گفتوگوی «شهروند» با ماندانا حجاریان، رکورددار اهدای خون در ایران:

روزی که نتوانم خونم را اهدا کنم، روز مرگ من است

بانوی اُول اهدای خُون اُز ســوی سازمان انتقال خُون معرفی شــده اســت. او که متولد ۲۸ تیر ۱۳۳۹ در ر ی مسجد سلیمان خوز ســتان است، برای نخستین بار در ۱۵ ســالگی خون خود را برای نجات جان یک زن اهدا کرد.این زن خیر ۵۵ســاله که تمام زندگی خود و خانوادهاش , اوقف کار های خیر و داوطلبانه کر ده اُست، همچنان مانند سالهای جوانی بهطور مرت هر سهماه یکبار خون خود را برای نجات بیماران نيازمنداهـدا مي كند او كه به گفتـه خودش هنوز از سسرنگ و آمپول می ترسد، در تشسویق و تربیت فرزندانش برای اهدای خون ذرمای غفلت نکرده اسْت. حالا او ٔ خانوادهای دارد که هر کدام از اعضای اَن در نجات جان بیماران نیازمند به خون سهمی دارند. خانواده اهداکننده خون معرفی شوند و مدال طلای این سازمان را دریافت کنند.او که ایجاد انگیزه برای دیگران رامهم ترین هدفش برای اهدای خون عنوان . کرار ۱۹۷ روی می کند، آرزو دارد که روزی مردم خون دادن را مانند نمـــاز و روزه برای خود واجب کننـــد تا دیگر بیماری بەدلىلٌ كَمُبودُ خونُ جانش بەخطــر نىفتد. ماندانا، ر کورددار بسودن را افتخار نمیداند و معتقد اس تُمامُ این ُ کارها زَمانی ارزشُ دارد که بُتواند دل کسی راشاد کندو بیشک بانجات جان هر انسان، این اتفاق خواهدافتاد. در ادامه گفتو گوی «شهروند» بااین زن نوانمندایرانی امی خوانید: اولین اهدای خونتان رابه خاطر دارید؟

بله، هیچوقت فراموش نمی کنج، ۱۵ سال داشتم. ــوم مهرماه ســـال ۱۳۵۴ بود. در محــل زندگی ما خانمي بهدليل سقطجنين احتياج بهخون داشت، پدرم که همــواره در کارهــای خیــر و عامالمنفعه پیشقدم می شد، با اطلاع از این موضوع همه بچههای مدرســه راجمع کرد و پس از آزمایش معلوم شد که فقط خــون من با گــروه خونی آن خانــم همخوانی دارد. خاطره هست که آن روز روزه بودم و از سوزن هم بیش از حد می ترسیدم، به حدی که گریه کردم، اما آنها گوششان بدهکار نبود، چون می گفتند جان خطر است، خُلاصه به هر مكافاتي بود از من خُونُ گرفتنُدوبه آن خانم تزريق كُردندوبه لطُف خدا آن خانم از خطے مرگ نجات پیدا کر دالبته آن زمان سازمان انتقال خون وجود نداشت و آزمایشی هم روی خون اهدایی انجهام نمی گرفت حتی برای هم كه خون أزمن گرفت،همسرمعلمسوم دبيرستان ه ای بُود که من در آن مشغول تحصیل بودم یس از آن بود که پدر و مادر و همسـایهها بسیار مرا تشــویق کردند. حتی در مدرسه مراباانگشت نشان میدادند و می گفتند که این دختر جــان یک زن را نجات داده است. این مسائل آن زمان و در سن و سالی که داشتم تأثیر زیادی در من ایجاد کرد. در واقع انگیزه اصلی می برای اُهدای خُون از آن زمان به بعد شب وع حمایتها و تُشــویقهای پدرم هم تأثیر زیادی داشت.

