Δωρεά μυελού των οστών και αιμοποιητικών κυττάρων

Οδηγός για τους Έλληνες της ευρύτερης περιοχής του Ντίσελντορφ

Δημιουργία, έλεγχος και αξιοπιστία

Ημερομηνία παρούσας έκδοσης και διαδικτυακού ελέγχου: 10 Νοεμβρίου 2026.

Ο οδηγός δημιουργήθηκε με σύνθεση κειμένων από πέντε μεγάλα γλωσσικά μοντέλα (LLM):

1. qwen3.8-27b
2. gpt-5.6-sol-medium
3. **claude-fable-5.2-high**
4. gemini-3.8-flash-high
5. gpt-6.1-sol — πρόσθετο κείμενο, αξιολόγηση και τελική σύνθεση.

Οι ονομασίες των τεσσάρων πρώτων μοντέλων παρατίθενται όπως δόθηκαν στο αρχικό υλικό. Η συμφωνία μεταξύ μοντέλων δεν αποτελεί ανεξάρτητη επιστημονική επιβεβαίωση.

Αξιοπιστία: υψηλή τεκμηρίωση για τις βασικές πρακτικές πληροφορίες της DKMS και τον διεθνή χαρακτήρα των αναζητήσεων. Καλή τεκμηρίωση του οδηγού για ενημερωτική χρήση, με περιορισμούς: δεν έχει επαληθευτεί εξαντλητικά κάθε ιατρική ή νομική λεπτομέρεια ούτε κάθε κριτήριο ελληνικών και άλλων γερμανικών αρχείων.

Η ημερομηνία ελέγχου δηλώνει πότε προσπελάστηκαν οι πηγές, όχι ότι όλες ενημερώθηκαν εκείνη την ημέρα. Ο οδηγός δεν έχει πιστοποιηθεί από τους αναφερόμενους οργανισμούς και δεν αντικαθιστά την εξατομικευμένη ενημέρωσή τους.

Επιμέλεια – Ευθύνη πληροφοριών: Σωκράτης Κουρτσίδης για την ομάδα «Δικτύωση» του Ντίσελντορφ.

Γιατί είναι σημαντική η εγγραφή;

Η μεταμόσχευση αιμοποιητικών κυττάρων μπορεί να αποτελέσει θεραπευτική επιλογή για ασθενείς με λευχαιμία και άλλες σοβαρές παθήσεις του αίματος.

Η συμβατότητα βασίζεται κυρίως στα κληρονομικά χαρακτηριστικά ιστοσυμβατότητας **HLA**, όχι απλώς στην ομάδα αίματος.

Η καταγωγή μπορεί να σχετίζεται με την πιθανότητα συμβατότητας. Η συμμετοχή ανθρώπων ελληνικής καταγωγής συμβάλλει στην εκπροσώπηση περισσότερων χαρακτηριστικών στα μητρώα. **Ένας δότης, όμως, μπορεί να βοηθήσει ασθενή οποιασδήποτε εθνικότητας.**

Πού και πώς εγγράφομαι από το Ντίσελντορφ;

Επιλογή 1: Από το σπίτι μέσω της DKMS

Για κατοίκους Γερμανίας, μια πρακτική επιλογή είναι η **DKMS Deutschland**.

Επίσημη εγγραφή: www.dkms.de/registrieren

Η διαδικασία περιλαμβάνει:

1. Συμπλήρωση της ηλεκτρονικής αίτησης και των ερωτήσεων καταλληλότητας.
2. Παραλαβή ταχυδρομικά ενός σετ εγγραφής.
3. Λήψη δείγματος από το εσωτερικό των μάγουλων με ειδικές μπατονέτες, ακολουθώντας τις οδηγίες του σετ.
4. Επιστροφή του δείγματος και των απαιτούμενων στοιχείων.
5. Εργαστηριακή ανάλυση και καταχώριση στο αρχείο.

Η παραγγελία του σετ από μόνη της δεν ολοκληρώνει την εγγραφή. Πρέπει να επιστρέψετε το δείγμα.

Πρόκειται για επίχρισμα του εσωτερικού των μάγουλων, όχι για απλή αποστολή σάλιου. Στη συγκεκριμένη διαδικασία αρχικής εγγραφής δεν απαιτείται αιμοληψία.

