পরিচিতি

মাদকমুক্ত রক্তদান
সুস্থ থাকবে জাতির প্রাণ

আল-'আওন

(স্বেচ্ছাসেবী নিরাপদ রক্তদান সংস্থা)

রেজিঃ নং রাজ ৫০৯১

بسم الله الرحمن الرحيم

সংগঠনের নাম

আল-'আওন (স্বেচ্ছাসেবী নিরাপদ রক্তদান সংস্থা)

العَوْن : (المنظمة التطوعية لتبرع الدم السالم)

Al-'Awon (Association for Voluntary Safe Blood Donation)

প্রতিষ্ঠাকাল : ২৩শে ফেব্রুয়ারী ২০১৭ বৃহস্পতিবার।

মাদকমুক্ত রক্তদান, সুস্থ থাকবে জাতির প্রাণ

পরিচিতি

আল-'আওন হ'ল স্বেচ্ছাসেবী নিরাপদ রক্তদান সংস্থার নাম। আল-'আওন অর্থ 'সাহায্য'। অসহায় মানুষের কঠিন বিপদের সময় যখন রক্তদান অপরিহার্য হয়ে পড়ে, তখন তাকে মাদকমুক্ত, নিরাপদ ও তাযা রক্ত সরবরাহের প্রতিজ্ঞা নিয়ে 'আল-'আওন' তার যাত্রা শুরু করেছে। এ সংস্থা যেলায় যেলায় স্বেচ্ছায় রক্তদাতাদের গ্রুপ নির্ণয় ও তাদেরকে তালিকাভুক্ত করার কাজটি সম্পন্ন করে। যারা বিপদগ্রস্ত মানুষের ডাকে কোনরূপ দ্বিধা না করে স্রেফ আল্লাহকে খুশী করার জন্য মানবতার সেবায় উদ্বুদ্ধ হয়ে রক্তদানের জন্য ছুটে যাবে। এর ফলে আমাদের একজন ডোনার বা 'রক্তদাতা সদস্য' একেকজন জীবন্ত 'ব্লাড ব্যাংক' হিসাবে পরিগণিত হবেন। ব্লাড ব্যাংকে রক্ষিত রক্তের চাইতে তাযা রক্তের কার্যকারিতা নিঃসন্দেহে অনেক বেশী ও দ্রুত। ১৮ থেকে ৬০ বছর বয়সের সকল নারী-পুরুষ 'আল-'আওন'-এর সম্মানিত ডোনার বা 'রক্তদাতা সদস্য' হ'তে পারেন।

আল্লাহ বলেন, 'তোমরা নেকী ও আল্লাহভীরুতার কাজে পরস্পরকে সাহায্য কর' *(মায়েদাহ/২)*। রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) বলেন, 'আল্লাহ বান্দার সাহায্যে অতক্ষণ থাকেন, যতক্ষণ বান্দা তার ভাইয়ের সাহায্যে থাকে'। তিনি আরও বলেন, 'যে ব্যক্তি দুনিয়াতে মুমিনের একটি কষ্ট দূর করবে, আল্লাহ তাকে ক্বিয়ামতের দিনের কষ্ট সমূহ থেকে একটি কষ্ট দূর করে দিবেন' *(মুসলিম হা/২৬৯৯; মিশকাত হা/২০৪)*। তিনি আরও বলেন, 'আল্লাহ তার প্রতি দয়া করেন না, যে মানুষের প্রতি দয়া করে না' *(বুখারী হা/৭৩৭৬; মুসলিম হা/২৩১৯; মিশকাত হা/৪৯৪৭)*।

আল-'আওন কি চায়?

আল-'আওন সেই সকল নিঃস্বার্থ স্বেচ্ছাসেবীদের সংগঠন, যারা নিজেদের বা অন্যদের দেহের নিরাপদ রক্ত দিয়ে মানুষের সেবা করতে চায় এবং পারস্পরিক সাংগঠনিক যোগাযোগের মাধ্যমে বিপদগ্রস্ত অসহায় রোগীদের প্রাণে জাগাতে চায় সুস্থভাবে বেঁচে থাকার নতুন আশা ও প্রেরণা।

লক্ষ্য

রোগীকে নিরাপদ রক্তদানের মাধ্যমে আল্লাহ্র সন্তুষ্টি অর্জন করা।

উদ্দেশ্য

রক্তদানের উপকারিতা সম্পর্কে মানুষকে অবহিত করা ও রক্তদানে উৎসাহিত করা।

মূলনীতি

(১) রক্তদানের মাধ্যমে মানব সেবার মহান ব্রত গ্রহণে মানুষকে উদ্বুদ্ধ করা।
(২) নিরাপদ রক্তদানের তাৎপর্য তুলে ধরা এবং এ বিষয়ে সামাজিক সচেতনতা সৃষ্টি করা।