به نظر میرسد پدر تان در تربیت فرزندانش بــرای انجام کارهــای خیر و داوطلبانه بســیار دقیق و کوشا بوده است. ... ر ر ... مرحوم پـدرم مهنـدس مکانیک بود. مــا اصالتا اصفهانی بودیم ولی بهدلیل شــغل پدرم که کارمند

بودبه مسجدسليمان رفته بوديم از طرُف دیگر پذُرم بیشــتر مواقع مامورُیت داشُ خُارجُ از کشــُور بُود ولی هر زمانی که به خانه می آمدُ از کمک به مردم و همسایهها دریغ نمی کرد. پدرم مشــوق اصلی من برای این کار بود و همیشه به خدا



پدرم برسد، چراکه اگر او مرادر آن موقعیت از مدرسه بیرون نمی آورد تاخون بدهم، شاید هر گز من برای از این که بانوی اول اهدای خون ایسران هستند،چهاحساسی دارند؟ -----ید: تاکنون هیچوقت رکورد و این مســـائل برایم مهم نبوده است. اما کمک به انســـانها برایم لذت بخش است؛ زمانی که می دیدم جوانی احتیاج به خون دارد، مى رفتُم و خون مى دادم و وقَتى شادى به خانُوادهاشُ برمی گردده احساس رضایت قلبی می کنم یا مردی که نان آور خانواده است و خوندادن من سبب نجات او می شـوده احسـاس آرامش عمیقی برایــم دارد.

ر پ به معنای امروزی وجودنداشت و در بعضی موارد حتی اهدای خون به فردنیاز مند به صورت رگ به رگ انجام

نرس خواندن استولی اکنون می فهمچ که ماندگاری

· · روی اهدای خون اقدام نمی کردم. در قدم اول پدرم دست شدم، زمینه سازی بود که این کار را تا امروز ادامه دهم. او همیشه می گفت، تو به خاطر اسمت هم که شده باید ماندگار شوی، تو ماندگار هستی و من در تو آینده روشنی می پینم؛ در حالی که من می گفتم در سم ضعیف است و گمان می کر دم ماندگاری تنها به

ر کی گردی از این از کی با در این می باد. اعتقاد دارم وقتی در راه در سستی قرار بگیری، سخت می توانسی از آن راه فاصله بگیسری، البته خداوند هم واقعی در کمک به همنوع نهفته است. تاکنون چندباراهدای خون داشته اید؟ من از همان زمان دبیرستان اهدای خون را شروع کردم و تاکنون ۱۶۵ بار ایس کار را انجام دادهام.البته ت مرا گرفت و تااین لحظه همیشیه بالطف او تهام اهدای خون داشته باشم، چراکه اگر نظر نر چندسال اول بهدلیل این که سازمان انتقال خون خداوند نباشد، انسان نمی تواند قدم از قدم بردارد. اگر دُر کار منیت باشد، هیچفایدهای نسدار دو وُقتی انسان دچار منیت شود،از خدادور می شود. به هَمین دلیل خانواده ام دوست ندارند که مصاحبه کنم، چون می شد، آمار مشخصی از آن زمان وجود ندارد ولی آنچه تاکنون از سوی سازمان انتقال خون ثبت شده، مى گويند منيت تورامي گيردولي حرف من منيت

نست، حرفم این است که باید الگویی برای دیگران ریی برک برگ باشیم، چون مردم جامعه خوبی ها را می بینند و این خوبی هاانعکاس دار د و این مطالب را بیان کردن به

وعی امرزی منب سسب سرت است. آخرین بارچه زمانی برای اهدای خون اقدام ء " پنجم ماہجاری، ہــا این دفعہ مجموعــا ۱۶۵ بار

اهدایخون داشتهام. با توجه به ســن و دفعههای زیادی که خون اهدا کردهاید، تاکنون پزشکان شمار ااز ادامه

این کار منصرفنکر دهاند؟ به لطف خدا تاکنون هیچ مشکلی بااهدای خون برایم پیش نیامده است، چون قرص های آهن را برایم پیش بیامدهاست، چون فرضهای اهن را هر شب میخورم و سعی می کنیم مواد مغذی و خونساز را در برنامه غذایی خود داشته باشیه ولی چندسال پیش یکبار که برای اهدای خون رفتیم. یکی از پزشکان سازمان انتقال خون به من گفت: " می کردر «شاید دیگر از تو خون نگیرم برای این که تو حدود ۵۲ سال داری و باید به فکر سلامتی خودت باشی»،

