.

Hvem er hvem?

Den typiske danske bloddonor er en kvinde sidst i 30'erne, hun er gift og har børn. Hun har en videregående uddannelse, en husstandsindkomst på over 450.000 kroner, og så engagerer hun sig i mere og andet end blot bloddonorsagen – for eksempel ved at støtte Kræftens Bekæmpelse eller en anden patientforening.

Kan du ikke genkende dig selv i denne beskrivelse, så fortvivl ej! De danske donorer er nemlig lige så forskellige, som vi mennesker er generelt. Det fremgår helt tydeligt af undersøgelsen, som dog også peger på, at flertallet af de danske donorer foretrækker TV2 frem for DR1, P3 frem for P4, samt regionale aviser frem for de landsdækkende dagblade.

Tre ud af fire donorer er på

internettet flere gange dagligt, og blandt de sociale medier er Facebook et klart hit.

Kigger man på de værdier, som donorerne vægter højest er "Ansvarlighed", "Ærlighed" og "Kærlighed" i top tre!

Samfundsbevidste donorer

Netop det med at tage ansvar er tydeligvis noget, som ligger de danske donorer på sinde. For hvad enten man er kvinde eller mand – 17 eller 66 år gammel – udtrykker hele 40 procent af donorerne, at de har meldt sig under den blodrøde fane, fordi der er et behov for blod. For 34 procent af donorerne har det også været

Det koster mig så lidt

Citat fra undersøgelsen

afgørende for motivationen, at de altid gerne har villet give blod. Undersøgelsen peger også på, at de eksisterende donorer gør en stor indsats for at skaffe nye donorer. Over halvdelen af donorerne har nemlig meldt sig på opfordring fra venner, familie eller kollegaer – og knap ti procent kender selv nogen, der har haft behov for blod.

Tilpas mange besøg i banken

Omkring en tredjedel af alle donorer har startet deres donorkarriere inden for de seneste fem år, og langt de fleste har været i blodbanken tre eller fire gange inden for det seneste år. Og

antallet af besøg i blodbanken er præcist, som det skal være. Faktisk mener 62 procent af donorerne, at de bliver tappet det antal gange, de har lyst til, mens 37 procent gerne vil tappes endnu oftere. Dermed er der mindre end én procent af donorerne, der føler, at blodbanken ringer for tit.

Heldigvis viser undersøgelsen også, at 93 procent af alle donorer føler sig meget velkomne i blodbanken. Donorerne lægger specielt meget vægt på, at der er en generelt god stemning, når de ankommer for at give blod, at tapningen forløber professionelt, samt at personalet er smilende. Men det er også vigtigt, at venteforholdene er i orden, og at ventetiden ikke er for lang.

De unge er kommet med

Der har længe været en frygt for, at den generelle demografiske udvikling – med flere ældre i befolkningen – ville slå igennem blandt donorerne. Men takket være kampagner rettet mod de unge kan vi nu se, at den danske donorbefolkning bliver yngre og yngre. Ifølge undersøgelsen er knapt 22 procent af alle donorer under 30 år. Fordelingen blandt de øvrige aldersgrupper ser ligeledes rigtig fornuftig ud og stemmer overens med aldersfordelingen i Danmark. Dermed burde der også i fremtiden være nok donorer til at efterleve kravet om blod til patientbehandling. ♦



Flugten mod et bedre liv

Ikke alle steder i verden er det en selvfølge, at man kan modtage blod gratis. Det gør det svært, når ens liv afhænger af livslang blodbehandling. Læs historien om Azita Rezai, der takket være sine forældre fik et bedre liv med mindre usikkerhed og større livsglæde.

Tekst og foto:
Stine Mandrup Lund

Inde bag Herlev Hospitals høje mure sidder en ung pige ved navn Azita Rezai. I sin blodrøde top sidder hun med sin laptop i skødet, og første indskydelse er, at hun er besøgende og ikke patient – men det er hun. Azita bruger faktisk rigtig mange timer her, fordi hun lider af blodsygdommen thalassæmi, der betyder, at hun hver fjerde uge skal modtage blod i cirka seks timer ad gangen.