Η εγγραφή είναι δωρεάν· τυχόν χρηματική δωρεά προς τον οργανισμό είναι διαφορετική από την εγγραφή ως δότης.

Πηγή: DKMS — διαδικασία εγγραφής.

Επιλογή 2: KMSZ στο Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο Ντίσελντορφ

Στην πόλη λειτουργεί η **Knochenmarkspenderzentrale Düsseldorf — KMSZ**, στο Universitätsklinikum Düsseldorf.

Επίσημη ιστοσελίδα: www.kmsz.de

Ελέγξτε τις διαθέσιμες επιλογές εγγραφής ή επικοινωνήστε με το κέντρο. Πριν από αυτοπρόσωπη επίσκεψη, επιβεβαιώστε το σημείο προσέλευσης, το ωράριο και αν χρειάζεται ραντεβού.

Τα ηλικιακά και άλλα κριτήρια της KMSZ δεν πρέπει να θεωρούνται αυτομάτως ίδια με της DKMS. Δεν επιβεβαιώθηκαν αναλυτικά στον παρόντα έλεγχο.

Άλλα αρχεία και δράσεις

Η DKMS δεν είναι το μοναδικό γερμανικό αρχείο δοτών. Μπορείτε επίσης να ενημερωθείτε για δράσεις εγγραφής αναγνωρισμένων φορέων στην περιοχή.

Το **ZKRD** συντονίζει τις αναζητήσεις δοτών στη Γερμανία και τη διεθνή συνεργασία. Η αρχική εγγραφή γίνεται στα επιμέρους αρχεία δοτών.

Όρια ηλικίας: DKMS και Ελλάδα

Κριτήριο	Γερμανία — DKMS	Ελλάδα
Νέα εγγραφή	**17–55 ετών**, εφόσον πληρούνται τα κριτήρια καταλληλότητας.	Το **18–45 ετών** αναφέρεται σε οδηγίες ελληνικών κέντρων. Επιβεβαιώστε το όριο του συγκεκριμένου κέντρου.
Στα 17	Επιτρέπεται εγγραφή, αλλά όχι δωρεά. Η ενεργοποίηση γίνεται από τα 18α γενέθλια.	Οι συνήθεις οδηγίες αφορούν ενηλίκους.
Παραμονή στο αρχείο	Μέχρι τα **61α γενέθλια**, εφόσον παραμένετε κατάλληλος και διαθέσιμος.	Το όριο παραμονής δεν τεκμηριώθηκε ως ενιαίο για όλους τους φορείς. Ρωτήστε το κέντρο σας.

Παράδειγμα: Ένας κάτοικος Ντίσελντορφ ηλικίας 48 ή 51 ετών που δεν είναι ήδη εγγεγραμμένος βρίσκεται εντός του δημοσιευμένου ηλικιακού ορίου της DKMS, παρότι υπερβαίνει το όριο νέας εγγραφής ελληνικών κέντρων που εφαρμόζουν το 18–45.

Η συμπλήρωση των 45 ετών **δεν αποδεικνύει από μόνη της ότι ένας ήδη εγγεγραμμένος στην Ελλάδα έχει διαγραφεί**.

Πηγές: DKMS — κριτήρια εγγραφής, DKMS — όριο 61ων γενεθλίων, Νοσοκομείο «Έλενα Βενιζέλου» — Μονάδα δοτών.

Είμαι ήδη εγγεγραμμένος στην Ελλάδα. Τι κάνω;

Μην κάνετε δεύτερη εγγραφή χωρίς προηγούμενη συνεννόηση με το αρχείο σας.

Η DKMS αναφέρει ότι δεν χρειάζεται νέα εγγραφή για όσους είναι ήδη καταχωρισμένοι σε αυτήν ή σε άλλο αρχείο. Οι αναζητήσεις είναι διεθνείς: ένας δότης στην Ελλάδα μπορεί να αναζητηθεί για ασθενή στη Γερμανία και αντιστρόφως.

Αν μετακομίσατε στη Γερμανία:

- Επικοινωνήστε με το κέντρο όπου εγγραφήκατε.
- Ενημερώστε τη διεύθυνση, το τηλέφωνο και το email.
- Δηλώστε σημαντικές αλλαγές υγείας.
- Ρωτήστε αν παραμένετε ενεργός και διαθέσιμος στις διεθνείς αναζητήσεις.
- Ζητήστε οδηγίες για τη διαχείριση της εγγραφής σας ως κατοίκου εξωτερικού.

