

Co wiemy o dawstwie szpiku? Wyniki sondy ulicznej

Startuje Miesiąc Świadomości Idei Dawstwa Szpiku

Już po raz piąty październik upłynie pod znakiem Miesiąca Świadomości Idei Dawstwa szpiku. Idei, która ratuje życie Pacjentom hematoonkologicznym na całym świecie. To również miesiąc Dawców szpiku, którzy już podarowali część siebie swojemu „bliźniakowi genetycznemu”. Co Polacy wiedzą o oddawaniu krwiotwórczych komórek macierzystych lub szpiku? Czy wokół dawstwa wciąż krążą mity? Fundacja DKMS wyruszyła na warszawskie ulice, by obalić kilka z nich.

Spacer z Ex(pertem) - uczestnicy sondy o idei dawstwa szpiku

Fundacja DKMS za pomocą sondy ulicznej sprawdziła wiedzę Polaków na temat idei dawstwa szpiku. Okazuje się, że wiemy dość dużo! Przy tej okazji, Sara Drobniak oraz Grzegorz Hensler, lekarz Fundacji DKMS, obalili kilka popularnych mitów, krążących wokół dawstwa.

A z jakimi mitami Fundacja DKMS mierzy się najczęściej?

- **Mit 1. Dawcą szpiku można być tylko raz**

Dawcą szpiku można być wielokrotnie. Dawcy zarejestrowani w bazie Fundacji DKMS mogą dokonać donacji krwiotwórczych komórek macierzystych czterokrotnie, tj. 2 razy oddając krwiotwórcze komórki macierzyste oraz 2 razy szpik kostny z talerza kości biodrowej.

- **Mit 2. Szpik pobiera się z kręgosłupa**

Szpiku oczywiście nie pobiera się z kręgosłupa! Transplantolodzy stosują w tym celu jedną z dwóch metod:

- pobranie szpiku z talerza kości biodrowej (nie z kręgosłupa), stosowane rzadziej, bo tylko u **15 proc.** Dawców
- pobranie krwiotwórczych komórek macierzystych z krwi obwodowej, stosowane u aż **85 proc.** Dawców

<https://youtu.be/UODUsXdgoCU>

Co jeszcze powiedzieli uczestnicy sondy ulicznej? Cały materiał można zobaczyć na stronie: <https://www.dkms.pl/spacer-z-expertem>

- **Mit 3. Krwiotwórczych komórek macierzystych może nam zabraknąć**

Warto pamiętać, że krwiotwórcze komórki macierzyste mnożą się przez całe życie, dając początek innym krwinkom (krwinki czerwone, płytki krwi oraz krwinki białe) – nie może nam im zabraknąć, dopóki jesteśmy zdrowi.

Podczas aferezy (donacji z krwi obwodowej) pobierana jest zaledwie mała część krwiotwórczych komórek macierzystych, a pozostała - większa ich część - wciąż pełni swoją funkcję, dlatego możemy bezpiecznie nimi się dzielić. W przypadku pobrania komórek macierzystych ze szpiku, jedynie chwilowo dochodzi do spadku liczby czerwonych krwinek, ale poziom ten bardzo szybko wraca do normy, właśnie dzięki ciągłej pracy krwiotwórczych komórek macierzystych. Oddając część siebie drugiej osobie, dajemy jej szansę na życie i zdrowie, niczego przy tym nie tracąc.

- **Mit 4. Rejestracja w bazie Dawców szpiku jest trudna**

Żeby dołączyć do bazy Dawców szpiku Fundacji DKMS, wystarczy wejść na stronę: <https://www.dkms.pl/pl/zostan-dawca> i zamówić bezpłatny pakiet rejestracyjny prosto do domu. Znajdziemy w nim formularz, który należy wypełnić, pałeczki do samodzielnego pobrania wymazu z wewnętrznej strony policzka oraz instrukcję, tłumaczącą w jaki sposób wykonać wymaz. Nie ma się czego obawiać, bo to nic trudnego, a samo pobranie trwa zaledwie kilka minut! Ostatnim krokiem jest odesłanie pakietu na adres Fundacji DKMS.