Have a good time

Azita er 22 år, læser til daglig til sygeplejerske og har masser af kreative hobbyer såsom at lave smykker, sælge tøj og drøne rundt på scooteren. Hun er vild med wellness og vil generelt bare gerne "have a good time" sammen med veninderne. Alt dette skal så bare passes ind sammen med thalassæmien.

Oprindeligt er Azita og hendes familie fra Afghanistan. Efter at forældrene bemærkede, at Azita altid var bleg og kun skind og ben, gik vejen forbi en læge, hvis rolle det blev at overdrage den dårlige nyhed: Azita led af den arvelige sygdom thalassæmi. Hendes forældre fik ved samme lejlighed at vide, at de burde opgive Azita og i stedet få et andet barn.

Stædigt flygtede familien Rezai til Iran, hvor forholdene var bedre og chancen for at overleve med thalassæmi større. Azita kom i behandling, men desværre var medicin og behandling så dyr, at familien måtte søge støtte.

FN trådte ind og arrangerede, at Azita



og hele familien blev flyttet til Danmark, hvor et nyt liv og den livslange behandling kunne begynde.

Tilpasser drømmen til livet

Det sværeste ved sygdommen var, da Azita for mange år siden så et program om thalassæmi, der fortalte, at gennemsnitslevealderen for thalassæmi-patienter blot var 40 år.

– Det var et slemt slag, og jeg tænkte: Hvorfor mig? Det var som at få en spand kogende vand ned ad ryggen, forklarer Azita, der efter at have fordøjet denne oplysning valgte at vende situationen til sin fordel.

– Så tænkte jeg: Fint nok. Hvis min gennemsnitslevealder ikke tilpasser sig mine ønsker, så må mine ønsker tilpasse sig min levealder.

Derfor valgte hun at blive sygeplejerske i stedet for læge – så er der også tid til en familie. I dag er gennemsnitslevealderen dog steget til 60-70 år, så Azita kan se frem til et langt liv.

Thalassæmien påvirker Azita mest i den sidste uge, inden hun skal på Herlev Hospital og have blod igen. Her bliver hun træt og uoplagt. Det gør kun ondt, hvis hun overbelaster sig selv ved for eksempel at løbe efter bussen eller tage trapperne.

– På fjerde uge tager jeg elevatoren. Jeg tager det roligt og bliver i sengen.

En inspiration for andre

For to år siden var Azita med til "The Paneuropean Conference on Thalassaemia". Her mødte Azita en masse andre thalassæmi-patienter fra hele verden, og det var en inspiration for hende at se, at så mange af dem havde succes med at leve deres liv, selv om deres hverdag, ganske som Azitas, var præget af sygdom.

– Det betød så meget for mig at se de mennesker, få den inspiration og se, at de havde klaret den. Jeg kendte ikke andre patienter end mig selv dengang, så jeg plejede at tænke: Hvor bliver de af? – Dør de?

Heldigvis har Azita bevaret sit gode humør, og hendes positive tilgang til livet smitter også af på hendes omgivelser.

Blod er et privilegium

Det betyder meget for Azita, at der findes donorer i hverdagen. Ikke kun af simple overlevelsesgrunde, men også den psykiske ro.

– Jeg kan altid være sikker på, at der kommer blod, og det gør, at sygdommen ikke er en trussel hele tiden. Det giver tryghed i hverdagen og en følelse af normalitet.

Azita understreger sin taknemmelighed over at kunne leve i et land som Danmark, hvor der er så mange frivillige bloddonorer, og hvilket privilegium det er.

– Man kan ikke være andet end taknemmelig, for det er ikke alle lande, der har et så velfungerende donorsystem, og det fandtes ikke der, hvor jeg flyttede fra.

Azita har desuden valgt at bruge sin sygdom til noget positivt og har netop meldt sig som ung informatør hos Bloddonorerne. Som ung er det let for eksempelvis gymnasieelever at forholde sig til, at det er Azita, en ganske almindelig ung pige, der har behov for deres blod.

