



रक्तदान उत्प्रेरणा कार्यक्रम

Blood Donors Motivation Programme

प्रस्तोता : बालानन्द भण्डारी

**" BLOOD DONORS ARE NOT BORN BUT
MADE "**

रक्तदान उत्प्रेरणा

१ उत्प्रेरणाको अर्थ (Meaning of Motivation)

आन्तरिक रूपले सक्रिय हुने कार्यलाई नै उत्प्रेरणात्मक व्यवहार भनिन्छ । उत्प्रेरणा आन्तरिक शक्ति हो जसबाट प्रतिक्रिया वा व्यवहारलाई गतिशील पारिन्छ । (Motivation is an internal force which accelerated a response of behavior.)

२. व्यक्तिका कार्य गर्ने उत्साहलाई घटाउने वा बढाउने काम उत्प्रेरणाबाट हुने गर्छ । उत्प्रेरणाबाट व्यक्तिका कार्य गर्ने तहको निर्धारण हुने गर्दछ । (motivations are those factors which increase or decrease the vigor of an individual's activity. It determines the level or degree of an activity)

उत्प्रेरणाका परिभाषा (Definitions of motivation)

१. कुनै पनि उद्देश्य प्राप्तिका कार्यलाई उद्देलित उत्प्रेरणाले गर्छ, उत्प्रेरणापूर्व त्यस्ताकार्य वा लक्ष्यप्रति थोरै अथवा केही पनि आकर्षण हुने गर्दैन ।

(Motivation is the simulation of actions towards a particular objective where previously there was little or no attraction to that goal- BarnardS)

२. उत्प्रेरणालाई आन्तरीक तत्व अथवा अवस्था भन्ने गरिन्छ, जसबाट कार्यकलापको थालनी हुन्छ वा त्यस्तो कार्यकलापलाई उकस्ने गरिन्छ ।

(Motive is any particular internal factor or condition that tends to initiate and sustain activity_Guilford)

३. उत्प्रेरणालाई कार्यकलाप उत्पन्न गराउने, उकास्ने र नियमित पार्ने प्रक्रिया भनिन्छ । (Motivation is the process of arousing sustain and regulating activity- Good)

**BLOOD DONORS ARE NOT BORN BUT
MADE**

४. उत्प्रेरणा एउटा यस्तो प्रक्रिया हो, जसले सिकारुका आन्तरिक उर्जा अथवा आवश्यकतालाई लक्ष्य वा वातावरणका वस्तुतिर निर्देशत गर्छ ।

(Motivation is a process in which learner's internal energies or needs are directed towards various goal or objects in his environment. - Blair, Jenes and Simpson.)

५. उत्प्रेरणा एउटा प्रवृत्ति हो जसले लक्ष्य प्राप्तिका लागि व्यक्तिलाई प्रयत्नशील बनाउँदछ । (Motivation is a tendency to strive for goals)

उत्प्रेरणाका तीन आधारभूत विशेषताहरू (Three basic characteristics of motivation)

- उर्जा (Energy)
- निर्देशन (Direction)
- लगाव (Persistence)

मान्छेमा ५०% उत्प्रेरणामा आफैमा भित्रबाट उब्जन्छ र ५०% वातावरण तथा नेतृत्व शैलीबाट उत्प्रेरीत हुन्छ । उत्प्रेरणा सकारात्मक र नकारात्मक दुवै हुन सक्छन ।

रक्तदान उत्प्रेरणाका उद्देश्य :

- रगतको माग अनुसार दाता तयार गर्ने ।
- सुरक्षित रक्तदान गर्ने ।
- न्यून जोखिमयुक्त रक्तदाताको पहिचान गर्ने ।

**BLOOD DONORS ARE NOT BORN BUT
MADE**

- मानव रगतको आवश्यकता र प्रयोगको चेतनालाई विकास गर्ने ।

रक्तदातालाई उत्प्रेरणा किन ?

