

Magasinet
Bloddonor
gennem tiden

#JegGiverBlodFordi

Hvad er
autoimmune
sygdomme?



**Hverdagens
helle for
immunsvage børn**



Alle børn på Pandastuen har sygdomme, der gør dem særligt udsatte.

Fotograf: Tomas Bertelsen

Nr. 133 • efterår 2023

Udgives af:

Bloddonorerne Danmark
Blekinge Boulevard 2
2630 Taastrup
info@bloddonor.dk

Ansvarshavende redaktør:

Lisbet Schönau

Redaktion:

Annie R. Nielsen
Emilie Rahbek Pii
Malou Rode
Daniel Hill Stadil
Anne-Sophie Fioritto Thomsen

Lægefaglig konsulent:

Christina Mikkelsen

Design:

Kayser Grafisk Design

Produktion:

Aller Tryk A/S

Trykt på svanemærket papir

Oplag: 203.000

ISSN 2446-0516



indhold

NR. 133 • EFTERÅR 2023



16-20

Ved autoimmune sygdomme går kroppen til angreb på sig selv. Det kan ske i alle dele af kroppen, og for patienter med autoimmun hjernebetændelse er behandling med plasmaprodukter helt afgørende for, om de klarer den eller ej.



6-11

Immunsvage børn, der ikke kan gå i en almindelig daginstitution, kan finde helle på Pandastuen. Her møder vi børn med leukæmi, cystisk fibrose og andre sygdomme, der gør dem særligt udsatte for infektioner.



28-31

Vi rejser tilbage i tiden og ser på, hvordan magasinet Bloddonor har udviklet sig.

12-13

Som bare 7-årig vågnede Camilla i et flammehav og blev alvorligt forbrændt. Bloddonorer og blodprodukter spiller en vigtig rolle i behandlingen af brandsårspatienter. Læs Camillas historie.



I er en kæmpe ressource for det danske samfund

Når weekenden nærmer sig, står mange af de flere tusinde frivillige natteravnere til rådighed i bylivet. Døgnet rundt er mere end 150.000 frivillige hjerteløbere klar til at træde til med genoplivning ved hjertestop, og gang på gang træder 180.000 frivillige bloddonorer ind ad døren til blodbanken for at give blod videre som en gave til medmennesker, de ikke kender.

Det ligger i tiden, at indsatser med karakter af samfundssind er værdsat. Men vi ved, at det ikke er givet, at du og resten af landets bloddonorer møder trofast op i blodbanken for at bidrage til samfundet. I andre lande bliver donorer kompenseret med honorar for at give blod. Det kan give problemer med patientsikkerheden ved blodtransfusioner, ligesom det sociale aspekt ved frivillig bloddonation går tabt.

Jeg glæder mig over, at vi har 180.000 frivillige bloddonorer i Danmark. I er verdensmestre i at opretholde en god og stabil forsyning af blod. I formår

at følge med udviklingen i blodforsyningen, så der ikke mangler blod til behandling af patienter i Danmark. Og det er nødvendigt.

Regionerne står for at skabe flere muligheder for, at donorer kan give plasma til livsvigtig medicin til patienter med bl.a. nedsat immunforsvar.

Dette blad handler netop om bloddonorenes værdifulde indsats og jeres donationers betydning for en lang række patienter. F.eks. patienter med autoimmune sygdomme, hvor der indimellem skal hele 40 donorer til behandling af en enkelt patient. Eller som de immunsvage børn, der skal skånes for infektioner, men som på Pandastuen får en almindelig børneværdig hverdag.

Danmark har en kæmpe ressource i jer donorer. Og det kan komme os til gode. Efterhånden som regionerne udvider forsyningen til blodprodukter, bliver det stadigt mere vigtigt med et godt



hold af frivillige bloddonorer, som stiller op, når det er nødvendigt.

Jeg håber, historierne i dette blad kan minde dig om den forskel, du gør som bloddonor, og jeg ser frem til et fortsat godt samarbejde om en stabil blodforsyning i Danmark.

Rigtig god læselyst.

Lisbet Schønau
Direktør

Landsmøde

I sensommeren var 162 frivillige samlet til Bloddonorerne Danmarks landsmøde i Aalborg for at få ny viden og energi til arbejdet med at rekruttere og anerkende de mange tusind frivillige bloddonorer i Danmark. Inspirerende oplægsholdere gav nye indsigter i fremtidens blodforsyning, tendenser i frivilligheden og forskning i Det Danske Bloddonorstudie.

Der er i alt omkring 600 frivillige i Bloddonorerne Danmark, der hjælper med at sikre, at der altid er blod nok til at behandle patienter på de danske hospitaler.

Har du interesse i det frivillige arbejde?

På bloddonor.dk/frivilligt-arbejde kan du læse mere og se, hvordan du kontakter din lokale bestyrelse.



Fælles anerkendelse ved jubilæer

I juni indførte Bloddonorerne Danmark et fælles jubilæums-gavesortiment, så landets donorer anerkendes ensartet. Én portion blod er lige meget værd, uanset hvor den gives. Tidligere koordinerede de lokale enheder ikke, hvordan donorerne blev anerkendt, og derfor kunne der være lokale forskelle.



Brug dit bloddonorjubilæum til at støtte en god sag



Når du opnår et jubilæum som bloddonor, har du allerede gjort en forskel for patienter, der har fået gavn af dit blod i en kritisk fase af livet.

Du får en symbolsk gave som anerkendelse for din vigtige indsats, men vidste du, at du nu har mulighed for at videregive din anerkendelse fra Bloddonorerne Danmark til en velgørende organisation?

Vi har indgået samarbejder med Den Danske Naturfond, Danske Hospitalsklovne og Læger uden Grænser, som du kan støtte, når du opnår et jubilæum. Alle tre gavebeviser er udarbejdet særligt til Bloddonorerne Danmark.

Med pengene fra bloddonorjubilæernes naturbeviser redder

Den Danske Naturfond 10 kvadratmeter naturområde i Danmark pr. uddelt bevis. I 2022 var bloddonorer f.eks. med til at sikre 1.200 kvadratmeter naturlig skov i Engelsholm Sønderkov ved Vejle Ådal.

Med støtte til Danske Hospitalsklovne gør du det muligt for dem at styrke indlagte børns livsglæde og livsmod, så børnene bedre kan komme igennem sygdomsforløbet.

Gavebeviset til Læger uden Grænser bruges til at give lægehjælp til de befolkningsgrupper i verden, der er mest udsatte i forbindelse med konflikter, epidemier og katastrofer. Ofte betyder denne hjælp forskellen på liv og død.

Glad som bloddonor, glad som frivillig

Jeg husker det, som om jeg var meget ung, men iflg. oplysningerne på Blodportalen, så har jeg faktisk først givet min første portion blod som 33-årig. Den væsentligste årsag var egentligt ret egoistisk. Jeg havde en skræk for nåle, som jeg besluttede at konfrontere mig selv med. At jeg så samtidig gjorde en god gerning, var bare et ekstra plus.

Min første tapning gik overraskende godt. Jeg fandt ud af, at det var at se selve stikket i armen, jeg var bange for, så jeg kiggede bare væk, og derefter gik det godt. Jeg fandt desuden ud af, at jeg har en eftertragtet blodtype, nemlig 0 RhD negativ, som kun ca. 6 % har.

På daværende tidspunkt arbejdede jeg i Lyngby og var det, der hed udrykningsdonor.

Hver 3. måned blev jeg hentet i taxa, kørt til Rigshospitalet, Glostrup eller Frederiksberg hospital, hvor jeg blev tappet og kørt retur igen. Det er sjovt at tænke tilbage på - og

heldigvis er det både blevet nemmere og ikke mindst billigere at få tappet en donor i 2023.

” Vi er alle mennesker, som gør en god gerning for andre, og det bliver man glad i låget af.

I dag bliver jeg tappet i Rigshospitalets Blodbank. Jeg er så heldig, at jeg bor lige rundt om hjørnet.

Kender efterhånden de faste tappere, og vi får altid en hyggelig sludder, mens jeg ligger og slapper af med en cola og lidt nødder. Gør det ofte på en fridag og belønner altid mig selv med en lille middagslur efter tapning.