কর্মসূচী

(১) রক্তের গ্রুপ সমূহ নির্ধারণ করে যেলা ভিত্তিক রক্তদাতাদের তালিকা প্রস্তুত করা এবং প্রয়োজন মুহূর্তে অসহায় রোগীকে চাহিবামাত্র রক্তদাতার সন্ধান দেওয়া।
(২) রক্তের সঠিক ব্যবহার নিশ্চিত করা।
(৩) রক্তদাতা সদস্যকে রক্তদানের নিয়মসমূহ অবহিত করা।
(৪) রক্তের আবেদনকারীকে রক্তদানের পূর্ববর্তী ও পরবর্তী বিষয়গুলি ভালভাবে জানানো।
(৫) মাদক গ্রহণকারীর রক্তের ক্ষতিকর দিক সমূহ তুলে ধরা।

রক্তদানের গুরুত্ব ও প্রয়োজনীয়তা

আল্লাহ্র সন্তুষ্টির লক্ষ্যে মানুষের সেবাকেই বলা হয় মানবতা। আর মানবসেবার অন্যতম গুরুত্বপূর্ণ ক্ষেত্র হ'ল মুমূর্ষু রোগীকে স্বেচ্ছায় রক্তদান করে তার জীবন বাঁচাতে সাহায্য করা। জাতিসংঘের অঙ্গসংস্থা **WHO**-এর তথ্য মতে, বিশ্বের প্রায় ৬০টি দেশে শতভাগ স্বেচ্ছায় রক্তদানের মাধ্যমে রক্ত সংগ্রহ করা হয়। উন্নত বিশ্বে স্বেচ্ছায় রক্তদানের হার প্রতি হাযারে ৪০ জন। আর উন্নয়নশীল বিশ্বে ৪ জনেরও কম। বিশেষজ্ঞদের মতে বাংলাদেশের জনগণের মাত্র দুই শতাংশ লোক যদি বছরে একবার রক্তদান করে, তাহ'লে আমাদের দেশে রক্তের অভাব থাকবে না। বাংলাদেশে প্রতি বছর প্রায় সাড়ে ৮ লাখ ব্যাগ রক্তের প্রয়োজন হয়। এর মধ্যে যোগান রয়েছে মাত্র ৭ লাখ ব্যাগের। তাই প্রতি মুহূর্তে কেউ না কেউ এক ব্যাগ রক্তের প্রতীক্ষায় হাসপাতালে কোন এক ভাইয়ের পথ চেয়ে বসে থাকে। প্রতি বছর অসংখ্য মানুষ প্রয়োজনীয় রক্তের অভাবে মৃত্যুর কোলে ঢলে পড়ছে, ঝরে যাচ্ছে হাযারও প্রাণ।

সেজন্য আপনার কয়েক ফোঁটা রক্ত যেমন অন্যের জীবন বাঁচাবে, তেমনি আপনার নিজের প্রয়োজনে বা বিপদে অন্যেরা এগিয়ে আসবে- এ বিষয়টি মাথায় রেখেই আমরা বিনামূল্যে স্বেচ্ছায় রক্তদাতা ও গ্রহীতার মধ্যে আল্লাহ্র সন্তুষ্টির লক্ষ্যে ভালোবাসার সম্পর্ক গড়ে তোলার চেষ্টা করছি।

ধর্ম-বর্ণ-ভাষা ও অঞ্চল নির্বিশেষে সকল মানুষের রক্তই লাল। এর মধ্যে কোন প্রভেদ নেই। রক্ত মানব দেহের একটি গুরুত্বপূর্ণ উপাদান। রক্ত ছাড়া মানুষ বাঁচতে পারে না এবং রক্ত মানুষ তৈরী করতে পারে না। বিজ্ঞানীদের শত চেষ্টা সত্ত্বেও রক্তের বিকল্প উপাদান আজও তৈরী হয়নি। তাই মানুষের রক্তের প্রয়োজনে মানুষকেই রক্ত দিতে হয়। জীবন বাঁচানো-র জন্য রক্তদান এতই গুরুত্বপূর্ণ যে, বলা হয়ে থাকে 'করলে রক্তদান, বাঁচবে একটি প্রাণ'।