- बिरामी बचाउनका लागि ।
- सुरक्षित रगत संकलनका लागि ।
- नियमित रक्तदानको लागि ।
- रक्तदाता को उत्पादन (विकास) गर्नका लागि ।

किन नियमित रक्तदाताको आवश्यकता पर्दछ ?

- दिगो र सुरक्षित रक्तदानको व्यास्थापनको लागि ।
- नयाँ रक्तदाता भन्दा नियमित रक्तदाता बढि सुरक्षित हुने भएकोले ।
- नियमित रक्तदाताहरूसँग लामो समयसँग सम्बन्ध स्थापना गर्न ।
- नियमित रक्तदाताबाट नयाँ रक्तदातालाई उत्प्रेरणा गर्न प्रभावकारी हुनाले ।
- नियमित रक्तदाताले स्वतः स्फुर्त रुपमा आफैँ नियमित रुपमा रक्तदान गर्ने भएकाले ।
- सुरक्षित रगतले नै जीवन बचाउँदछ ।
- भोलीको स्वस्थ समाजको लागि आजको सुरक्षित रगतको आवश्यकता ।

**BLOOD DONORS ARE NOT BORN BUT
MADE**

Reasons for Donating Blood

- Altruism
- Service to the community
- Sense of social duty
- Gaining experience
- Personal appeal
- Social pressure
- Group pressure
- Personal obligation
- For blood donor credit card
- For helping friends and relatives
- For recognition and award
- Checking of health (HIV, VDRL, HBsAG, Hcv)
- Reciprocity to pay back to social debt
- For knowing blood group
- Seeing other donating blood

**BLOOD DONORS ARE NOT BORN BUT
MADE**

● रगत के हो ?

● मुटु र रक्तनलीमा लगातार बगिरहने तरल पदार्थ हो रगत ।

● रगतको बनौट

रगतमा कोशिका (Cell) 45% र तरल पदार्थ (Liquid or Plasma) 55% हुन्छ ।

Cells = RBC 44%, (WBC, Platelets 1%

Plasma = 92%, Water & Salt = 8%

(Cretinine, Carbohydreds, Fats, Urea, Uric-acid, Sodium, Potassium, Ammonia, Enzymes and harmones, Calcium, Magnesium, Phosphorus, Iron, Copper आदि ।

● रगत Bonemarrow मा बन्दछ । रगत बन्न शरिरमा Iron, Folic Acid, Vitamin B₁₂ लगायतका तत्वहरुको आवश्यकता पर्दछ । जुन हामी दैनिक खानाबाट प्राप्त गर्दछौं ।

● रगतको काम

रगतको काम रगतले शरीरलाई चाहिने विभिन्न तत्वहरु पुरयाउने काम गर्दछ जस्तै: RBC ले फोक्सोबाट अक्सिजन कोषिकाहरुमा पुरयाउने र कोषिकाहरुबाट CO₂ फोक्सोमा पुरयाउने काम गर्दछ । WBC ले हाम्रो शरिरलाई रक्षा गर्ने अर्थात बाहिरी किटाणु, विषाणुसँग लडने काम गर्दछ । त्यसरी नै Platelets ले रक्तश्राव रोक्न मद्दत गर्दछ । भनौं रगत जमाउने काम गर्दछ आदि । हाम्रो मस्तिष्कमा ४ मिनेट र मुटुमा ६ घण्टा सम्म रगत पुगेन भने दवै अङ्ग निष्कृत्य हुन्छन । शरिरलाई चाहिने न्यूनतम रगत शरिरमा नभएमा २ घण्टामा जीवन समाप्त हुन सक्छ ।

● रगत आवश्यक पर्ने अवस्थाहरु

● शल्यक्रियाको क्रममा

● सुत्केरीको क्रममा

● दुर्घटनाको कारण रगत खेर जाँदा

● हेमोफेलिया (Hemophilia)

● रक्त क्यान्सर (Blood Cancer)

● रक्त अल्पता (Anemia)

● थालासिमिया (Thalassemia)

● ल्यूकोमिया (Leukemia)

● पेप्टिक अल्सर (Peptic Ulcer)

● फोक्सोको रोग

● कलेजोको रोग

● कुनै रगत सम्बन्धी रोग भएको नवजात शिशुलाई

● पोलेको विरामीलाई

● लागु औषधका दुर्व्यसनीहरुलाई

● मानिसको शरिरमा रगत कति हुन्छ ?