Den dag i dag er jeg mere bevidst om, hvilken forskel en donor gør. Har hørt så mange solstrålehistorier om de mennesker, som hver tapning er med til at hjælpe. Og jeg elsker, når der tikker en SMS ind om, at mit blod er blevet brugt til en patient.

For nogle år siden blev jeg frivillig hos Bloddonorerne. Som frivillig hjælper man til i Den Mobile Blodbank, ved arrangementer, tager ud til uddannelsesinstitutioner og mange andre ting. I år deltog vi ved Royal Run, og skilte os i ud i mængden med vores røde t-shirts. Der er en helt speciel stemning, når frivillige donorer er sammen.

Vi er alle mennesker, som gør en god gerning for andre, og det bliver man glad i låget af.

Grænsen for bloddonorer er heldigvis sat op til 75 år, så jeg regner med at give blod en del år endnu. 🍷

*Margit Baun,
København*



Foto: Privat



Immunsvage børn lever livet på Pandastuen

Små børnehænder griber fat om legetøjet i sandkassen. Lyden af grin og små fødder, der løber over legepladsen, fylder uderummet i børnehuset Regnskoven. Det kan lyde som en helt almindelig hverdag for helt almindelige børn, men her findes en særlig stue – Pandastuen. Denne lille enhed er et helt særligt dagtilbud til børn, der kæmper med et svækket immunforsvar. Bag de trygge vægge finder man børn med leukæmi, cystisk fibrose og andre sygdomme, der gør dem særligt udsatte.

Tekst Anne-Sophie Fioritto Thomsen • Foto Tomas Bertelsen

Hvis man har haft børn, der går i institution, så ved man, at de tager diverse smitsomme sygdomme med hjem. Næserne løber hele efteråret, og håndhygiejne står ikke højt på dagsordenen hos små børn, der har travlt med at lege og udforske alt det spændende, som livet rummer. >

> Men for nogle børn kan den gængse forkølelse være en stor trussel. Det gælder for en gruppe af børn med sygdomme, der nedsætter immunforsvaret. En infektion kan for dem betyde meget mere end et par sygedage derhjemme med mor eller far.

Pandastuen er et sted, hvor immunsvage børn i Københavns Kommune kan gå i vuggestue og børnehave og dermed få så normal en hverdag som muligt midt i hospitalsbesøg, kemobehandlinger og medicindoseringer.

Samvær med raske børn

Institutionen blev startet op i 1992 af to læger fra Rigshospitalet. De så et behov for et særligt tilbud til denne type børn, som skal beskyttes imod bakterier og vira. I samarbejde med Københavns Kommune fandt de lokalerne på ydre Østerbro i København.

Et af kravene til stuen for immunsvage børn var, at den skulle ligge i forlængelse af en almindelig børnehave eller vuggestue, så de immunsvage børn kan skabe relationer til andre børn ude på legepladsen.

– Nogle dage er her måske kun to eller tre børn, hvis de andre er syge eller indlagt i en periode. Så er det vigtigt, at de stadig kan komme ud og være sociale og lære sociale kompetencer. Og det gør de så udendørs, hvor smitterisikoen er minimal, fortæller Tanja, der er teamkoordinator på Pandastuen.

Tanja har arbejdet på Pandastuen i 20 år. Hun brænder for sit job, kan man tydeligt mærke. Pandastuen huser maksimalt otte børn mellem 0 og 6 år.

– Vi har børn i et bredt aldersspænd. Så hvis børnehaven f.eks. tager på tur, kan vi koble nogle af vores større børn på, så de lærer det samme som de andre. Hvordan går man i trafikken, hvordan er man sammen i en større gruppe på udflugt. Derfor er det rart, at vi har et godt samarbejde med de andre stuer, siger Tanja.

Børnene på Pandastuen må ikke være sammen med børnene fra andre stuer indenfor. Men de kan godt være sammen med hinanden. Stuen har lidt skærpede regler, som skal gøre det så sikkert som muligt for børnene.

– Udviser de tegn på sygdom eller bliver lidt febrerme, så må barnet hentes med det samme.

” Nogle dage er her måske kun to eller tre børn, hvis de andre er syge eller indlagt i en periode. Så er det vigtigt, at de stadig kan komme ud og være sociale og lære sociale kompetencer.

Tanja



Sandkassetid og leg udenfor er en fast del af hverdagen for Pandastuens børn.



HVAD BETYDER "IMMUNSVAG"?

Immunsvage børn har en sygdom, eller får en behandling mod en sygdom, som svækker deres immunforsvar. Det gør dem ude af stand til at nedkæmpe infektioner på lige fod med andre børn. Infektioner, der normalt er ufarlige, kan derfor være farlige for denne gruppe børn.

Og man skal have mindst ét symptomfrit døgn, før man må komme tilbage til de andre. Det er læger, der har været med til at definere de regler, fortæller Tanja.

Fra hospital til det virkelige liv

Pandastuen fungerer på flere punkter som en slags mellemstation for børnene. De er stadig svækkede men ikke så syge, at de skal være indlagt på hospitalet hele tiden. De må gerne så småt begynde at komme ud i det virkelige liv, men er dog ikke klar til alment dagtilbud.

I denne mellemliggende sfære findes Pandastuen. Som Tanja siger, så var alternativet, at forældrene passer barnet hjemme og har tabt arbejdsfortjeneste.

Nogle af børnene har spisevanskeligheder og får sonde. De er ikke vant til at skulle putte mad i munden. Så de skal også lære at sidde med ved bordet og spise sammen.

– En af grundene til, at vi er en pædagog til mellem to og tre børn, er også, at vi hjælper med at give medicin og mad i sonden osv. Det kræver ekstra tid, fortæller Tanja.

Liva er tre år og går på Pandastuen. Hun har leukæmi og får mad i sonden hver halvanden time.

Selvom der kun er plads til otte børn på stuen, er der samme antal kvadratmeter som i børnehaven inde ved siden af, hvor de er tyve børn.

– Lige nu har vi tre børn, og vi får tre nye i næste måned. Det glæder vi os til, siger Tanja.

De tre børn, der har dagligdagen på Pandastuen, da Bloddonorerne Danmark besøger dem i sommer, har hhv. leukæmi, cystisk fibrose og senfølger efter at være født for tidligt.

Særligt Liva med leukæmi har haft brug for bloddonorernes hjælp.

Gennem succeser, sorg og kriser

Pædagogerne på Pandastuen lærer barnet og ikke mindst familien at kende på en helt speciel måde. At støtte forældrene er faktisk en særlig del af pædagogernes job. Nogle gange tager de også med familierne på hospitalet for at overvære behandlinger og på den måde blive klogere på børnene og deres reaktionsmønstre.

– Vi støtter familierne gennem succeserne, men også i sorg og kriser, fortæller Tanja.

– Det betyder meget for dem, at deres børn kan gå her. Forældrene skal også vænne sig til livet efter en intens periode med sygdom og indlæggelse. Når børnene er her, kan de pludselig arbejde på deltid.

– Folk kan godt spørge mig, om det ikke er hårdt at arbejde med de her syge børn, og det kan det selvfølgelig være, særligt hvis vi mister et barn. Men jeg vil til enhver tid hellere arbejde med syge børn end syge voksne. For

- > så snart børnene har det bare nogenlunde okay, eller de er inde i en god periode, så vil de have det sjovt og ud og lege. Voksne bærer nok mere rundt på det og tænker over det hele i længere tid. Sådan er børn ikke, siger Tanja

Ingen hvide kitler

Hvis man tror, at Pandastuen er en hospitalsstue i forklædning, kan man godt tro om igen. Her er ingen senge og hvide kitler. Det er bare en daginstitution med lidt flere forbehold end normalt. Der er stadig morgensamling, rytmik, udflugter og alt det andet, andre børn kender fra dagligdagen.

På Pandastuen skal børnene også blive klar til forhåbentligt på et tidspunkt at starte i en almindelig børnehave eller skole. Der laves f.eks. handleplaner hvert halve år, og nogle gange er der særlige opmærksomhedspunkter for denne type børn, som f.eks. kan være ekstra udfordret motorisk, hvis de har været indlagt i lange perioder.

Børnenes sygdomme

Børnene har meget forskellige diagnoser. På Pandastuen har der igennem tiden gået en del børn med leukæmi. Når de er klar til at komme ud af højisolation, så er Pandastuen et godt

mellemtrin for dem. Næsten alle børn med leukæmi får blod i deres behandlingsforløb.