سهماه يكجار خون بدهم ألبته قانون جديد انتقال خون حداقل زمان ممکن برای اهـدای خون را هر ۴ ماه اعلام کرده اسـت. ولی من بـاز هم به همان منوال قبلي عمل مي كنم. أدم وقتي خون مي دهد، جوان تر می مانداما در کل اهدای خون روحیه انسان رابالامی برد، فر در اشاداب می کند و به انسان آرامش مے بخشد، بیشتر کسانی که اهدای خون داشتهاند، ی. ین موضوع را تأییدمی کنند، زمــان اهدای خون حساس می کنم به خداوندنز دیک تر می شوم و لذت

ت کی ۱۰/۰ در در ترکی در از ترکی در ترکی در از ترکی در به نظر من این کاریکی از بزرگترین عُبادت هاست. من تعجب می کنم که چطور در بسیاری از کشورها خون به فروش مى رسداين موضوع هميشه مرا أزار

قىمىد آيااعضاىخانوادەنىزمانندشمابراىاھداى خونداوطلبشدهاند؟ رى . بله.به لطف خدا ما اولين خانواده اهدا كننده خون

در کشــور هستیم، بهطوری که پســر بزر گم همراه دخترم از ۱۵ سالگی اهدای خون داشته اندوهمسرم نیز به دفعات خون اهدا کرده است. به همین دلیل چند سال پیش خانواده ما از سازمان انتقال خون مدال طبلا در بافیت کی د. در حال حاضی مین کارتطلایی، همسرم کارتنقرهای و فرزندانم نیز کارتسبز دارند؛ کارتها از سفید شروع میشود و قرمُز، سبْزُ، نقَرهای و طلایی به ترتیب در مراحل بعد قرار دارند، کسانی که بالای ۱۰۰ بار خون داده باشند، کارتطلایی، افرادی که تا ۲۰بار خون دادهاند، کارتفصرهای و بالای ۵۰ تا ۶۰ بارنیز مشمول کارتسبز میشود. پسر بزرگم بورسیه کشور کانادا شده است و چند ســالی در آن جااقامت دار دولی با این همه همچنان در آن کشــور نیز اهدای خون را فراموش نکرده است. البته قوانین کشور کانادا برای دریافت خون کمی با کشـور مامتفاوت اسـت و به همس دليل نمي تواند دفعات بادي خون اهدا كند شمادر حالى به عنوان ركور ددار أهداى خون هستید کهمشار کت زنان برای اهدای خون در

کشورمابسیار پاییناست. ۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔ متاسفانہ بسیاری از زنان بهدلیــل ناآگاهی و باورهای غلط که هیچ پایه علمی نــدارد، در این کار خیر شرکت نمی کنند. بعضی ها بدون آزمایش و با تشيخيص شيخصي مي گويند كه خون هستندو سرایط اهدای خون را ندارنداما با یکبار مراجعه به سازمان انتقال خون این مساله برایشان مشخص شُود، حتى از گروه خونى خود مُطلع مى شوند و پد گروه خونى ناشناخته و كمياب داشته باشند که خـون آنها در مواقع ضروری بسـیار ارز شـمند است. به شهرهایی رفتهام که متاسفانه وقتی با زنان صحبت کردم، گفتند که همسرانشان اُجازه اهدای . خون را به آنها نمی دهند و این بُر ایم دردناک است. زنان در هر زمینهای ثابت کردهاند که موفق هستند. باندار: سنت حسنه در میان آنها بیشتر رواج پیدا ... کا دون بیشتری داشته باشند. همیشه این توصیه را به زنان داشتهام که برای یکبار هم که ے رے رہ درس سسحم بعیرای یکبار هم که شده تست بدهندو بدانندبا خون دادن هیچمشکلی برایشان پیش نمی آید