सामान्यतया एउटा स्वस्थ मानिसको शरिरमा महिलामा ६६ मिलिा प्रति किलो र पुरुषमा ७६ मिलि रगत रहेको हुन्छ । हाम्रो दैनिक जीवनयापनमा प्रतिकिलो ५० मिलि. रगत भए पुग्छ । यसरी महिलामा १६ मिलि. र पुरुषमा २६ मिलिा जगेडाको

रूपमा रहेको रगतबाट रक्तदान गरिन्छ । मानिसले ८ मिलि. प्रति किलो रगत सहजरूपमा दान गर्न सकिन्छ । हरेक स्वस्थ मानिसले ३ / ३ महिनाको अन्तरालमा रक्तदान गर्न सक्दछन् ।

● रक्तदान गर्ने योग्यता

उमेर १८ देखि ६० वर्ष, तौल कमिमा ४५ किलो, हेमोग्लोबिन, १३ ग्राम वा सो भन्दा माथि, रक्तचाप १०० / ७० देखि १८० / १०० स्वास्थ्य : कलेजो, मुटु, फोक्सो स्वस्थ, जन्डिस हाल वा पहिले नभएको, टाइफाइड, मलेरिया एच.आइ.भी. पोजेटिभ नभएको

~~कुनै पनि रोगको औषधी सेवन गरेको - कुनै पनि रोगको चिकित्साको फलमात्रमा दिन सकिन्छ ।~~

● क-कसले रक्तदान गर्न हुदैन ?

मुटुका रोगी, दम, छारे रोग, क्षयरोग, उच्च रक्तचाप, यौन रोग, मृगौलाका रोगी, मधुमेह, जन्डिस, टाइफाइड, एड्स, कुष्ठ रोग, असुरक्षित यौन सम्पर्क, लागु पदार्थको दुर्व्यसनी, शरिरको असाधारण तौल वृद्धि, महिलाहरुमा गर्भवती, स्तानपान गराउने आमा, महिनावारी भएको ८ दिन सम्म र आफैले रगत लिएको ६ महिनासम्म माइनर अपरेशन गरेको ६ महिना सम्म र मेजर अपरेशन गरेको ले १ वर्ष सम्म वा अवस्था हेरेर रक्तदान गर्न हुदैन ।

● रगत को आयु

RBC	:	120 days
PLATELETS	:	7-10 DAYS
WBC	:	A FEW HOURS TO 1 WEEK
NEUTROPHILLS	:	4-8 HOURS

BSO PHILS	:	4-8 HOURS
MONOSYTES	:	10-20 HOURS
LYMHOCYTES	:	FEW DAYS TO 1 YEAR

मानिसको शरिरबाट निकालिएको सामान्य रगतको आयु मात्र ३५ दिन हुन्छ ।

◆ **What is safe Blood?**

Safe Blood when given is expected to benefit a patient without causing any adverse effect. It would be free from any infectious agent which can be transmitted through it like HIV, Hepatitis Viruses and agents causing syphilis.

◆ **Why Do We Need Safe Blood?**

We need safe blood to save lives. Blood is used to replace blood loss during accident, delivery and surgery; specific components in blood are also separated and used to replace specific components deficiency in various diseases.

◆ **Why are Voluntary Blood donors More Safe?**

Voluntary blood donors are safer because they donate blood out of pure altruism and humanitarian consideration. They do not expect any reward for their donation. They do not have anything to hide as far as their medical status is concerned.