Liva fik også blod som lille.

Pædagogerne kan se og mærke på Liva, hvornår leukæmien påvirker hende. Hun bliver træt i kroppen, benene bliver meget tunge og har svært ved at reagere ordentligt. Som et led i sin behandling får Liva også hormoner, som påvirker hende meget følelsesmæssigt.

– Hendes humør kan svinge meget, og det kan være svært for hende at være i sin krop. Men hun bruger stadig sut, og den kan hjælpe med tryk og ro, præcis som den hjælper raske små børn, fortæller Tanja.

Hun reklamerer indimellem med, at hun selv er bloddonor.

– Jeg har nævnt det for nogle af forældrene. Og de siger altid "gud, det burde vi jo også være". Det er bare så vigtigt. Vi har flere børn som Liva, der i en periode får brug for blod. Jeg ved, jeg har en blodtype, som mange andre også har. Og så er der jo også større behov for den. Det er en god gerning, som nærmest burde være obligatorisk for dem, der kan.

Pandastuen og familierne sender en stor tak til bloddonorerne. ☺



LEUKÆMI HOS BØRN

- Leukæmi er den hyppigste form for kræft hos børn.
- Leukæmi er en gruppe af ondartede sygdomme i kroppens blodlegemer. Der er tre hovedtyper af blodlegemer: røde og hvide blodlegemer samt blodplader. Ved leukæmi påvirkes en eller flere af disse cellyper, så der bliver færre normale celler.
- Det er næsten altid nødvendigt at give transfusioner af røde blodlegemer og blodplader.
- Når antallet af røde blodlegemer bliver for lavt, får barnet blodmangel og bliver træt og blegt. Hvis antallet af normale hvide blodlegemer falder, så bliver immunforsvaret dårligere, og barnet kan få infektioner, som ikke vil gå over.
- Den moderne behandling helbreder over 80 % af børn med leukæmi – behandlingen er intensiv og langvarig.

Kilde: sundhed.dk

Navnet Liva er opdigtet af hensyn til pigens anonymitet.



En af pædagogerne sammen med Liva og et andet barn fra stuen.



” Vi har flere
børn som Liva, der
i en periode får
brug for blod.

Tanja

Blod og plasma

hjælper brandsårs- patienter

Camilla vågner med et sæt. Der er noget galt. Det føles mærkeligt. Varmt. Meget varmt. Hun sætter sig op i sengen og kigger ned ad sig og kan se, at der er noget helt galt. Hele højre side af hendes krop er dækket af flammer. Hvert år bliver ca. 200 mennesker alvorlig forbrændt, og blod fra bloddonorer spiller en uvurderlig rolle i behandlingen.



Camilla var 7 år gammel, da hun vågnede i et flammehav, og aftenen står stadig lysende klart for hende.

– Min mor og jeg gik i seng om aftenen, og jeg fik lov til at sove sammen med hende. Jeg lå inderst, og sengen stod op imod væggen i et hjørne. På min mors natbord stod øl, piller, cigaretter, lightere og askebæger.

Camillas mor havde et alkoholmisbrug så længe, Camilla kan huske. På denne aften i marts 1988 lå moren med et brækket ben og fik stærke smertestillende piller. Hun var også blevet uvenner med sin kæreste, som de boede hos, så kæresten og hans datter var kørt et andet sted hen.

– Jeg kan huske, at jeg farede ud af sengen og ruskede i min mor, imens jeg råbte og skreg. Varmen steg op i mit ansigt og føltes forfærdelig. Min mor registrerede intet. Hun var bevidstløs.

Camilla løb ud på badeværelset, og med venstre arm tændte hun for vandhanen, og det lykkedes at få en lille smule vand på bagsiden af højre overarm, men

slet ikke nok. Hun løb skrigende udenfor, og en nabo kom hende til undsætning. Naboen rullede Camilla i deres indkørsel med perlesten for at slukke flammerne og tog hende derefter med indenfor og brusede hende over.

Hun blev kørt på Nykøbing Falster Sygehus, hvor hun ser på sin arm for første gang. Den var sort og rød, og overarmen var så tynd, at den nærmest kun var knogle. Kort tid efter flyttede hun til Hvidovre Hospital, da skaden kræver mere specialiseret behandling. Dagen efter fik Camilla den første operation af mange.

Blodets rolle

Blod fra bloddonorer spiller en uvurderlig rolle i behandlingen af brandsårpatienter. Ved alvorlige brandsårsskader kan patienterne opleve omfattende vævsskader og tab af blod og væske, som kan føre til en række alvorlige komplikationer. Her er blodet en livreddende ressource.

De røde blodlegemer i det donerede blod hjælper med at transportere ilt gennem kroppen og genop-



Camilla i dag med sin kæreste, Thomas. De venter deres første barn sammen.



Camillas historie blev bragt i Ude og Hjemme i 1990.

” At modtage blod efter en ulykke føles som en kæmpe gave. Jeg sætter stor pris på alle de mennesker, der giver lidt af sig selv, for det betyder så meget for andre. Det kan virkelig være et spørgsmål om liv eller død.

Camilla

rette mængden af ilt i væv og organer, der er blevet beskadiget af forbrændingen. Blodplader hjælper blodet til at størkne og er derfor nødvendige for at stoppe blødninger og starte helingsprocessen. Plasma indeholder vigtige proteiner, der støtter immunsystemet og hjælper patienterne med at opretholde blodvolumen.

– Det var noget af en omvæltning at vågne op efter sådan en ulykke, husker Camilla.

– Jeg var stort set bundet ind over hele min krop og havde kateter og forskellige dropstativer, da jeg både fik væske og blod. Og de to ting har helt sikkert gjort, at jeg har overlevet. Min krop var i kæmpe chok og havde lidt et stort væsketab.

Camilla blev tredjegradsforbrændt på 17 %

af kroppen. Moren fastholdt frem til sin død, at et stearinlys var væltet og havde startet branden. Sandheden var, at moren var faldet i søvn med en tændt cigaret.

– Jeg tror, at det var den måde, hun kunne leve med skylden over, hvad der var sket. Jeg har gennemgået mindst 15 operationer og et antal af hudtransplantationer fra forskellige steder af kroppen, fortæller Camilla.

– At modtage blod efter en ulykke føles som en kæmpe gave. Jeg sætter stor pris på alle de mennesker, der giver lidt af sig selv, for det betyder så meget for andre. Det kan virkelig være et spørgsmål om liv eller død. Tak for livet til dem, der gjorde det muligt for mig at få blod under min lange behandling, så jeg kunne leve videre! 🙏

#jeggiverblodfordi

I foråret afviklede Bloddonorerne Danmark en national rekrutteringskampagne under navnet **#jeggiverblodfordi** for at få hjælp fra bloddonorer i hele landet til at rekruttere nye donorer. På sociale medier så 94.000 borgere kampagnens opslag og knap 100 donorer delte deres personlige motivation for at give blod.

I alt gav indsatsen knap 3.000 tilmeldinger, hvilket svarer til en stigning på 20 % i forhold til samme periode året før.

Se nogle af de gode bidrag til kampagnen her.



SABRINA GIVER BLOD FOR AT HJÆLPE ANDRE MENNESKER

”For eksempel mennesker som min far, som var syg med kræft og følgesygdomme det meste af mit liv. Han blev opereret mange gange og fik både blod og stamceller. Han døde desværre i 2021.

Jeg synes, at 450 ml blod er en lille ting at give, i forhold til at jeg kan være med til at hjælpe en anden persons familiemedlem.

Jeg troede i mange år ikke, at jeg kunne være bloddonor pga. min allergi. Jeg er

meget allergisk overfor alle typer pelsdyr og skal tage medicin, f.eks. hvis jeg skal med min datter til ridning. Men heldigvis er det ikke farligt, og jeg kan blive tappet, selvom jeg tager min allergimedicin.

Det, og at jeg var bange for at blive dårlig eller besvime, har holdt mig tilbage, men jeg har for nylig, i en alder af 37 år, givet mine første to bloddonationer,” siger Sabrina.



#jeggiverblodfordi

Martin (til højre på billedet) har givet blod 51 gange og meldte sig som bloddonor, fordi han blev inspireret af sin far (til venstre), der også er bloddonor og har givet blod i alt 150 gange.