با توجه به روز جهانی اهدای خون و شعار - و - - به رور جهامی است حون و سعار امسال سازمان جهانی بهداشت «برای نجات جانم از تو سپاسگزارم» چه توصیهای برای

ر ۱۰ ر.. من به همــه آنهایی کــه توانایی انجــام این کار ـنه را دارند می گویم که با اهــدای خون، هم از سلامتشان مطلع می شیوند و هم جان انسانی را نجات مے دھند براساس اعلام سازمان انتقال خون هر يکواحد خون اُهدايي و مشـــتقات آن مي توانُ جان ۴ بيمار را نجات دهد. جـه كار خيري بالاتر جن، بیستر را بجات نامند. په دار عیرای به در از این می تواند وجود داشته باشد، از طرف دیگر، اهداکنندگان مستمر خون بیشتر از قبل مراقب سلامت خود هستند و این مسأله کمک بزرگی به حفظ سلامت و تندرستّی آین افراد می کند. اُهدای خون نیاز به سلامت، بخشـندگی و گمنامی دارد، چۇن كار خيرىاست كەبىمنتانجاممىشود. وحرف آخر. وحرف آخر.

حوف، حو. ن هنوز از ســرنگ و آمپول می ترسم، ولی هربار که برای اهُداًی خون به سازمان می روم، خداوند من نیرویی ایجاد می کند که هیچ در دی احسـاس مى كنم اين كار سراســر لذت و آرامش اســت. آن روزی کــٰهاز من ُخون نگیرند،روز مُرگ من اس ببايدمنتظربمانيم كهحتمااتفاقى براى اطرافيانمان ىبىيەسىسىرىدىيە بەوجودآيدتاباسازمان|نتقالخونآشناشويم،باي هر لُحظه فکر کنیم که هموطنان به خون احتیاج دارند و احساس مسئولیت کردن همان مسأله عشق است، عشق ها باید در دل به وجود بیایند تا ں ایثارگریھاشروعشود.

سيما ذوالفقاري، معاون فني وفناوري سازمان انتقال خون در تحفت و تحوبا «شهروند» مطرح كرد:

كميين حمايت از اهداكنندگان خون فعال شد

از ســال ۲۰۰۴ میلادی همـه ســاله در روز ۱۴ ژوئت، مقارن با ۲۴ خرداد: از ســوی سازمان بهداشـت جهانی روز جهانی اهدای خون و تکریم از مقام والای اهداکنندگان خون نام گذاری شده است. براساس اعلام سازمان انتقال خون ایران سال گذشته اهداکنندگان سین مرمسورا می است بحق بیران بین سنت مدت بدان خون در کشور نزدیک به ۲ میلیون و ۱۰۰ هـزار واحد خون اها کردندایین در حالی است که براساس گزارش سیازمان جهایی بهداشت، سال گذشته ۱۰۸ میلیون واحد خون در ۱۶۷ کشور دنیا اهدا شده که سهم کشور ما ۲ در صداز خون های اهدایی بوده است. امار ۱۷۷ واحد اددای خون در هزار نفر جمعیت کشور، نشان دهنده جایگاه مناسب اهدای خون ایر این و ناخصی بسیار خوب در جهان برای انتقال خون کشور است شاخصی که بی شک بایدبرای حفظ و ارتقای آن تلاش کرد. به همین منظور در سال جاری از سوی سسوب سی بری ریبی. مختلفعملیاتیمیشود.» رئیس ستاد بزر گداشت ر و رحمی بن عربی استین مصور مرست برای راستوی سازمان انتقال خون کمپین اهدای خون تشکیل شد، کمپینی که به گفته سیما ذوالفقاری معلون فنی و فناوری سازمان انتقال خون و رئیس سناد بزر گذاشت روز جهانی اهدای خون هدف از تشکیل آن تقدیر از اهداکنندگان خُون و گســترش فرهنگ اهدای خون آن تقدیر از انداکنندگان خون و کسترش فرهنگ اهدای خون متسامر استاد به خانورده می کوند خواند و چقی پیداندی هر سالمتاریخ ۱۶ ارزش مسافته این ۱۶ خرانده ارامتعیان روز تقدیر از انداکنندگان خون اختصاب داداست که هر سالمشرای برای همین مناسب آن رسی WHO اعلامی میشود و کمپیریهای مختلفی بانوجهه آن در کشورهای بخواند شکیل می شود شدار مناسب اسالمان بهانده جهیان برای این وازی تعدیم اجدارتی و اسالمان و تعدیم بادرای نیز سیاسگزاره است، همین دلیل کمپیرا هدای خون در ایران نیز