◆ **How we can ensure that blood is safe?**

There are various steps taken to ensure optimum safety of blood. These consist of:

- Proper selection of blood donor

- Laboratory testing for HIV, HCV and syphilis
- Pre-transfusion testing procedures

SAFE BLOOD STARS WITH ME

- I do not have HIV/AIDS.
- I have never been an intravenous drug user.
- I have not had sex with a person who is HIV positive in the past 12 months
- I do not have casual or multiple sex partners.
- I am not a homosexual
- Therefore, I believe that my blood is safe for transfusion and can save life

💧 What is Rhesus Factor?

In 1940 Karl Landsteiner and Wiener reported that when the red cells of macacus rhesus monkeys were introduced into rabbits and guinea pigs antibodies were worked. These caused clumping not only of monkey red cell, but also of the red cells of about 85% of human beings. The antigenic factor in human erythrocytes responsible for this reaction was named Rh (for rhesus).

💧 What is Aphaeresis?

An increasingly common procedure is aphaeresis or the process of removing a specific component of the blood such as platelets and returning the remaining components, such as Red Blood cells and Plasma, to the donor. This process allows more of one particular part of the blood to be collected than could be separated from a unit of whole Blood. Aphaeresis is also performed to collect Red Cells, Plasma (Liquid part of the Blood) and Granulocytes (White Blood Cells). The aphaeresis donation procedure takes longer than whole Blood donation.

A whole Blood donation takes about 8 – 10 minutes to collect the blood. While an aphaeresis donation may take about one to two hours.

● **जीवन भरि रगत लिएर बाच्नुपर्ने रोगहरु**

Hemophilia, Thalasimia, Leukemia, Anemia (Chronic aplastic)

● **रगतबारे अनुसन्धानको इतिहास**

- सन् १६१६ मा बेलायतका Dr. William Harvey ले प्राणी मात्रमा रक्तसंचार हुन्छ भन्ने पत्ता लगाए
- सन् १६६५ मा DR Richard Lower ले एउटा मर्न लागेको कुकुरमा अर्को कुकुरको रगत चढाएर बचाए ।
- सन् १८१८ मा DR James Blundell ले एउटा मर्न लागेकी महिलालाई अर्को मानिसबाट सोभ्रै (Men to Men) रगत चढाएर बचाउन सफल भए ।
- सन् १९०० मा Dr. Karl Landsteiner ले ABO पत्ता लगाए ।
- सन् १९०२ मा Germany का DR. Struli र Dr Decastelio ले AB समुह पत्ता लगाए ।
- सन् १९१४ मा Dr. Albrt Hustin (Belgium) ले शरिरबाट बाहिर निकालिएको रगत बोतलमा Sodium Citrate Solution को सहायताले नजम्ने प्रविधिको विकास गरे
- सन् १९३१ म स्पेन को बार्सिलोनामा संसारको पहिलो Blood Bank स्थापना भयो ।
- सन् १९३२ मा Dr. Andre Bagdasarov ले 4 C को तापक्रममा Sodium Citrate र Clucose मिसाएर २१ दिनसम्म रगत सुरक्षित राख्न सक्ने प्रविधिको विकास गरे

- सन् १९३२ मा पहिलो रक्तसंचार लेनिन गार्ड अस्पतालमा संचालन भएको थियो ।
- सन् १९३७मा Cook Country Hospital मा अमेरिकामा पहिलो रक्तसंचार सुरु भएको थियो ।
- सन् १९४०मा DR. Karl Landsteiner र Dr. Alexander Weintr मिली Rhesus Factor पत्ता लगाए ।
- नेपालमा सन् १९६६ मा Laxmi Blood Bank पहिलो रक्तसंचार केन्द्र काठमाडौंमा स्थापना भएको थियो ।
- नेपालको पहिलो रक्तदाता दयावीर कंसाकार हुनुहुन्छ । उहाँले वि.सं. २०००मा रक्तदान गर्नु भएको थियो ।
- वि.सं. २०३९ मा नेपालमा नेपाल रेडक्रस सोसाइटी केन्द्रीय रक्तसंचार केन्द्र स्थापना भएको थियो ।

Celibataries appealing to donate blood

Melborne Declaration

Melborne declaration authored by an international group of experts and participants of 2009 world blood donor day in Australia urged all countries to achieve 100% voluntary non-remunerated donation by 2010 (Gift of blood April 2010, Number 99).