4-årige Birk har jævnligt brug for blod. Han har en tumor i hjernen og er lige nu i kemo-behandling. Derfor betyder det meget for Stine, der er mor til Birk, at være bloddonor.



#jeggiverblodfordi



I krig med egen krop:

Autoimmune sygdomme

Af Anne-Sophie Fioritto Thomsen • Foto Michael Bo Rasmussen • Illustration Louise Sylvester

Kroppens mange funktioner er både fascinerende og komplekse. Hele tiden foregår der millioner af processer inden i os, og celler nedbrydes og dannes. Men indimellem går noget skævt, og vores ellers så intelligente immunsystem misforstår en opgave, og i stedet for at angribe en trussel udefra, f.eks. en virus, går det til angreb på sin egen krop. Autoimmun hjernebetændelse er en af de sjældne sygdomme, man kan få, når immunsystemet angriber sig selv. Og bloddonorer, der giver plasma, er et uundværligt led i behandlingen.



Forestil dig at ligge 200 dage i koma, fordi dit immunsystem laver en fejl og danner antistoffer, som fejlagtigt angriber dine raske hjerneceller. På få uger går din krop i krig med sig selv og sender dig på neurologisk afdeling med autoimmun hjernebetændelse.

Det var virkeligheden for en 18-årig pige, rekordpatienten, som personalet tydeligt husker. Men hvad sker der i kroppen, når vi taler om autoimmunitet? Det bliver du klogere på her.

Vores immunsystems opgave er at beskytte kroppen mod farer udefra. De vigtigste elementer i dette meget komplekse system er immunceller, bl.a. flere typer hvide blodlegemer, og antistoffer. Balancen i immunsystemet er vigtig for, at kroppen håndterer trusler korrekt. Hvis systemet er underaktivt, bliver vi mere udsatte for infektion, men er det overaktivt, kan vi få allergiske reaktioner imod ting, der som udgangspunkt ikke er farlige for os.

Når vi taler om autoimmunitet, flytter immunsy-

stemet fokus fra de udefrakommende fjender, som bakterier, vira og svampe, og vender sig imod kroppens egne celler og væv (se illustrationen på side 17). Auto stammer fra græsk og betyder 'selv'. Immunsystemets fejlfortolkning af, hvilke celler der er venner og fjender, skaber en betændelsesreaktion, også kaldet inflammation, som kan være rigtig alvorlig.

Autoimmun sygdom kan ramme både børn, unge og voksne, og op mod 400.000 danskere lider af mindst én autoimmun sygdom. Har man først en autoimmun sygdom, er der øget risiko for, at man også udvikler andre.

Nogle af de autoimmune sygdomme kender du sikkert. Det kan være ret almindelige sygdomme som stofskiftelidelser, type 1 diabetes, leddegigt og sklerose, som tilsammen rammer omkring 100.000 patienter i Danmark. Men det kan også være meget sjældne tilstande med kun ganske få patienter, f.eks. autoimmun hjernebetændelse, som du kan læse om længere henne i artiklen.

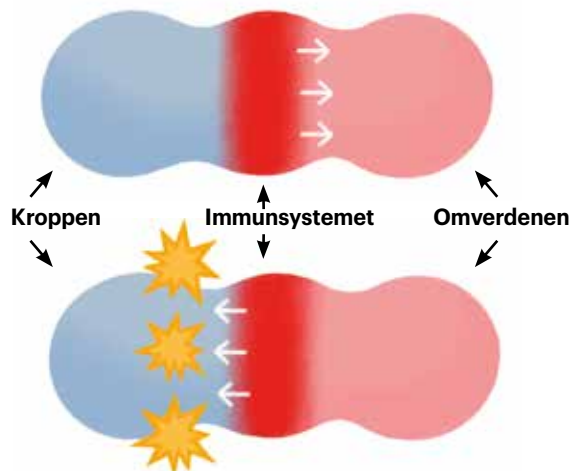


Veninderne Jane og Ida mødes jævnligt til plasma-tapning i blodbanken.

AUTOIMMUNE SYGDOMME

- Normalt beskytter immunsystemet kroppen mod sygdom og fare
- Ved autoimmun sygdom forveksler immunsystemet sunde dele af kroppen med fare og angriber derfor de sunde celler og væv, som om de er en fjende, der vil gøre kroppen syg
- Den immunreaktion, som opstår, ødelægger kroppens celler og væv og giver symptomer på autoimmun sygdom
- Autoantistoffer er antistoffer, som angriber ens egne celler

Immunsystemet fungerer som barriere mellem mikroorganismer og kroppen selv.



Autoimmun sygdom opstår, når væv ødelægges af kroppens egne immunreaktioner.

Ukendt årsag

Autoimmune reaktioner er stadig et mysterium, og vi ved kun lidt om, hvorfor de opstår. I de fleste tilfælde er det et samspil mellem flere faktorer. Vi ved, at genetiske faktorer har indflydelse, og at mange autoimmune sygdomme er koblet til køn og alder. Dertil er der meget, der peger på, at udefrakommende faktorer kan udløse autoimmune reaktioner. F.eks. øger rygning og overvægt risikoen. Man ved også, at infektioner med bakterier og virus kan udløse autoimmun sygdom.

Der findes forskellige hypoteser om, hvad der sker, når der opstår autoimmun sygdom efter en infektion.

En hypotese kaldes 'molekylær efterligning', som betyder, at to proteiner (det ene f.eks. fra en bakterie og det andet fra egen krop) ligner hinanden så meget, at når der dannes antistoffer mod bakterien, vil de efterfølgende reagere mod kroppens eget protein ved en fejl. Der er dannet et såkaldt autoantistof.

En anden mulig årsag kan være, når en virusinfek-

Molekylær efterligning:
To proteiner (det ene f.eks. fra en bakterie og det andet fra egen krop) ligner hinanden så meget, at antistofferne mod bakterien ikke kan kende forskel og reagerer mod kroppens eget protein ved en fejl.



> tion forandrer celleoverfladen, og immunsystemet ikke længere kan genkende cellen. Kroppen opfatter cellen som fremmed og sætter et angreb i gang.

Hjernen under angreb

Immunsystemet forsvarer hele kroppen, og derfor kan alle organer rammes af en autoimmun reaktion. Det gælder også hjernen. Hjernebetændelse er en alvorlig og heldigvis sjælden sygdom. Betændelsen kan opstå af en infektion eller ved en autoimmun reaktion.

– Autoimmun hjernebetændelse er en gruppe af sygdomme, hvor kroppens immunsystem angriber hjernen. Patienten danner antistoffer, som fejlagtigt angriber raske hjerneceller, men der er hverken bakterier eller virus til stede i hjernen, fortæller Morten Blaabjerg, overlæge på Neurologisk Afdeling, Odense Universitetshospital.

Når patienterne med autoimmun hjernebetændelse kommer ind til Morten Blaabjerg, er deres tilstand

rigtig kritisk. Symptomerne starter nemlig med, at man bliver psykotisk og hallucinerende. Derfor bliver mange patienter først indlagt i psykiatrien.

– Ofte udvikler symptomerne sig over nogle uger, og det er først, når de fysiske symptomer som epileptiske anfald og hukommelsesbesvær viser sig, at vi bliver involveret. Så er det allerede ret alvorligt, siger Morten Blaabjerg.

Hurtig behandling er alfa og omega

Når lægerne behandler autoimmun hjernebetændelse, er målet at hæmme immunsystemets overreaktion og fjerne de autoantistoffer, der er skyld i sygdommen. Hvis behandlingen startes hurtigt op, er prognosen god.

– Vi skal have neutraliseret de her antistoffer så hurtigt som muligt. Ellers ender patienten i koma, fortæller Morten Blaabjerg og uddyber behandlingen af patienterne:

– Alle vores patienter får binyrebarkhormon og

behandling med plasmaprodukter med det samme. Enten ved udskiftning af patientens plasma eller som immunglobulin. Vi giver det over 5 dage.

Det er altså her, at plasma fra bloddonorer kommer ind i billedet, og alle patienter med hjernebetændelse har brug for bloddonorernes hjælp. Det gælder også andre neurologiske sygdomme, f.eks. akut nervebetændelse, hvor plasma også bruges som standardbehandling.