বাংলাদেশে বছরে যে প্রায় সাড়ে ৪ লাখ ব্যাগ রক্তের প্রয়োজন হয়, তার প্রায় ৩৫ শতাংশ আসে স্বেচ্ছাসেবী রক্তদাতাদের মাধ্যমে। বাকী অধিকাংশ ক্ষেত্রেই আত্মীয়-স্বজন ও পেশাদার রক্তদাতাদের নিকট থেকে

রক্ত সংগ্রহ করা হয়। কিন্তু অনেক সময় আত্মীয়দের মাঝেও যখন পাওয়া যায় মাদকযুক্ত রক্ত, তখন নিরাশ হয়ে পথ চেয়ে থাকতে হয় কোন নিরাপদ রক্তদানকারীর দিকে। এই অতি প্রয়োজনীয় বস্তুটি পাওয়ার আশায় যখন সন্তান তার মাকে বাঁচাবার জন্য বা মা তার সন্তানকে বাঁচানোর জন্য হাসপাতালের বারান্দায় ছুটাছুটি করে কিংবা অপারেশন থিয়েটারে চাতক পাখির ন্যায় চেয়ে থাকে, হৃদয় দিয়ে সেই দৃশ্যটি একবার অনুধাবন করুন। অথচ সেই রক্ত আপনার দেহেই রয়েছে। মুমূর্ষু পিতা-মাতা, ভাই-বোন বিপদে পড়লে এক ব্যাগ রক্তের জন্য আর কাউকে যেন করুণ আর্তনাদ করতে না হয়, সেই প্রত্যয় নিয়েই মানবতার সেবায় 'আল-'আওনে'র পথ চলা। আমরা দিতে চাই জাতিকে সর্বাধিক ভালবাসার নিঃস্বার্থ উপহার- নিরাপদ রক্ত।

জানা প্রয়োজন

(১) একজন সুস্থ মানুষের দেহে ১০ হ'তে ১২ পাউণ্ড রক্ত থাকে। অথচ রক্ত দিতে হয় মাত্র ১ পাউণ্ডেরও কম।
(২) এক ব্যাগ রক্ত দিতে সময় লাগে ১০ থেকে ১২ মিনিট।
(৩) একজন সুস্থ মানুষ ৩/৪ মাস পর পর রক্ত দিতে পারেন।
(৪) রক্ত দেওয়ার ৪৮ ঘণ্টার মধ্যেই সকল প্রক্রিয়া সম্পন্ন করে দানকৃত রক্ত রোগীর দেহে পুশ করতে হয়। এরপর থেকে রক্তের কার্যকারিতা হ্রাস পেতে থাকে।

একজন মানুষ কতটুকু রক্ত দিতে পারবে

একজন সুস্থ মানুষের দেহের ওযন অনুপাতে প্রতি কেজিতে সাধারণতঃ ৭৬ মিলিলিটার রক্ত থাকে। তন্মধ্যে শরীরের আভ্যন্তরীণ কার্যক্রম চালাতে প্রতি কেজিতে প্রয়োজন হয় ৫০ মি.লি. রক্ত। অবশিষ্ট ২৬ মি.লি. রক্ত থাকে উদ্বৃত্ত হিসাবে। কোন কারণে দেহ থেকে রক্ত বের হয়ে গেলে তা উদ্বৃত্ত থেকে পূরণ হয়। এটি আল্লাহ্‌র দূরদর্শী ব্যবস্থাপনা। অতএব কারু ওযন ৫০ কেজি হ'লে তার শরীরে প্রয়োজনের অতিরিক্ত রক্ত থাকে ৫০×২৬=১৩০০ মি.লি.। এই উদ্বৃত্ত রক্ত থেকে কাউকে রক্ত দান করে জীবন বাঁচাতে সহায়তা করা যেতে পারে। কেননা একজন মানুষের দেহ থেকে একবারে রক্ত সংগ্রহ করা হয় প্রায় ৪৫০ মি.লি.।

