

Leggiamo e meditiamo sulla grande importanza di essere Donatori Avis

Un Perché in più per essere Avisini

Una tragica storia vera che deve farci riflettere e migliorare



E' proprio vero che certi avvenimenti della vita ci aprono gli occhi, specialmente quando ci permettono di vedere le cose sotto angolazioni impensate. Noi donatori difficilmente possiamo pensare al "dopo donazione", quando il sangue arriva a qualcuno, perché in virtù del nostro anonimato non sappiamo più nulla della nostra sacca. Vi vorrei raccontare una storia, ma visto che non siamo nelle fiabe

non è purtroppo a lieto fine. Per motivi che non mette conto qui precisare, nei mesi scorsi ho conosciuto una signora di 72 anni che stava vivendo un lento calvario, perché il suo fisico veniva devastato dagli effetti dell'epatite. La cosa che mi scosse fin da subito era che la signora M. aveva contratto questa terribile ed insidiosa malattia a causa di una trasfusione infetta, ricevuta anni orsono. Potete immaginare che come donatore innanzitutto e poi come Presidente AVIS il pensare all'uso di sangue non sicuro (non voglio entrare nel merito di stabilire colpe e/o responsabilità, perché non conosco i dettagli della vicenda) mi aveva colpito. In quel momento incominciavo a riflettere e pensavo: guarda che grande responsabilità abbiamo noi; il nostro sangue è analizzato nei minimi dettagli, per questo è sicuro, ma laddove non

copriamo il fabbisogno...

Certo i tempi son mutati, ma il sangue più sicuro resta quello dei donatori... Be' nei momenti di scoraggiamento di un Presidente AVIS (che -



vi confesso- non mancano mai per vari motivi, specialmente quando il nostro entusiasmo si scontra contro le piccole meschinità quotidiane...) il pensiero di questa "colpa" (e temo che non sia l'unico esempio) del "sistema sangue" di cui anche noi facciamo parte, mi aiutava a stringere i denti. La signora M. però nel mese di gennaio, pur con tutta la sua grande voglia di vivere e il suo spirito gioiosamente combattivo, ha ceduto al perfido male e ha abbandonato la sua cara figlia e il suo amato nipote. Allora che M. non c'era più, ho capito che devo essere Donatore e Presidente ancora più vivace: come Donatore non devo essere seccato se il mio sangue è sottoposto a controlli rigorosi e questo mi costa magari un prelievo in più, perché tutelo **la mia salute, ma ANCHE QUELLA DEL RICEVENTE**; come Presidente devo impegnarmi, perché **solo con donatori abituali e controllati si possono evitare tragedie simili!!!** Spero, miei cari Donatori e cittadini palestresi non ancora Donatori, che M. non sia morta invano: sta a **NOI** dimostrare il contrario.

Con i miei saluti più cordiali

IL PRESIDENTE
Giancarlo Bessi

*Assemblea Annuale
dei Donatori 2005
Venerdì 25 Febbraio
Ore 21- Nuova Sede Avis*

**Prossimo Prelievo
Domenica 20
Marzo**

Grande Sergio! 140 Donazioni!

Domenica 19 Dicembre abbiamo festeggiare un traguardo eccezionale. Il nostro mitico donatore, nonché consigliere, nonché tuttodore Sergio Proveri ha compiuto la sua 140ª Donazione! Un fulgido esempio di solidarietà per tutti noi, da imitare per la dedizione e l'impegno al servizio del prezioso gesto del dono del sangue.



Sergio Proveri durante al donazione con Enrica Grosso e Sara Gaggianesi

"Sono le azioni che contano. I nostri pensieri, per quanto buoni possano essere, sono perle false fintanto che non vengono trasformate in azioni."

Mohandas Karamchand "Mahatma" Gandhi

Cosa c'è scritto sulle Analisi del Sangue?