Sådan hjælper plasma

Der er to forskellige måder, hvorpå plasma kan hjælpe Morten Blaabjergs patienter: Enten via medicin med stof-

fet immunglobulin eller via plasmaudskiftning.

Plasmaudskiftning er en behandling, der udføres for hurtigt at fjerne de sygdomsfremkaldende autoantistoffer fra blodet. For at behandlingen kan udføres, skal patienten kobles til en maskine via et kateter.

– Når vi bruger plasmaferese som behandling, lægger vi nogle gange et kateter i halsen i stedet for at stikke i armen, som man kender det som donor. Det er ikke sikkert, at patienternes årer kan klare at blive stukket i. Så bruger vi den store halspulsåre, forklarer Morten Blaabjerg.

Ved plasmaudskiftning bliver en lille del af blodet ledt over i en maskine og opdelt i plasma, røde blodlegemer og blodplader. Plasmaet bliver fjernet og kasseret, mens de røde blodlegemer og blodplader bliver givet tilbage til patienten. Det plasma, som bliver fjernet, erstattes ikke direkte af plasma fra en donor, men derimod af human albumin, som udvindes af bloddonorers plasma. Albumin er et protein i blodet, som skal sikre, at volumen i patientens årer oprettholdes, når patientens eget plasma med antistoffer frasorteres.

Immunglobulin er antistoffer, som findes i plasmaet. De består af immunglobulin type G som er udvundet af blodplasma fra bloddonorer. I høje doser kan det regulere et immunsystem i ubalance og hæmme effekten af sygdomsfremkaldende autoantistoffer. Lægerne giver behandlingen i et drop over

” Den patient, vi har haft indlagt længst tid, var her et helt år. Hun var 200 dage i koma og lå i alt 299 dage på intensiv. Hun var kun 18 år, og det gjorde et særligt indtryk.

Morten Blaabjerg



En virusinfektion af kroppens celler kan forandre cellens udseende, så immunsystemet ikke længere kan genkende cellen. Kroppen opfatter dermed cellen som fremmed og sætter et angreb i gang.



fem dage. Effekten ses først efter et stykke tid, dage eller uger, men selvom behandlingen kun varer kort tid, kan effekten vare meget længere.

Morten Blaabjerg fortæller, at nogle patienter kun kan behandles med immunglobulin.

– De er så psykotiske, at de kan være udadreagerende. Så kan vi ikke lægge et kateter. Vi ville virkelig være på den, hvis ikke vi havde immunglobulin.

40 donorer til en patient

Christine Nilsson, der er afdelingslæge på Autoimmunlaboratoriet på Odense Universitetshospital, arbejder til daglig med behandlingen af bl.a. patienter med autoimmun hjernebetændelse.

– Behandlingen af en enkelt patient med autoimmun hjernebetændelse kræver hjælp fra rigtig mange donorer, der giver plasma, fortæller hun.

En plasmatapning giver omkring 4 gram immunglobulin. Til behandling af autoimmun hjernebetændelse bruger lægerne 2 gram pr kilo, patienten vejer, fordelt over 5 dage.

– Det betyder altså, at til en voksen på 80 kg, bruger vi i alt 160 gram immunglobulin. Det er omkring 40 plasmatapninger til en enkelt behandling med intravenøs immunglobulin, forklarer Christine Nilsson.

Patienten alle husker

Når Morten Blaabjerg tænker på patienterne, der har gjort særligt stort indtryk, er det afdelingens rekordindehaver, han først kommer i tanke om. Det er dog ikke en rekord, man får lyst til at slå.

– Den patient, vi har haft indlagt længst tid, var her et helt år. Hun var 200 dage i koma og lå i alt 299 dage på intensiv. Hun var kun 18 år, og det gjorde et særligt

indtryk. Vi havde en forventning om, at hun ville komme over det. Men situationen var selvfølgelig meget alvorlig, fortæller han.

Akut hjernebetændelse rammer oftest yngre personer. Gennemsnitsalderen på disse patienter på OUH er kun 27 år. Det er unge mennesker med livet foran sig, hvis immunsystem pludselig angriber sig selv.

Rekord-patienten, som Morten Blaabjerg tydeligt husker, er i dag tilbage på sin uddannelse på trods af det lange, hårde sygdomsforløb. En hjernebetændelse kan medføre nogle kognitive gener, som udfordringer med hukommelsen, planlægning o.l., men de fleste patienter kan komme overraskende godt over det. Det tager dog lang tid.

– Patienterne ved nok ikke, hvor stor en rolle blod-donorerne egentlig spiller. Det er ikke sikkert, de kan forstå det, når de får behandlingen. Ofte er patienterne så psykotiske, når vi ser dem, at man faktisk har svært ved at tale med dem om deres behandling.

Morten Blaabjerg fortsætter:

– Men vi kan simpelthen ikke behandle uden blod-donorerne. Det er den eneste effektive behandling. Derfor er det vigtigt for mig at få sagt tak til donorerne. Vi har virkelig brug for dem. Patienterne har virkelig brug for dem! Og patienterne kan ikke selv sige tak, så jeg er glad for at få muligheden for det her. ☺

Kilder:

- "Autoimmune sygdomme – når kroppen er sin egen fjende", *Aktuel Naturvidenskab* 2011
- *Encefalit.dk*
- Christine Nilsson, afdelingslæge og klinisk lektor, Autoimmunlaboratoriet, Klinisk Immunologisk Afdeling, Odense Universitetshospital
- Morten Blaabjerg, overlæge, professor i neurologi på Odense Universitetshospital

” Det er omkring 40 plasmatapninger til en enkelt behandling.

Christine Nilsson

AUTOIMMUN HJERNEBETÆNDELSE

- I Danmark er der omkring 40 nye tilfælde af autoimmun hjernebetændelse om året.
- I mange tilfælde er årsagen til autoimmun hjernebetændelse ukendt. Men i nogle tilfælde er sygdommen koblet til eller udløst af, at man tidligere har haft en infektion i hjernen, eller at man har en kræftsygdom et andet sted i kroppen.
- Sygdommen er alvorlig, og typisk er der behov for yderligere behandling med immunhæmmende medicin. Patienten er ofte i behandling i flere år.
- Typisk er det de pårørende, der opdager, at der er noget galt. Man kan ikke nødvendigvis selv fornemme det.



Dr. Magdelin Simon Varghese (i midten i lyst tøj) i et af Keralas blodcentre.

En særlig kaffe skaber tryghed i indiske blodbanker

I den indiske delstat Kerala havde blodbankerne et stort problem med, at deres donorer blev utilpasse efter tapning. Mange af donorerne er fiskere, som tager på vandet tidligt om morgenen og giver blod, når de er færdige med at arbejde. På dette tidspunkt er de trætte og har brugt deres kræfter i et fysisk krævende job hele dagen.

Helt op imod 10 % af donorerne oplevede symptomer som svimmelhed, kuldereaktion og nogle få kastede op og fik det rigtig dårligt. Derfor satte et hold læger sig for at undersøge måder, hvorpå de kunne nedbringe andelen af donorreaktionerne.

Dr. Magdelin Simon Varghese står i spidsen for et studie, der giver donorerne en særlig indisk kaffe kaldet kattankappi inden donationen.

– Hele idéen er at gøre donorerne mere komfortable og gladere og selvfølgelig hjælpe til, at de ikke bliver utilpasse. Dermed bliver det mere sandsynligt, at

de spreder et positivt budskab om bloddonation, fortæller Dr. Magdelin Simon Varghese.

Hun håber bl.a. på, at donorer, der får en god oplevelse i blodbanken, går hjem og taler med deres børn om bloddonation, så man allerede fra barnsben ved, at man kan gøre en forskel som bloddonor.

Kattankappi er en blanding af kaffe, vand og sukker i et bestemt blandingsforhold. I Kerala-regionen i Indien kender de fleste allerede denne kaffe og drikker en enkelt kop af den om morgenen. Der er en mindre mængde koffein i end i den kaffe, vi kender fra Danmark.

Under studiet blev kaffen tilberedt i blodbanken og tilbudt til donorerne ca. 20 minutter før donationen. Nogle donorer fik en anden drikkelse, for at studiet kunne vise, om lige netop kattankappi havde en effekt. De indiske donorerers reaktioner var overvældende.