রক্তদানের যোগ্যতা

(১) রক্তদাতাকে শারীরিক ও মানসিকভাবে সুস্থ থাকতে হবে।
(২) ১৮ থেকে ৬০ বছর বয়সী পুরুষদের ওযন কমপক্ষে ৪৭ (+) কেজি এবং মহিলাদের ওযন ৪৫ (+) কেজি হ'তে হবে।
(৩) দাতার রক্তের স্ক্রিনিং টেস্ট বা রক্ত নিরাপদ কি না তা পরীক্ষা-নিরীক্ষা করে দেখতে হবে।
(৪) ভরপেট খাওয়ার চার ঘণ্টার মধ্যে রক্ত দেওয়া শ্রেয়।
(৫) রক্ত দানের আগে কোনরূপ এনার্জি ড্রিংক সেবন না করা উচিৎ।
(৬) ডায়াবেটিস ও উচ্চ রক্তচাপ পূর্ণ নিয়ন্ত্রণে থাকলে চিকিৎসকের পরামর্শ মতে রক্ত দান করা যাবে।
(৭) রক্তবাহিত জটিল রোগ যেমন- হেপাটাইটিস-বি, হেপাটাইটিস-সি, ম্যালেরিয়া, সিফিলিস, এইচআইভি (এইডস), চর্মরোগ, এ্যাজমা বা হাঁপানী ও হৃদরোগ ইত্যাদি না থাকা।
(৮) তিন মাসের মধ্যে রক্ত না দিয়ে থাকলে।
(৯) মহিলারা গর্ভবতী না হ'লে এবং মাসিক চলাকালীন সময় না হ'লে।
(১০) কোন প্রকার মাদক বা নেশাদার দ্রব্য সেবনকারী না হ'লে।

রক্তদানের পূর্বে করণীয়

(১) রক্তদানের পূর্বে প্রায় হাফ কেজি পানি বা স্বাস্থ্য সম্মত তরল খাবার খান।
(২) রক্ত দেওয়ার আগের রাতে পূর্ণভাবে ঘুমান।
(৩) রক্তদানের পূর্বে চর্বিযুক্ত খাবার, ভাজা-পোড়া ও আইসক্রীম পরিহার করুন।
(৪) রক্তদানের ১২ ঘণ্টা পূর্বে লবণাক্ত খাবার যেমন- সল্টেড বিস্কুট বা চিপস খান। কারণ রক্তদান করলে দেহ থেকে তিন গ্রাম লবণ বের হয়ে যায়।

রক্তদানের সময় করণীয়

(১) ঢিলেঢালা পোশাক পরিধান করুন। যার হাতা কনুই-এর উপরে উঠানো যায়।
(২) যে হাত থেকে রক্ত নিলে আপনি স্বাচ্ছন্দ্য বোধ করবেন, সে হাতের ব্যাপারে রক্ত গ্রহণকারী টেকনিশিয়ান বা নার্সকে জানান।
(৩) রক্তদানকালে শুরুতে 'বিসমিল্লাহ' বলুন। অতঃপর সূরা ফাতিহা বা অন্য দো'আ পড়ুন। যেমন, ইয়া হাইয়ু ইয়া ক্বাইয়ূমু বিরহমাতিকা আস্তাগীছ'। কিংবা অন্যমনস্ক থাকুন অথবা বন্ধুদের সাথে কথা বলুন।

রক্তদানের পর করণীয়

(১) রক্তদানের পর অতিরিক্ত ৪ গ্লাস পানি পান করুন।
(২) যদি রক্ত দেওয়ার পরে আপনার মাথা ঘোরে, তাহ'লে আপনি যে কাজ করছিলেন তা থেকে বিরত থাকুন এবং মাথা ঘোরা বন্ধ না হওয়া পর্যন্ত শুয়ে থাকুন।
(৩) রক্তদানের এক ঘণ্টার মধ্যেই আক্রান্ত স্থানের মোড়ানো ব্যাণ্ডেজ খুলে ফেলুন এবং এর পরিবর্তে ছোট স্ট্রাইপ ব্যাণ্ডেজ ব্যবহার করুন।
(৪) স্কিন র‍্যাশ এড়িয়ে যাওয়ার জন্য স্ট্রাইপ ব্যাণ্ডেজের চারপাশ সাবান ও পানি দিয়ে পরিষ্কার করুন।
(৫) রক্ত দেওয়ার পর ভারী কিছু উঠানো বা ভারী ব্যায়াম না করা উত্তম।
(৬) সূঁচ ফোটানোর স্থান দিয়ে যদি রক্ত পড়ে তাহ'লে সেখানে চাপ দিন এবং হাত উপরের দিকে উঠিয়ে রাখুন ৫-১০ মিনিট অথবা যতক্ষণ পর্যন্ত না রক্তপাত বন্ধ হয়।

উক্ত কাজগুলি করলে ইনশাআল্লাহ রক্তদানের পরও আপনার শরীরে এর কোন প্রভাব পড়বে না। বরং আল্লাহ্‌র রহমতে খুব দ্রুত আপনি সার্বিক দিক দিয়ে সুস্থ বোধ করবেন।