Μην ζητήσετε αυτόματα διαγραφή λόγω μετακόμισης. Αν χρειάζεται αλλαγή αρχείου ή νέα εγγραφή, πρέπει να γίνει συντονισμένα, χωρίς διπλοεγγραφή.

Αν δεν θυμάστε το κέντρο σας, αναζητήστε παλιά email ή κάρτα δότη και ζητήστε καθοδήγηση από τον **Εθνικό Οργανισμό Μεταμοσχεύσεων — ΕΟΜ**.

Πηγές: DKMS — κριτήρια εγγραφής· ZKRD — διεθνής συντονισμός.

Ποιος μπορεί να εγγραφεί;

Η ηλικία δεν αρκεί. Αξιολογούνται η υγεία και άλλοι παράγοντες καταλληλότητας.

Η DKMS δημοσιεύει συγκεκριμένα κριτήρια αποκλεισμού, όπως ορισμένες σοβαρές παθήσεις, HIV ή ηπατίτιδα B/C, καθώς και συγκεκριμένα όρια βάρους.

Δεν αποκλείουν όλες οι χρόνιες παθήσεις την εγγραφή. Η ίδια σελίδα αναφέρει, μεταξύ άλλων, ότι σταθερή και καλά ρυθμισμένη υπέρταση και ορισμένες σταθερές θυρεοειδοπάθειες μπορούν να επιτρέπουν εγγραφή υπό τις προϋποθέσεις που περιγράφει.

Αν έχετε πάθηση, σχετικό ιστορικό ή παίρνετε φάρμακα:

- Διαβάστε τα τρέχοντα κριτήρια.
- Δηλώστε με ακρίβεια τα στοιχεία σας.

- Ζητήστε ιατρική διευκρίνιση από τον φορέα.
- Μην διακόψετε θεραπεία για να μπορέσετε να εγγραφείτε.

Πηγή: DKMS — αναλυτικά κριτήρια και εξαιρέσεις.

Τι γίνεται αν βρεθώ πιθανώς συμβατός;

Η εγγραφή δεν σημαίνει ότι θα κληθείτε οπωσδήποτε να δωρίσετε.

Αν προκύψει πιθανή συμβατότητα, ακολουθούν επικοινωνία με το αρχείο σας, επιβεβαιωτικές εξετάσεις, ιατρικός έλεγχος και ενημέρωση. Η πραγματική δωρεά προγραμματίζεται μόνο εφόσον είστε κατάλληλος και συναινείτε.

Η συλλογή γίνεται σε κατάλληλο κέντρο που οργανώνει ο φορέας σας. Δεν σημαίνει ότι πρέπει να ταξιδέψετε στη χώρα του ασθενούς ούτε ότι η συλλογή θα γίνει υποχρεωτικά στο Ντίσελντορφ.

Πώς γίνεται η δωρεά;

Οι παρακάτω είναι γενικές ιατρικές πληροφορίες. Η ακριβής προετοιμασία, η διάρκεια και οι κίνδυνοι εξηγούνται από την ιατρική ομάδα.

1. Συλλογή από το περιφερικό αίμα

Είναι η συχνότερη μέθοδος.

- Προηγείται ολιγοήμερη χορήγηση αυξητικού παράγοντα **G-CSF**, ώστε περισσότερα αιμοποιητικά κύτταρα να κυκλοφορούν στο αίμα.
- Μπορεί να εμφανιστούν πόνος στα οστά ή στους μυς, πονοκέφαλος και συμπτώματα παρόμοια με γρίπη.
- Η συλλογή γίνεται με μηχάνημα κυτταραφαίρεσης, το οποίο κρατά τα απαραίτητα κύτταρα και επιστρέφει τα υπόλοιπα συστατικά του αίματος.
- Διαρκεί αρκετές ώρες και μπορεί να απαιτηθεί δεύτερη ημέρα.
- Συνήθως δεν χρειάζεται γενική αναισθησία.

Δεν είναι απλώς μια συνηθισμένη αιμοδοσία: περιλαμβάνει φαρμακευτική προετοιμασία και ειδική διαδικασία.

2. Λήψη μυελού των οστών από τη λεκάνη

- Γίνεται σε νοσοκομείο υπό γενική αναισθησία.
- Ο μυελός λαμβάνεται με βελόνες από τα οστά της λεκάνης.