– Nogle af de mest påfaldende reaktioner, vi så under studiet, var donorerens overraskelse og glæde ved tilbuddet om kattankappi, siger Dr. Magdelin Simon Varghese.

– De kender det på forhånd, og det var med til at gøre dem trygkere, hvilket er meget vigtigt, for så stiller de flere spørgsmål og er mere ærlige overfor personalet.

Forskerne oplevede ikke kun, at færre donorer blev dårlige, men det gav dem også en indsigt i, hvilke typer misforståelser og spørgsmål, donorerne sad inde med.

– Vi ved, at folk er hurtige til at gå på google og søge svar, og her finder de nogle gange forkert information, der kan gøre dem bange eller utrygge. Når de tør spørge sundhedspersonalet om råd, kan vi sørge for, at de får den rigtige information, og vi kan tage os bedre af dem, slutter Dr. Magdelin Simon Varghese. ☺

Fra donor til patient:

Et helt specielt møde

Når man giver blod, ved man ikke, hvem der modtager ens donation. Anonymiteten er en af grundstenene i vores danske blodforsyningsmodel. Men som stamcelledonor har man to år efter donationen mulighed for at komme i kontakt med den patient, man har hjulpet. I sommeren 2023 fandt et helt særligt møde sted på Rigshospitalet i København. En donor og en patient skulle mødes. Rachel og Jonas.

Baseret på artikel fra www.nyheder.tv2.dk af Christian Krabbe Barfoed • Foto Christian Krabbe Barfoed/TV 2



Rachel og Jonas på Rigshospitalet i København.

Jonas Palmer Staal var kun 18 år, da han i 2010 fik konstateret ALL, akut lymfatisk leukæmi, samt kræft i spinalvæsken (væsken omkring rygmarven). Jonas fik kemoterapi, men da han havde fået 55 kemobehandlinger, var hans krop tæt på at give op. I et intenst kapløb med tiden ledte lægerne efter et match, så han kunne få en stamcelletransplantation.

Heldigvis for Jonas havde amerikanske Rachel Graber fem år tidligere, i 2005 i Cedar Rapids, Iowa, meldt sig til stamcelledonorregisteret i USA.

Da lægerne søgte i det internationale register efter et match til Jonas, dukkede Rachel op.

– I løbet af årene glemmer du nærmest, at du har skrevet under, men da det kom op, havde jeg det sådan, at selvfølgelig skal jeg det, der er ingen tvivl, har Rachel Graber tidligere sagt til det amerikanske medie KWQC i Iowa.

Når kemo ikke er nok

En knoglemarvs- eller stamcelletransplantation er en transplantation med celler fra en donor. Behandlingen tilbydes til leukæmipatienter, når kemoterapien ikke er nok til at udrydde kræftcellerne. Inden transplantationen skal patienten have kemoterapi og eventuelt strålebehandling.

Donorcellerne danner ny knoglemarv og et nyt immunforsvar, som kan være med

Rachel og Jonas med overlæge Søren Lykke Petersen på afdelingen for blodsygdomme på Rigshospitalet. Han kunne fornylig sige farvel til Jonas, som ikke længere behøver at gå til kontroller på Rigshospitalet

til at finde og fjerne eventuelt resterende kræftceller.

Ved et forholdsvist enkelt indgreb på Rigshospitalet blev Rachels knoglemarv i 2011 ført ind i Jonas' krop via et kateter i brystet tæt ved hjertet, og så skulle det afklares om den unge danskers immunsystem kunne håndtere de nye stamceller.

I en måned var han indlagt i isolation på Rigshospitalet i København, inden det stod helt klart, at det kunne hans immunsystem godt.

Et særligt bånd

Muligheden, for at patient og donor kan tage kontakt efter to år, gav i sommer dette helt særlige møde på Rigshospitalet i København, hvor Rachel og Jonas mødtes.

– Jeg er blevet erklæret helt rask og skal ikke længere gå til kontrol på Rigshospitalet. Jeg er meget taknemmelig, siger Jonas til TV 2 og kigger over på Rachel.

– Jeg er så glad for, at jeg kunne redde Jonas, siger hun. De er begge enige om, at der nu er et specielt bånd mellem dem.

– Jeg har flere ældre søskende, men nu har jeg også fået en lillebror, siger Rachel. Jonas har det på samme måde.

– Det er ligesom at få en ekstra familie. Jeg har fået mig en søster, siger han og fortsætter:

– Det er supervigtigt, at man melder sig som stamcelledonor, men det er også vigtigt, at man donerer blod. Jeg havde brug for masser af blod i forbindelse med min sygdom, siger Jonas.

Under sin behandling modtog Jonas 35 portioner blod (i alt 9.405 ml) og 15 portio-



”

Det er supervigtigt, at man melder sig som stamcelledonor, men det er også vigtigt, at man donerer blod. Jeg havde brug for masser af blod i forbindelse med min sygdom.

Jonas

ner trombocytter (blodplader). Heraf var 6 af blodposerne og 7 af poserne med blodplader under selve transplantationsforløbet.

Pr. juli 2023 er der 102.700 registreret i de danske stamcelleregistre. Du kan melde dig som stamcelledonor i blodbanken til din næste tapning eller ved at registrere dig på sundhed.dk. 📍

Blodbanken svarer

Christina Mikkelsen, læge ved Blodbanken på Rigshospitalet, svarer på nogle af de spørgsmål, vi ofte får fra jer.

? Kan man øge sin blodprocent gennem kosten?

! Blodprocent er et udtryk for mængden af hæmoglobin i blodet. Det er det røde farvestof i de røde blodlegemer, som binder og transporterer ilt rundt i kroppen. Lav blodprocent hedder på fagsprog anæmi. En af de hyppigste årsager til anæmi er lavt jernniveau, da jern er en vigtig byggesten i hæmoglobin.

Du kan forebygge jernmangel ved at spise kød, fisk og æg. Der er også en del jern i f.eks. grønne grøntsager, bønner, havregryn og nødder. Hvis du spiser C-vitaminholdige madvarer samtidig, er det gavnligt for jernoptagelsen.

Se gode råd om jern og bloddonation her: bloddonor.dk/fakta-om-blod/blodvaerdier

? Hvorfor sendes plasma til Schweiz til medicin fremstilling? Kan det ikke gøres i Danmark?

! I teorien kunne forarbejdningen af plasma godt foregå i Danmark. Det kræver dog, at regionernes samarbejdspartner lægger et produktionssted i Danmark, da det er en kompliceret procedure, der kræver en del plads. Mængden af plasma, der tappes i Danmark, er meget lavere end det, der tappes i lande med større indbyggertal, så derfor er det ikke økonomisk gunligt at flytte produktionen hertil.

Jernmangel kan afhjælpes, hvis du spiser fødevarer, som indeholder jern

Jern fra disse produkter optages godt af kroppen:

- Alle former for kød
- Fisk, skaldyr og æg

Disse produkter indeholder også jern, men kun 5-10 % optages af kroppen:

- Hørfrø, sesamfrø, chiafrø, linser, bønner, kikærter

- Spinat, grønne oliven, broccoli, ærter, grønkål
- Rosiner, figer, abrikoser
- Havregryn, rugbrød, nødder

C-vitamin har en gavnlig effekt på jernoptagelsen. Spis derfor gerne fødevarer, der er rige på C-vitamin til alle måltider f.eks. frugt, juice og grøntsager.

Nogle fødevarer nedsætter jernoptaget.

Undgå disse ved måltider (1 time før og efter):

- Kaffe, te og kakao



Christina Mikkelsen,
læge ved Klinisk Immunologisk Afdeling (Blodbanken) på Rigshospitalet og ph.d.-studerende i Det Danske Bloddonorstudie.

? Kan blodprocenten blive for høj?

! En blodprocent kan godt blive for høj, men det skyldes ofte (stor)rygning eller svær lungesygdom, hvor kroppen har brug for at øge sin evne til at transportere ilt. Kroppen regulerer selv, hvor meget jern den optager fra din kost, så derfor vil sunde og raske mennesker ikke komme til at optage for meget. Tager du jerntilskud, skal du altid følge vejledningen og ved tvivl kontakte din lokale blodbank.

? Jeg føler, at min træning er optimal ca. 2 uger efter taping, kan det passe?