– Jeg er jo rimelig egoistisk, fordi jeg er afhængig af blodet, så jeg bliver ved med at være informatør, siger Azita med et glimt i øjet.

Vil altid være åben

Azita fortæller, at der er mange mennesker med thalassæmi, der ikke vil tale om det. Det strider til gengæld fuldstændig imod Azitas åbne og imødekommende natur.

– Jeg har altid været meget åben om min sygdom. Den er en del af mig – ikke en fejl eller et handicap. Jeg er født sådan, og det er meningen, at jeg skal være sådan.

Derfor er det vigtigt for Azita at fortælle sin historie.

– Jeg håber, at der er mennesker, der kan se, at de ikke er de eneste, der kæmper med en sygdom hver dag. De er ikke alene. Jeg er en af dem og har klaret det i 22 år indtil videre.

Inden vi skal til at takke af, gør Azita det meget klart, at hun ikke ville have det så godt i dag, hvis det ikke var for hendes forældre.

– Jeg er meget taknemmelig, og jeg takker dem ikke nok i hverdagen for, hvad de har gjort for mig, runder Azita af med et smil på læben. ♦

INFORMATØR

En informatør er et ungt menneske på mellem 17 og 30 år, der har lyst til at gøre en frivillig indsats for at informere om blod-donorsagen og hverve nye bloddonorer. Man kan sagtens være

informatør, selv om man ikke kan være bloddonor. Læs mere på bloddonor.dk under fanen Ung.

Læs mere om thalassæmi på side 12-13.



Blod hele livet

4 pakker blod over 4 timer hver 4. uge livet igennem. Sådan ser virkeligheden ud for mennesker med den arvelige sygdom thalassæmi. De tilhører en af de patientgrupper, som er fuldstændig afhængige af, at der altid er blod i blodbanken.

Tekst:
Grit Feldsted Radich

Livslang og livsnødvendig blodtransfusionsbehandling er det, de fleste thalassæmi-patienter får stillet i udsigt, når de diagnosticeres med den alvorlige form af sygdommen thalassæmi, nemlig beta-thalassæmia major. Thalassæmi nedsætter evnen til at producere hæmoglobin, som er den del af de røde blodlegemer, der transporterer ilt rundt i kroppen. Når kroppen ikke producerer hæmoglobin, kan der opstå svær blodmangel.

Livet som thalassæmi-patient
Børn født med beta-thalassæmia major udvikler svær blodmangel få

måneder efter fødslen. Blodmanglen viser sig i form af bleghed, træthed, svimmelhed og åndenød. Blicher behandlingen af disse børn ikke påbegyndt tidligt, vil de udvikle svære knogledeformiteter, såsom stort kranium, stor overkæbe, deforme ben og arme samt forstørrelse af milt og lever. Kroppens normale udvikling bremses – herunder kønsudvikling og vækst – og knoglerne bliver så skrøbelige, at de tit brækker.

Blodtransfusion hver måned
Behandling af den blodmangel, som thalassæmi medfører, består først og fremmest af blodtrans-

fusioner gennem hele livet. Her får patienten tilført ekstra røde blodlegemer, der kan forsyne kroppen med ilt. Blodtransfusionerne foretages på hospitalet hver anden til fjerde uge, afhængig af hvor alvorlig thalassæmien er. Selve transfusionen kan tage op til seks timer. Voksne danske thalassæmi-patienter behandles fortrinsvis på Herlev Hospital og kan i høj grad selv vælge, hvornår på døgnet de ønsker at få blod. Børn med thalassæmi behandles primært på Rigshospitalet.