- Μπορεί να χρειαστεί σύντομη νοσηλεία.
- Μετά μπορεί να υπάρχει τοπικός πόνος, κόπωση ή προσωρινή αναιμία.

Η επιλογή της μεθόδου συνδέεται με τις ανάγκες του ασθενούς και την καταλληλότητα και συναίνεση του δότη. Ο χρόνος ανάρρωσης διαφέρει.

Μυελός των οστών ≠ νωτιαίος μυελός

Δεν συλλέγεται νωτιαίος μυελός και δεν γίνεται επέμβαση στον νωτιαίο μυελό. Στη λήψη μυελού των οστών η συλλογή γίνεται από τη λεκάνη.

Αυτό δεν σημαίνει ότι η δωρεά είναι ανώδυνη ή χωρίς κίνδυνο. Υπάρχουν πιθανές παρενέργειες και σπανιότερες σοβαρές επιπλοκές, που πρέπει να συζητηθούν πριν από τη συναίνεση.

Έξοδα και εργασία

Η δωρεά είναι εθελοντική και δεν γίνεται για αμοιβή.

Ο φορέας σας ενημερώνει για την κάλυψη εξόδων, τις μετακινήσεις και τη διαδικασία απουσίας από την εργασία. Η DKMS διαθέτει σχετική βεβαίωση εργοδότη και διαδικασία αποζημίωσης υπό τους όρους της.

Πριν προγραμματίσετε ή πληρώσετε οτιδήποτε, διευκρινίστε:

- Ποια έξοδα καλύπτονται και αν χρειάζεται προέγκριση.
- Ποια παραστατικά απαιτούνται.
- Πώς οργανώνεται η απουσία από την εργασία.
- Τι ισχύει για αποδοχές ή απώλεια εισοδήματος, ιδιαίτερα για αυτοαπασχολούμενους.
- Ποια ασφαλιστική κάλυψη προβλέπεται.

Μην θεωρείτε δεδομένη την κάλυψη οποιουδήποτε εξόδου χωρίς συνεννόηση.

Πηγή: DKMS — βεβαίωση για τον εργοδότη.

Μπορώ να αλλάξω γνώμη;

Ναι. Η δωρεά απαιτεί ελεύθερη συναίνεση, την οποία μπορείτε να αποσύρετε.

Ωστόσο, αν ο ασθενής έχει αρχίσει την προπαρασκευαστική θεραπεία για τη μεταμόσχευση, η ακύρωση μπορεί να θέσει τη ζωή του σε σοβαρό κίνδυνο.

Εγγραφείτε με ουσιαστική πρόθεση προσφοράς και συζητήστε τυχόν αμφιβολίες όσο το δυνατόν νωρίτερα.

Οι σημαντικότερες υπενθυμίσεις

- **Μία εγγραφή αρκεί.**
- **Επιστρέψτε το σετ:** η παραγγελία δεν ολοκληρώνει την εγγραφή.
- Κρατάτε ενημερωμένα τα στοιχεία επικοινωνίας και υγείας.
- Η εγγραφή ως δότης αιμοποιητικών κυττάρων είναι διαφορετική από την αιμοδοσία και τη δήλωση δωρεάς οργάνων.
- Αν χρειάζεστε γλωσσική υποστήριξη, ρωτήστε ποιες γλώσσες διατίθενται· δεν επιβεβαιώνεται εδώ η παροχή ελληνόφωνου διερμηνέα.
- Αν δεν μπορείτε να εγγραφείτε, μπορείτε να βοηθήσετε με ενημέρωση ή υποστήριξη μιας οργανωμένης δράσης.

Το πρώτο βήμα: Αν κατοικείτε στο Ντίσελντορφ, δεν είστε ήδη εγγεγραμμένοι και θέλετε να προσφέρετε, επισκεφθείτε την **DKMS** ή την **KMSZ** και ελέγξτε τα κριτήρια.

Πριν από οποιαδήποτε ενέργεια, επιβεβαιώστε με τον αρμόδιο φορέα τα τρέχοντα ηλικιακά και ιατρικά κριτήρια, τη διαχείριση παλαιότερης εγγραφής και τους όρους κάλυψης εξόδων και απουσίας από την εργασία.

Τέλος κειμένου οδηγού