باتوجه به همین شعار تشکیل شده است.» بتوجهه مین سعر سستی سندست. خوالفقاری می افزاید: «هدف از تشکیل این کمپین گسترش فرهنگ اهدای خون مستمر است که سیاست گذاری های ویژه ای نیز باید در این راستا صورت پذیرد. همچنین این کمپین با توجه به بیر بویند رین(ست طورت پدیره مسجیدی یک عمیین) به و جبه شعار امسال سازمان بهداشت جهانی درخصوص تکریم و قدردانی از اهداکنندگان خون برنامههای متفاوتی را نسبت به سال های گذشته در دست اقدام دارد که بخشی از آنها به مناسبت روزجهانی اهدای خون در مدت یک هفته پایانی منتهی به این روز انجام شده است و بخش دیگری از این برنامه ها در طول سال و به مناسبتهای

مختلفه میدارتی می خود» رئیسی معرف کنندگان خون و قبار ورده همای آن را یکی از برنامه همای این کمیسین به مناسب روز جهایی اهدای خون عنوان می کنندومی کوید شخاط نوشید می اکتبیشتر توسط بیمارات دالاسمی سرطانی و زنان باردار انجام می شود جمع اوری شده و در روز جهایی اهدای خون با معرفی خاطر معایی برقر از آنان تقدیر خاروند جهایی اهدای خون با معرفی خاطر معایی برقر از آنان تقدیر

حواهدنند.» او بر گزاری مسابقه نقاشی در بین کودکان در ســه رده سنی را از دیگر بر نامههای این کمپین اعلام می کند و می افزاید: «باهمکاری خوب کانون پرورش فکری کودکان این مسابقه سراسری بر گزار سوب عنوی پر تورر شده و اثار بر تر که توسط تیم داوری کانون انتخاب شده جوایزی رادر روز جهانی اهدای خون دریافتمی کنند. هدف از تر تیب دادن چنین مسابقهای در بین کودکان اشسنایی هرچه بیشتر آنان با

ستای خوروستای طرحیدین است. خوالفقـ اری بازدیــداز نحوه مصــرف خونهای اهدایی توســط اهداکنندگان را از دیگر برنامههــای این کمپین عنوان می کند و می افزاید: هااین کار قصد داریم اهداکنندگان از نزدیک با چگونگی مصرف خونهای اهدایی برای درمان بیماران مختلف آشنا شوند مصرف خونهای اهدایی برای درمان بیماران مختلف آشنا شوند و به اصطلاح مراحل رگ تا رگ اهدا تا مصــرف خون را از نزدیک مشاهده کنند که این موضوع قطعــا در اســتمرار اهدای خون اهداکنندگانموثرخواهدبود.»

ست المان المراكز و تعالى المان الما و می افزاید: همر واحد خون اهدایی به طور متوسط جان ۳ تا ۴ بیمار را تجات می دهند با توجه به این تکنه مهم، پاسداشت و تکریم از اهداکنندگان خون و مهم تر از آن از تقای سلامت و بهبود مراقبت از این قهرمانان از بر نامه های سازمان انتقال خون در سال در بسترین به به معلون فنی و فناوری سازمان انتقال خون با تأکید چاری است معلون فنی و فناوری سازمان انتقال خون با تأکید بر نقش موثر زنان در اهدای خون گفت: هنتاسفانه مشار کت زنان در این کار خیر بسیار پایین است، به طوری که براساس آخرین آمار به دست آمده از پایگاههای سراسر کشور فقط اندر صدار خون های اهدایی مربوط به خانجهااست، در حالی که با توجه به ظرفیتهای س موجودانی رقبهایدبه ۳۰ تا ۴۰ در صدار تقاپیدا کند، به همین دلیل یکی دیگر از برنامه های سازمان انتقال خون توجه و تمر کز بیشتر برای مشار کتبیشتر خانمهادر این سنت حسنه است.» رقم بايدبه ۳۰ تا ۴۰ در صدار تقاييدا کند، به هم