রক্তদানের উপকারিতা

(১) বছরে ৩/৪ বার রক্তদান করলে শরীরের লোহিত কণিকাগুলি প্রাণবন্ত হয় এবং তাতে নতুন কণিকা তৈরীর হার বৃদ্ধি পায়।
(২) বিশেষজ্ঞদের মতে নিয়মিত রক্তদানকারীর হার্ট ও লিভার ভালো থাকে।
(৩) স্বেচ্ছায় রক্তদানের মাধ্যমে পাঁচটি পরীক্ষা সম্পূর্ণরূপে বিনা খরচে করা হয়। যার মাধ্যমে জানা যায়, শরীরে অন্য বড় কোন রোগ আছে কি-না। যেমন : হেপাটাইটিস-বি, হেপাটাইটিস-সি, ম্যালেরিয়া, সিফিলিস, এইচআইভি (এইডস)।
(৪) রক্তে কোলেস্টেরলের উপস্থিতি কমাতে সাহায্য করে।
(৫) শরীরে অতিরিক্ত আয়রণের ফলে সৃষ্ট রোগ সমূহ প্রতিরোধ করে।
(৬) ওযন কমাতে সহায়তা করে।
(৭) ধর্মীয় দিক থেকে অত্যন্ত ছওয়াবের কাজ, যা পবিত্র কুরআনের সূরা মায়েদাহ ৩২ আয়াত থেকে প্রতীয়মান হয়।

রক্তদানে মানসিক তৃপ্তি

(১) মুমূর্ষু ব্যক্তিকে রক্ত দিলে নিজের মধ্যে মানসিক তৃপ্তি আসে।
(২) আপনার দানকৃত রক্তে একজন মানুষের জীবন বাঁচবে, এর থেকে বড় প্রশান্তি আর কী হ'তে পারে?
(৩) রক্তদানের মাধ্যমে নিজেকে সুস্থ রাখার স্পৃহা জন্মে।
(৪) রক্ত গ্রহীতা রোগীর প্রাণখোলা দো'আই রক্তদাতার জন্য সবচেয়ে বড় পাওয়া।

রক্ত সংগ্রহ প্রক্রিয়া

(১) যরূরী রক্তের প্রয়োজনে নিজ যেলায় 'আল-আওন' স্বেচ্ছাসেবী নিরাপদ রক্তদান সংস্থার ঠিকানায় যোগাযোগ করুন।
(২) অবশ্যই চিকিৎসক বা মেডিকেল অফিসার স্বাক্ষরিত ব্লাড রিকুইজিশন স্লিপ বা রক্তের অধিবাচন পত্রের ফটোকপি সঙ্গে আনুন।

আপনার রক্ত কাকে দিতে পারবেন ও আপনি কার রক্ত নিতে পারবেন
(বিশেষ ক্ষেত্রে প্রযোজ্য)

রক্তের গ্রুপ	কাকে কাকে রক্ত দিতে পারবেন	কার কার রক্ত নিতে পারবেন
A+	A+, AB+	A+, A-, O+, O-
A-	A-, A+, AB+, AB-	A-, O-
B+	B+, AB+	B+, B-, O+, O-
B-	B-, B+, AB+, AB-	B-, O-
AB+	AB+	যে কারু
AB-	AB-, AB+	AB-, A-, B-, O-
O+	O+, A+, B+, AB+	O+, O-
O-	যে কাউকে	O-

আল-'আওন

(১) মাদকমুক্ত নিরাপদ রক্তদানের একটি স্বেচ্ছাসেবী সংগঠন।
(২) বিপদ মুহূর্তে অসহায় রোগীদের বাঁচাতে স্বেচ্ছায় রক্ত দিন।
(৩) পুলছিরাত পার হওয়ার সময় রক্তদানের নেকীটুকুই হ'তে পারে আপনার শেষ সম্বল।
(৪) আমার রক্তে যদি বাঁচে প্রাণ, তবেই তো আমি বড় ভাগ্যবান।
(৫) আল-'আওনের আহ্বান, মাদকসেবী করবে না রক্তদান।
(৬) আল্লাহ্‌র ওয়াস্তে রক্তদান, বাঁচবে রোগী হাসবে প্রাণ।
(৭) যদি করি সুঁচের ভয়, মানবসেবা কিভাবে হয়?
(৮) করলে রক্তদান, বাঁচবে একটি প্রাণ।

কেন্দ্রীয় কার্যালয়

আল-মারকাযুল ইসলামী আস-সালাফী (২য় তলা)
নওদাপাড়া, সপুরা, রাজশাহী-৬২০৩। মোবা : ০১৭২৩-৯৩৮৩৯৩
E-mail : alawonbd@gmail.com
Facebook page : আল-'আওন
একাউন্ট নং : ১৩৫১১০২৩০৫৬, ডাচ-বাংলা ব্যাংক, রাজশাহী।