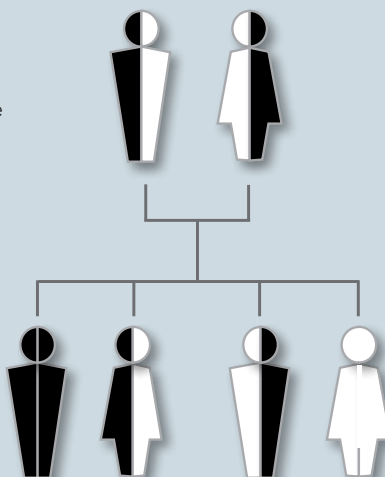
Den jernhårde bagside af medaljen

De livsnødvendige blodtransfusioner har den ulempe, at de medfører en gradvis jernophobning i kroppen. Uden behandling medfører jernophobningen ødelæggelse af organer; først og fremmest hjertet, leveren, bugspytkirtlen og hypofysen. Man kan derfor som en bivirkning udvikle hjertesygdom, leversygdom, diabetes og forskellige hormonomangler i en meget tidlig alder. At blodtransfusionerne fører til jernophobning skyldes, at hæmoglobin i de røde blodlegemer indeholder meget jern.

Jernoverskuddet fjernes med en medicin, som gives ind i en blodåre eller under huden gennem

Nedarvningsmønster for to raske bærere

Thalassæmi er en arvelig sygdom. Forældrene kan være henholdsvis "raske bærere" eller "syge". Hvis begge forældre er raske bærere, vil der være 50 procent sandsynlighed for, at de får et barn, der også er rask bærer; 25 procent sandsynlighed for, at barnet vil blive helt rask, men også 25 procent risiko for, at barnet får beta-thalassæmia major, der er den alvorlige og behandlingskrævende type. Thalassæmi diagnosticeres med en blodprøve, der også kan afsløre, om man er bærer af sygdomsanlægget.



Thalassæmi er den hyppigst forekommende arvelige sygdom i verden. I Danmark registreres der cirka to nye tilfælde af den alvorlige form for thalassæmi (beta-thalassæmia major) hvert år. I de sidste par år er der imidlertid ikke blevet født nogen børn med thalassæmi i Danmark. Dette er takket være screening af gravide. På verdensplan kan op til hele 30 % af befolkningen i visse områder imidlertid være bærere af den gendefekt, som i værste fald kan føre til thalassæmi. Disse områder, også kaldet thalassæmi-bæltet, strækker sig fra Middelhavslandene over Mellemøsten, Irak, Iran, Pakistan, Indien, Sydøstasien, Indonesien, Afrika og det sydlige Kina. Undersøgelser har vist, at to til fire procent af indvandrerbefolkningen i Danmark har gendefekten og er således disponeret for sygdommen.

en bærbar pumpe. Behandlingen varer ti til tolv timer for voksne og otte for børn og skal gennemføres fem til syv gange om ugen. Medicinen virker ved at binde sig til jernet, som derefter udskilles fra kroppen via urin og afføring.

Følger man ikke behandlingen nøje, kan jernophobningens skadelige følgevirkninger på sigt være livstruende.

Der findes nye jernfjernende lægemidler i tabletform. De erstatter i stigende grad den tidligere besværlige behandling.

Uden blodtransfusion dør børnene i småbørnsalderen, og uden jernfjernende behandling dør mange af patienterne af hjertesygdom i 20-30 års alderen.

Mulighed for helbredelse

Knoglemarvstransplantation er i dag den eneste mulighed for egentlig helbredelse af thalassæmi.

Det kræver dog en stor genetisk overensstemmelse mellem donor og modtager og er sædvanligvis kun muligt, hvis man har en egnet donor i den nærmeste familie. Dette er tilfældet hos cirka en tredjedel af patienterne. Behandlingen skal helst finde sted, når barnet er to til fem år gammelt – inden kroppen er for belastet af jernoverskud i blodet.

Fremtiden med thalassæmi

Med en effektiv blodtransfusionsbehandling og ved at sikre at jern ikke ophobes i kroppen, kan voksne med thalassæmi leve et velfungerende liv med normal uddannelse, arbejde og socialt liv – dog med de begrænsninger, de jævnlige blodtransfusioner og medicinering medfører. Ved den milde grad af sygdommen er levetiden normal. ♦

Ukendt thalassæmi-patient med svære knogledeformiteter.