A. S. S. S. S. S. S. S.

سین محسمدپورزرندی تصریح کرد: تاکیدبر اهمیت مشارکت گسترده شهرداری ها با بانک شهر

به گزارش مدیریت امور ارتباطات و روابطعمومی بانک شهر، دکتر حسین حمدپورزرنــدی با بیان این مطلب گفت: بانک شــهر در راســتای تعهدات خود برای مشارکت در توسعه و آبادانی شهرها، همه توان و ظرفیت خود را به کار گرفته است و افزود: در این زمینه اعطای تسهیلات، بروژههای مختلف شهری از جمله مترو، معاونت فنی و عمرانی، سازمان مشارکتهای مردمی، مناطق مختلف شهرداری از طریق شرکتهای زیرمجموعه و ...، خدمات قابل توجهی به شهرداری ها از جمله شهرداری تهران ارائه كرده است.

بانك انصار سازمان پيشرودر استقرار نظام مدیریت بهره وری گردید

ین دوره جایزه ملی بهرهوری ۴۰۴ براساس عملکر دو اقدامات بر شاخصهای ارزیابی جشــنواره به عنوان سازمان پیشرو و موفق به استقرار نظام مدیریت بهره وری لوح تقدیر این جشـــنوار ه را دریافت کرد.به گزارش اداره کل بازاریابی و تبلیغات به نقل از معاونت برنامه ریزی و هدایت راهبردی، در مراسم اختتامیه ششمین دوره جایزه ملی بهرهوری ۲۴۰۴ که در سالن همایش های معاونت نظارت راهبردی ریاست جمهوری بر گزار شــد، ابتدا دبیراجرایی ضمن تشریح نظام ارزیابی دوره ششـــه، از تغییرات اساسی در مدل ارزیایی وامتیازدهی جایزه ملی بهره وری ۴۰۴ در سال آینده خبر دادو پس از آن نمایندگان بهرهوری در کشور پر داختند و نتایج حاصل از اجرای این سیاست ها را تبیین کردند.

آگهی مناقصه «نوبت _{دوم»} اداره کل راه و شهرسازی استان مازندران

موضوع مناقصه : تعریض و بهسازی محور زرگرمحله اجاكسر- درياكنار بلغ براورد: ۹/۳۸۴/۴۷۸/۹۷۰ ریال

مبلغ ضمانت نامه : ۲۴/۷۰۰/۰۰۰ ريال دت بيمان: ۵ ماه دارا بودن رتبه ۵ از معاونت برنامه ریزی و نظارت

راهبردی رییس جمهور با رعایت سقف ارجاع کار در راه و ترابري (حمل و نقل) الزامي است هلت و محل دریافت اسناد مناقصه : از تاریخ انتشار أكهى نوبت دوم الى ٩٤/٤/۶ محل تسلیم یاسخ بیمانکاران : اداره کل راه و شهرسازی استان مازندران دبيرخانه اداره

تاریخ تحویل اسناد به دبیرخانه این اداره کل حداکثر تا پایان وقت اداری مورخه ۹۴/۴/۳۰ می باشد. ادرس: سارى - خيابان انقلاب - مقابل استاندارى -اداره پیمان و رسیدگی- تلفن : ۲۲۲۲۰۵۱۸ این اکھی همزمان درسایت: iets.mporg.ir نیز درج گردیده است.

TERRESE STATE (They all some the college and the 17100/17-171) سرکت کر استان تهران در نظر دارد قرائت کنتور و توزیع صورتعساب فشترکین منطقه « | کازرسانی تهران را با فشغصات و شرایهٔ ذیل از طریق مناقصه عمومی به پیمانکار واجد شرایط واگذار نماید.