! Det afhænger af hvilken type taping, du har været til. Hvis du har doneret fuldblod, går der lidt tid, før din krop har gendannet alle de røde blodlegemer. Derfor kan det sagtens være, at du oplever et løft i din træning i takt med at din blodprocent stiger, og du får flere røde blodlegemer til at transportere ilten. Hvis du har givet plasma, mister du stort set ikke røde blodlegemer, og derfor har denne type donation mindre indflydelse på din blodprocent.

? Hvilke sygdomme tester blodbanken for, og får man at vide, hvis noget er galt?

! Blodbankens screening fokuserer på to ting:

- 1) At sikre at vores donorerers blodtal er normale og
- 2) At sikre at der ikke overføres alvorlige infektionssygdomme til patienterne. På den måde undgår vi at skulle tage mange prøver og dermed ekstra blod fra vores donorer.

Når vi kontrollerer blodtal, måler vi blodprocent (hæmoglobinværdi), antal blodplader og antal hvide blodlegemer. Det sker ved hver donation. Hvis der er behov for opfølgning, f.eks. rådgivning om jerntilskud, kontakter vi donor.

Alt blod testes for infektionssygdomme, som vi ved, kan smitte via blod: hiv og smitsom leverbetændelse (hepatitis) type B og C. Hvis vi finder tegn på infektion, vil vi altid gentage vores analyser for at dobbelttjekke resultatet og derefter kontakte donor for at lave opfølgende kontrol. Har donor en infektion, sørger vi for kontakt og henvisning til Infektionsmedicinsk Afdeling.

? Hvorfor skal der gå 4 måneder, før man kan blive tappet efter en kikkertoperation?

! Ved alle typer operationer er der en lille risiko for infektion og eventuelt en blødning. Så for at sikre at du som donor er fuldstændig frisk igen og for at undgå potentiel overførsel af infektion til patienterne, skal der gå 4 måneder inden næste taping.

Foto: Privat



En kort skærmpause

Set på Facebook – "Bloddonorerne Odense"

Mød Frederik, Tobias, Dan og Gustav.

De er fire gode venner, der normalt mødes virtuelt. Det hænder dog, at de løsriver sig fra de hede kampe i Counter Strike GO og fra lastbilerne, der skal manøvreres i Euro Truck Simulator 2. Og når de gør det, mødes de her i blodbanken. De er nemlig alle sammen bloddonorer, og når de kommer på Stærmosegårdsvej i Odense, er de altid iført deres "klubtrøje" med teksten 'I PAUSED MY GAME TO BE HERE'.

TAK til jer, tak for den gode ide og fordi, I bruger pauserne i Blodbanken.

Vil du give plasma?

Hvis du bor eller arbejder i nærheden af en blodbank, der tapper plasma, kunne du overveje, om det kunne være noget for dig. Nogle blodbanker har nemlig lige nu brug for flere donorer, der kan give plasma.

Blodet består af celler og væske. Væsken kaldes plasma.

Plasma bruges både direkte i patientbehandling og til fremstilling af livsvigtig medicin bl.a. til patienter med sygdomme i immunsystemet.

For at donere plasma skal du:

- Veje mindst 60 kg
- Være tilmeldt som bloddonor

Det er vigtigt, at dine blodårer egner sig til plasma-tapning. Derfor er det i sidste ende personalet i blodbanken, som vurderer, om du er egnet til at give plasma. Tapningen tager lidt længere tid end en fuldblodstapning, og derfor kræver det lidt mere robuste blodårer.

Læs mere på bloddonor.dk/plasmatapning



Det internationale ungdomsforum



Foto: Mohamad Ali Ahmad

I slutningen af august har tre danske frivillige fra Bloddonorerne Danmark deltaget i det 21. internationale ungdomsforum i Jounieh i Libanon.

Det internationale ungdomsforum afholdes af en undergren af International Federation of Blood Donor Organizations og har til formål at skabe netværk og vidensdeling på tværs af unge frivillige.

Hvert forum har sit eget tema, og i år var temaet: For Abundance and Life: Blood Donors Unite, hvor der igennem oplæg og workshops blev lagt fokus på, hvordan organisationerne kan samarbejde globalt for at nå endnu mere ambitiøse mål. Med deltagerne hjemme igen starter arbejdet nu med at udbrede de nye ideer i organisationen.

Celina Lose Jeppesen fra Vejle, Freja Abildgaard fra København og Emilie Plet Nielsen fra Odense deltog i årets internationale ungdomsforum.

Tag testen

Har du set vores bloddonor-test på sociale medier eller bloddonor.dk?

Gennem tre hurtige spørgsmål kan man se, om man opfylder de overordnede krav til at være bloddonor.

Den er oplagt at sende videre til en ven, kollega eller et familiemedlem, som kan teste, om de også kan være med til at redde liv som bloddonor.

Find testen på:
bloddonor.dk/kan-jeg-blive-donor



Magasinet Bloddonor

GENNEM

TIDEN

Med mange gode artikler, flotte billeder og spændende historier formidler Magasinet Bloddonor viden om, hvad dit donerede blod bliver brugt til.

Her tager vi en rejse gennem magasinet historie.

1969



Første blad udkommer. Logo-dråben blev brugt som Bloddonorernes Danmarks logo indtil 2022, hvor organisationens visuelle identitet blev opdateret.

På Bloddonorerne Danmarks sekretariat arbejder Malou Rode. I dag er hendes titel projektleder, men da hun blev ansat, var hendes rolle at stå for alt det praktiske omkring udgivelse af information til alle bloddonorer i Danmark.

– Organisationen havde fået en bevilling af Sundhedsministeriet til at producere bladet, fortæller Malou Rode.

– Det havde eksisteret siden 1969, men blev kun uddelt systematisk i Københavnsområdet. Der blev trykt ekstra eksemplarer til uddeling i blodbankerne i resten af landet. Men med pengene fra Sundhedsministeriet skulle magasinet være landsdækkende, så alle donorer fik den vigtige infor-



mation leveret i deres postkasse. Dengang hed magasinet Donor Nyt – orientering til bloddonorerne. Man kunne f.eks. ikke tjekke tappepauser på nettet og kunne ikke finde historier om modtagere af blodet på de sociale medier. Al information var nedskrevet i pjecer og i det trykte magasin, der dengang udkom fire gange om året.

I dag får mange donorer også information om bloddonorsagen gennem bl.a. nyhedsbreve på mail, hjemmesiden, de sociale medier og webinarer. De digitale medier giver andre muligheder, som især kan appellere til yngre donorer og gøre det lettere at få information om bloddonorsagen bredere ud til den danske befolkning.



1982

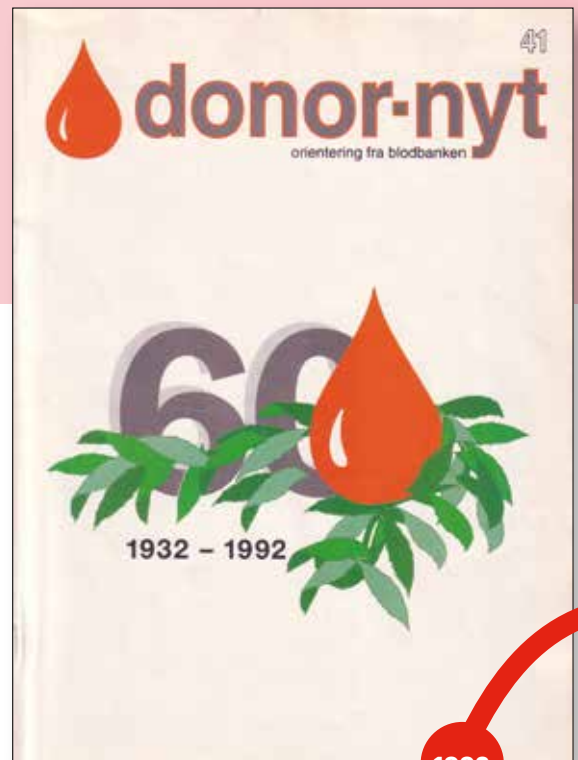
Des med donorerne

Tilbage i 1982 skrev redaktionen stadig 'De' til donorerne. Her kunne man klippe en tilmeldingsblanket ud af bladet og give videre til kommende donorer. Det var før GDPR. Magasinet blev dengang udgivet af Bloddonorerne i Storkøbenhavn.