THALASSÆMI OG MALARIA

Hvis man er bærer af thalassæmi, er man delvist beskyttet mod malarieinfektion, som tidligere ofte var en dødelig sygdom. Det betød, at flere bærere end individer uden denne arvelige defekt overlevede til voksenalderen,

hvor de kunne få børn, og dermed føre den arvelige egenskab videre. Derved blev der flere og flere bærere af sygdommen. Det er netop i lande, hvor malaria er eller har været hyppig, at thalassæmi findes.

Tak til professor, dr. med. Henrik Birgens fra Herlev Hospital for baggrundsinformation.

Læs mere om thalassæmi på side 10-11, hvor Donor Nyt har snakket med en patient.



Hvorfor skal jeg hvile?



Jeg har været bloddonor i mange år. Det hele foregår altid i et rart og hyggeligt miljø, og det går hurtigt og nemt.

Efter tapning bliver man altid tilbudt noget at drikke og lidt sødt eller chips. Jeg tager altid imod tilbuddet om at drikke noget, men er nok "lidt hurtigt" ude af døren igen.

Mit spørgsmål er derfor: Når man føler sig godt tilpas efter tapning

og har drukket f.eks. en sodavand, hvorfor er det så vigtigt, at man bliver i blodbanken 10 minutter efter endt tapning?

Mange hilsner fra Mette

Hej Mette

I forbindelse med en tapning mister man knapt en halv liter blod, og derfor har kroppen brug for at vænne sig til den nye situation. Det er vigtigt for kroppens funktion, at hjertet altid pumper en tilstrækkelig mængde blod ud, så vævene kan

forsynes med ilt. Denne tilpasning sker blandt andet ved en justering af puls og blodtryk. Når man er blevet tappet, vil man have en øget tendens til at besvime, hvis man rejser sig for hurtigt. Undertiden sker besvimmelsen først efter nogle minutter. Det er derfor vigtigt, at man bliver i blodbanken i mindst 10 minutter efter tapningen, så man kan få hurtig hjælp, hvis man bliver utilpas.

Med venlig hilsen
Karin Magnussen
Overlæge



Jeg er flyttet!

Kære Donor Nyt
Jeg er netop flyttet til Århus for at studere, og i den forbindelse vil jeg gerne fortsætte med at give blod. Hvordan får min nye blodbank at vide, at jeg er flyttet, og følger Donor Nyt automatisk med?

Hilsen fra Peter

Kære Peter

Når du flytter, er det vigtigt at give blodbanken besked, da det

ikke altid forløber helt automatisk med overflytningen. Du skal give flyttebeskeden til din gamle blodbank. Den gamle blodbank vil derefter sende alle dine data til den nye blodbank. Når blodbanken har registreret din flytning, vil du også efterfølgende få Donor Nyt leveret til din nye adresse. Du kan finde telefonnumre på alle blodbanker på vores hjemmeside: bloddonor.dk

Med venlig hilsen
Mikkel Dybtved Andersen
Ansvarshavende redaktør

Vilde i sommervarmen

I forbindelse med de mange arrangementer i løbet af sommeren er det kutyme, at Bloddonorernes unge informatører træder til og hverver donorer.

Således også i år, hvor der ved arrangementer over hele landet blev hvervet i omegnen af 1.500 nye donorer. Informatørerne, der er mellem 17 og 30 år gamle, står selv for planlægningen og udførelsen af projekterne, der mest retter sig mod de unge potentielle donorer. I år fik Danmarks Smukkeste Festival i Skanderborg, Langelandsfestival, KFUM-Spejdernes landslejr i Skive, Landsskue i

Herning samt Skive Beach Party besøg, og alle steder blev der taget godt imod informatørerne.

De mange tilmeldinger er nu landet i blodbankerne, som hen over efteråret vil taste de mange nye donorer ind i systemerne, så de kan hjælpe patienterne på sygehusene.

Interesserede unge mennesker kan skrive til Malou Rode på malou@bloddonor.dk, hvis de har lyst til at gøre en forskel.

Bloddonorernes unge informatører har endnu engang været på spil i løbet af sommeren.