TYPES OF DONOR

1. Voluntry (non-remunerated) blood donor (VNRBD)

-A person who gives blood plasma or cellular components or his/her own free will and receive no payment either cash or kind.

2. Replacement donor.

-member of family/friend of patient participates in donation.

3. Captive donor

-forced to donate blood against wishes by his/her superiors/employers.

4. Paid donor

-commercial donor (not in Nepal 2039/040).

5. Autologous donor.

-give blood own self.

**BLOOD DONORS ARE NOT BORN BUT
MADE**

An RH-negative pregnant mother's body rejects her positive blood in the womb. Her body fights the Rhesus factor as a foreign element. A positive mother's body does not fight the negative baby she is carrying however.

<http://group.yahoo.comgroup\rhnegativeblood>

To reduce this risk, an RH-negative pregnant woman receives injections of RH (D) immune globulin (RhoGAM). The injections are given at about 28 weeks in pregnancy and immediately after delivery. With these injections, RH-negative women can have safe RH-positive pregnancies.

The highest concentration of RH negative blood occurs in the Basque People of the Northern Spain and Southern France and in the Eastern/ Oriental Jews. Only 17 % of the entire world's populations are known to have the RH negative blood factor.

Sloshing around inside each of us is a couple of gallons of precious fluid. We don't think much about it until there is a problem then we realize the real value of our blood. There is no replacement on human blood though researchers are hard at work around the world looking for a viable blood substitute. Modern society depends on Blood donated by humans. It is just that simple

Did you know?

Blood type is inherited, just like eye color


Certain blood types are more common in certain countries. In china, over 99% of the population has Rh+ blood.

**BLOOD DONORS ARE NOT BORN BUT
MADE**

Different kinds of animal have different kinds of blood. Dogs have 4 blood types; cats have 11; cows have about 800.

Some people think blood type tells about personality. Legend has it that type A is calm and trustworthy; Type B is creative and excitable; Type AB thoughtful and emotional; and Type O is a confident leader.

In Japan, the idea of blood type as personality type is so popular that Japanese ask "What's your blood type" ? About as often as Americans ask " What is your sign??"

: <http://www.infoplease.com/ipa/A0877658.html>

Worldwide five to ten percent of the cases of HIV infection are transmitted through the transmission of blood or tainted blood products. Some of the other severe diseases that can be transmitted include viral hepatitis C and B, syphilis, malaria and chagas disease. Globally, each year unsafe transfusion cause an estimated 8 to 16 million hepatitis B virus infection, 2.3 to 5 million hepatitis C virus infection and 80,000 to 160,000 HIV infections.

**BLOOD DONORS ARE NOT BORN BUT
MADE**

अन्त्यमा,

हाम्रो शरिरमा निरन्तर बन्ने र निश्चित समयमा आफैं मर्ने रगत दान गरी अरु कसैको जीवन बचाउन सकिने मानवीय दृष्टिले ज्याद ठूलो मानवीय सेवा हो । यस सेवामा हिस्सेदार बन्न तपाईंहामी सबैले रक्तदानको महत्वलाई मनन गरी आजै देखि यस पुन्य कार्यमा लागौं र अरुलाई पनि उत्प्रेरित गरौं । पूर्ण आशाका साथ

धन्यवाद !

रगत दिऊं जीवन बचाऔं ।

**BLOOD DONORS ARE NOT BORN BUT
MADE**