Også dengang så redaktionen et behov for at formidle donorerers spørgsmål og svar på disse. Det gør vi stadig i dag, og i dette magasin kan du på side 24-25 læse læge Christina Mikkelsens svar på nogle af donorerens spørgsmål fra sociale medier.

I 1982 undrede donor B. Halvor Hansen sig over, hvorfor man ikke får målt sit blodtryk, når man giver blod. Og dele af svaret er stadig gældende i dag:

– Man må gøre sig klart, at en donoråbning ikke er og ikke må erstatte en helbredsundersøgelse.



1992

Forsiden i 1992, hvor Bloddonorerne Danmark havde 60-års jubilæum. Navnet var nu Donor-nyt, som magasinet hed indtil foråret 2016, hvor det kom til blot at hedde Bloddonor.

Nogle ting ændrer sig ikke

– Vi vidste, at donorerne spillede en stor rolle i at kruttere nye donorer. Fordi man f.eks. taler godt om sagen overfor andre. Sådan er det stadig i dag. Men magasinet var en vigtig kanal til at vise, hvor stor en forskel donorerens blod reelt gør, fortæller Malou Rode.

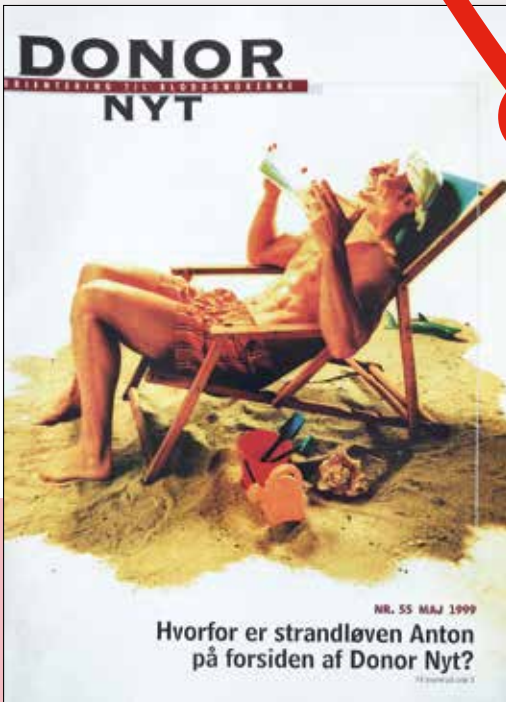
Og meget af indholdet fra de gamle magasiner er stadig relevant i dag og minder om de artikler, vi de seneste år har udgivet i dette magasin.

– Solstrålehistorierne, som vi kaldte dem, altså fortællingerne fra og om mennesker, der har modtaget blod, dem skrev vi dengang, og det gør vi stadig i dag.

Ny teknik vinder frem

I 80'erne og 90'erne havde Bloddonorerne Danmark ikke en hjemmeside, som vi har i dag, og folk var slet ikke vant til at søge information online. Det var ikke alle, der kunne bruge en computer.

– En del af vores opgave var også at sørge for, at donorerne ikke gik forgæves i blodbanken. Vi havde f.eks. en udgivelse med fokus på karantæneregler i det meste af magasinet. Eller tappepauser, som vi kalder det i dag. Det ville være alt for kedeligt at udgive et helt magasin om det i dag, men dengang fungerede det som et opslagsværk for donorerne, siger Malou Rode. ☺



1999

I 1999 udkom magasinet for første gang til alle donorer i hele landet. Det blev trykt i 250.000 eksemplarer. I dag er vi ca. 180.000 donorer på landsplan.



2003

I 2003 fik magasinet nyt design efter fire år med det tidligere. Det repræsenterede Bloddonorerne Danmarks daværende visuelle identitet.



2002

HVEM TILMELDTE SIG I 2002?



Sekstusindstyvhundredeogtyv og halvfems. Så mange nye donorer tilmeldte sig gennem Bloddonorernes landskontor i 2002. Samtidig blev det bemærket, at de nye danske donorer bruger internettet mere og mere. Fra advokater til vinduespuddere - fra frisører til skuespillere - alle 6.797 nye donorer har besluttet sig for at gøre en forskel.

FAKTA
TILMELDINGER Gennem LANDSKONTORET 1998 - 2001
1998: 1.099
1999: 2.679
2000: 3.207
2001: 4.638
2002: 6.797

2002
57,5% var kvinder
42,5% var mænd
64% af det samlede antal var under 30 år
57% tilmeldte sig på nettet
19% kom fra tilmeldingskuponerne på bagsiden af Donor Nyt

Sat i forhold til italienerne i 2001 er det en stigning på hele 33%. I 2002, hvilket forståeligt nok glæder os utroligt meget. Samtidig viser tallene, at 64% af tilmeldingerne kom fra personer under 30 år. Dog er det kun landskontorets tal. Den væsentligste hversyning af nye donorer foregår stadig lokalt, rundt om i landet.

Det interessante er, at stigningen for størstedelen vokommende kan tilskrives, at donorerne bruger internettet meget mere end for bare godt et år siden. Faktisk er det lidt af et kvantespring. I forhold til 2001, hvor 29% meldte sig over nettet, foretrak hele 57% i 2002 tastaturet frem for postvæsenet.

En ting har dog ikke ændret sig: Mænd holder stadig af nålstræk. I hvert fald hvis man

skal tro italienerne, for kvinderne tegnede sig for 57,5% af alle tilmeldingerne. Det gør dog, ikke noget, at kvinderne er lidt i overflod. Kvinder er nødt til at holde bappepasse i forbindelse med graviditet og amning, og desværre er det ikke alle, der kommer tilbage igen together. Nils Mikkelson, generalsekretær for Bloddonorerne i Danmark, glæder sig over de mange nye donorer.

Vi skal hvert eneste år finde fuldt gode erstatninger for de donorer, der falder for alvorlig sygdom eller bliver udstykket af forskellige årsager. Det glæder mig derfor, at antallet af tilmeldinger, der går gennem landskontoret, har været kraftigt stigende gennem de seneste år. Det vidner om, at der fortsat er interesse for donersagen - specielt hos de unge.

Tiden med de fysiske tilmeldingsblanketter

I mange år var tilmeldingsblanketter en fast del af indholdet på bagsiden af magasinet. I 2002 kom 19 % af tilmeldingerne igennem netop denne fysiske blanket.

Dengang tænkte man ikke så meget over, at man skrev sine personoplysninger ned på et stykke papir, der i princippet kunne ende hvor som helst.

Malou Rode fortæller, at det var en studentermedhjælper, der sad og delte blanketterne ud til hver blodbank, og så blev de sendt videre med post til blodbankerne. Det var helt almindelig procedure dengang.

Med GDPR-reglerne fra 2018 forsvandt de fysiske tilmeldingsblanketter endeligt fra hele Bloddonorerne Danmarks rekrutteringsindsats. Nu foregår alle tilmeldinger via bloddonor.dk, hvor ens personoplysninger bliver sendt krypteret videre til det ønskede tappested.



I 2012 fortalte DonorNyt om landets første 200-gangs donor. Det blev dengang markeret med fint besøg i blodbanken fra H.K.H. Kronprins Frederik, som er protektor for bloddonorsagen. I dag er de høje jubilæer ikke mindre imponerende, men de er blevet hyppigere, da muligheden for at give plasma er mere udbredt, fordi behovet for plasma er stigende. Derfor kunne vi i magasinet fra foråret 2023 fortælle om Anders Peter Rasmussen fra Odense, der blev landets første 300-gangs donor.



I 2016 blev designet tilpasset og sideantallet fordoblet i magasinet, som siden er udkommet to gange årligt. Magasinet skiftede navn til Bloddonor for at understrege, at det handler om dig som bloddonor. Samtidig blev navnet det samme som vores hjemmeside og sider på de sociale medier, hvor Bloddonorernes tilstedeværelse voksede i den periode.

Da Bloddonorerne Danmark fik nyt logo i 2022, kom det også på magasinet forside og blev indpasset i indholdet.



Hvor: Pandastuen
Hvad: Dagtilbud for
immunsvage
børn
Hvornår: En helt
almindelig dag

Se mere på side 6