Donor Nyt nr. 96
41. årgang · september 2010

Udgivet af:
Bloddonorerne i Danmark
Vesterbrogade 191
1800 Frederiksberg C
Tlf. 7013 7014
Fax 7013 7010
donor-nyt@bloddonor.dk
www.bloddonor.dk

Ansvarshavende redaktør:
Mikkel Dybtved Andersen
Redaktion:
Michael Bach Ipsen
Chelina Anneli Jensen
Stine Mandrup Lund
Karen Leidesdorff Madsen
Karin Magnussen
Steffen Nielsen
Grit Feldsted Radich
Malou Rode

Lægefaglige konsulenter:
Karin Magnussen og Ellen Taaning

Design og tryk: Datagraf
Trykt på svanemærket papir
Forside: Bloddonorerne i Danmark
Gengivelse af Donor Nyt er velkomment med kildeangivelse.
Oplag: 225.000
ISSN nr: 0902-2643

Næste udgivelse: November 2010

Tip en 13'er



- Hvor meget blod giver man ved en tapning?
1) 250 ml **X)** 450 ml **2)** 650 ml
- Hvor længe skal man i karantæne, hvis man har fået en tatovering eller en piercing?
1) 3 mdr. **X)** 6 mdr. **2)** 12 mdr.
- Hvilken blodtype kan gives til en B RhD negativ patient?
1) AB RhD negativ **X)** B RhD positiv **2)** O RhD negativ
- Hvilken titel har den nye chef hos Bloddonorerne i Danmark?
1) Overlæge **X)** Generalsekretær **2)** Administrationschef
- Hvor mange gange om året må man højst give fuldblod?
1) 2 gange **X)** 3 gange **2)** 4 gange
- Hvor meget blod har mennesket i kroppen?
1) Ca. 5 liter **X)** Ca. 10 liter **2)** Ca. 15 liter
- Hvad er vigtigst for de danske bloddonorer, når de skal tappes i blodbanken?
1) God stemning **X)** Kort ventetid **2)** Lyttende personale
- Hvor længe skal man i karantæne, hvis man har opholdt sig i Thailand?
1) Ingen karantæne **X)** 3 mdr. **2)** 6 mdr.
- Hvad kaldes de frivillige unge, som hjælper med at rekruttere nye bloddonorer?
1) Informatører **X)** Rekrutterer **2)** Agitatorer
- Sygdommen thalassæmi nedsætter evnen til at producere...?
1) Blodplader **X)** Hvide blodlegemer **2)** Hæmoglobin
- Hvornår blev Bloddonorerne i Danmark grundlagt?
1) 1932 **X)** 1942 **2)** 1952
- Hvor mange bloddonorer er der i Danmark?
1) Ca. 150.000 **X)** Ca. 190.000 **2)** Ca. 240.000
- Hvilken bestanddel er særlig vigtig i en bloddonors kost?
1) Magnesium **X)** Jern **2)** Rødvin

1. præmie:
Bloddonor-cykelhjem



2.-5. præmie:
Grå løbe-t-shirt

6.-10. præmie:
Indkøbsnet med
bloddråber



Indsend dit svar til donor-nyt@bloddonor.dk senest den 1. oktober 2010 og deltag i konkurrencen.

DN 96/2010



donor tilmelding

ER DU **SUND OG RASK**, MELLEM **17 OG 60 ÅR** OG VEJER MINDST **50 KILO**, KAN DU BLIVE BLODDONOR. BRUG DENNE KUPON, SEND EN SMS MED TEKSTEN **BLOD TIL 1299***, ELLER MELD DIG TIL PÅ **BLODDONOR.DK**

* Normal SMS-takst, Noteme.dk

Navn _____
Gade _____
Postnr. _____ By _____
E-mail _____
CPR-nr. _____ Telefonnr. _____
Dato _____ Underskrift _____

VESTERBROGADE 191 • 1800 FREDERIKSBERG C



POST

Sendes ufrankeret
Bloddonorerne
betaler porto

Bloddonorerne i Danmark
+++ 11387 +++
0893 Sjælland USF B