- **Mit 5. Pobranie szpiku boli**

Obawa przed bólem przy oddawaniu szpiku lub komórek macierzystych to czynnik, który często powstrzymuje wiele osób przed rejestracją w bazie Dawców. Ból odczuwany podczas pobrania szpiku lub komórek macierzystych jest niewielki i w większości przypadków związany z igłami do pobrania krwi. Potwierdzeniem tego są Dawcy faktyczni, według których donacja nie jest bolesna, a dyskomfort związany z oddaniem szpiku porównują do bólu jak przy stłuczeniu o kant szafki.

Ból po pobraniu można porównać do bólu po uderzeniu się w kant szafki i da się go przeżyć bez środków przeciwbólowych. - Bożena Prystasz – Czerniga, Dawczyni

13. 10 Ogólnopolski Dzień Dawcy Szpiku

Październik to również miesiąc Dawców szpiku, którzy 13 dnia miesiąca obchodzą swoje święto – Ogólnopolski Dzień Dawcy Szpiku. Nasz polski rejestr Poltransplant znajduje się na 3. miejscu w Europie i 5. na świecie, natomiast w bazie Fundacji DKMS zarejestrowanych jest obecnie ponad 1 700 000 potencjalnych Dawców szpiku, z których **9552** zostało Dawcą faktycznym. To dzięki nim wielu Pacjentów otrzymało szansę na powrót do zdrowia. Każdego dnia polscy Dawcy udowadniają, że mają nie tylko wielkie serca, ale i ogromną moc - ratowania ludzkiego życia!

Październikowy rozkład jazdy Fundacji DKMS

Miesiąc Świadomości Idei Dawstwa Szpiku wypełni edukacja! 1 października na Facebooku oraz Instagramie Fundacji DKMS ruszy **ABeCadło Transplantologii**. To seria edukacyjnych

grafik oraz filmów z udziałem lekarza, doktora Grzegorza Henslera, który przybliży pojęcia związane z krwią i dawstwem krwiotwórczych komórek macierzystych.

Fundacja DKMS ruszyła nie tylko na warszawskie ulice, ale i do szkół ponadpodstawowych w Poznaniu, Bydgoszczy, Łodzi i Opolu, by zachęcić uczniów do udziału w **#KOMÓRKOMANII**.

#KOMÓRKOMANIA to projekt edukacyjny skierowany do uczniów, którzy przyswajają wiedzę o dawstwie, podaną w przyjaznej formie. Udział w projekcie daje osobom pełnoletnim możliwość rejestracji w bazie potencjalnych Dawców szpiku. Dodatkowo, za przeprowadzenie akcji w swojej szkole, nauczyciele otrzymują dyplom „Pedagoga z Życiem”. **Szkoły będą rywalizowały o „Tarczę Szkoły z Życiem”, organizując akcje edukacji i rejestracji w październiku.**

Więcej informacji o Fundacji DKMS: www.dkms.pl

Misją Fundacji DKMS jest znalezienie Dawcy dla każdego Pacjenta na świecie potrzebującego przeszczepienia komórek macierzystych. Fundacja działa w Polsce od 2008 roku jako Ośrodek Dawców Szpiku w oparciu o decyzję Ministra Zdrowia oraz niezależna organizacja pożytku publicznego wpisana do KRS 0000318602. To największy Ośrodek Dawców Szpiku w Polsce, w którym zarejestrowanych jest się ponad 1 700 000 aktywnych Dawców (sierpień 2021), spośród których **9552** osób (sierpień 2021) oddało swoje krwiotwórcze komórki macierzyste lub szpik Pacjentom zarówno w Polsce, jak i na świecie, dając im tym samym drugą szansę na życie. Aby zostać potencjalnym Dawcą, wystarczy wejść na stronę <http://www.dkms.pl> i zamówić pakiet rejestracyjny do domu.

Kontakt dla mediów:

Magdalena Przysłupska

Rzecznik prasowy

e-mail: magda.przyslupska@dkms.pl

tel.:(+48) 662 277 904

Renata Rafa

Specjalista ds. PR

e-mail: renata.rafa@dkms.pl

tel.:(+48) 538 811 233