COLESTEROLO

Importante costituente delle cellule dell'organismo. Può avere origine dal cibo (latte e derivati, carne, uova ecc.), ma la maggior parte è fabbricata dal fegato a partire da una vasta gamma di sostanze. La ricerca di questa sostanza nel sangue concorre, con la ricerca dei trigliceridi, a valutare i grassi nell'organismo. Può essere eliminato (tramite la sintesi degli acidi biliari) per via epatica (fegato) o per via intestinale. Viene differenziato in due gruppi:

Colesterolo HDL, "buono", perchè se la maggiore parte del colesterolo presente nel sangue è sottoforma di lipoproteine a elevata densità (High Density Lipoproteins, HDL) sembra avere un effetto protettivo nei confronti della malattia arteriosa, perchè le molecole HDL hanno una struttura molto grande e tali dimensioni consentono loro di "spazzare" fisicamente le arterie e di ripulirle dai depositi arteriosclerotici. Inoltre le HDL hanno la funzione di riportare il colesterolo nel fegato, quindi di sottrarlo al sangue. E' molto utile ed è importante che il suo livello sia alto, maggiore di 35 mg/dl; una persona che ha un colesterolo totale alto ma un HDL a un livello maggiore di 35 non è a rischio, quanto una persona che insieme a un colesterolo totale alto, presenta un livello di HDL basso, inferiore a 35.

Colesterolo LDL, "cattivo", perchè se la maggiore parte del colesterolo è sottoforma di lipoproteine a bassa densità (Low Density Lipoproteins, LDL) aumenta il rischio di sviluppo di aterosclerosi. Il colesterolo è una sostanza essenziale, che rappresenta la base chimica per la sintesi di alcuni ormoni

ed entra in gioco anche come "mattone" nella formazione di tutte le membrane delle cellule.

Sono considerati valori normali 120 - 220 mg/100 ml per il colesterolo totale, 40 - 80 mg/100 ml per l'HDL, 70 - 180 mg/100 ml per l'LDL.

TRIGLICERIDI

Sono sostanze grasse prodotte nel fegato o introdotte con gli alimenti. Insieme all'aumento del colesterolo, l'innalzamento dei trigliceridi costituisce un fattore di rischio perchè danneggia le arterie. I trigliceridi hanno la sola funzione di "scorta" dei grassi per l'organismo, cioè non forniscono immediatamente energia (come il glucosio) ma vengono utilizzati solo nei momenti di emergenza, cioè quando l'organismo ha bisogno di energia. Essi entrano nell'organismo insieme ai cibi (soprattutto burro, insaccati e formaggi grassi) e non appena l'intestino li assorbe, vengono catturati da particolari proteine, i chilomicroni, e trasportati al fegato e al tessuto adiposo per essere immagazzinati. Nel momento in cui l'organismo ha bisogno di energia, altre proteine (chiamate Vldl) intaccano le scorte e trasportano i trigliceridi in circolo. I valori sono molto influenzabili dall'alimentazione immediatamente precedente al prelievo. Se si mangiano cibi grassi nei giorni che precedono l'esame, è possibile che il loro livello si alzi. Anche l'alcol sortisce questo effetto.

Se un loro aumento si associa a forte diminuzione dei valori del colesterolo HDL, rappresentano anch'essi fattore di rischio per infarto e ictus.

Per mantenere nella norma i valori di Trigliceridi e Colesterolo è importante mantenere un corretto regime alimentare.

GLICEMIA

Indica la concentrazione nel sangue di glucosio, zucchero che si origina dal metabolismo degli zuccheri alimentari, del glicogeno, di amminoacidi e grassi introdotti con gli alimenti.

Cerchiamo Vecchie Fotografie

Hai delle vecchie fotografie di manifestazioni organizzate dalla Nostra Associazione? Immagini di vita avvisina del nostro paese risalenti a qualche anno fa? Fotografie di gruppo di passate premiazioni, di feste in piazza, di pranzi dell'Avis? Immagini che ritraggono donatori di Palestro ai tempi in cui eravamo ancora una costola dell'Avis di Robbio? Se sei in possesso di qualcuno di questi documenti che testimoniano frammenti della nostra Storia, contatta i nostri consiglieri, ed in particolare il consigliere Andrea Antico. Il materiale che ci fornirete sarà immediatamente digitalizzato e restituito al legittimo proprietario.

Grazie - Grazie

Ringraziamo dalle colonne del Corriere Avis la persona, che ama definirsi semplicemente "Un Amico dell'Avis", che ha devoluto alla nostra associazione, in occasione delle festività natalizie, la cospicua somma di 500 Euro. A lui va la nostra gratitudine.