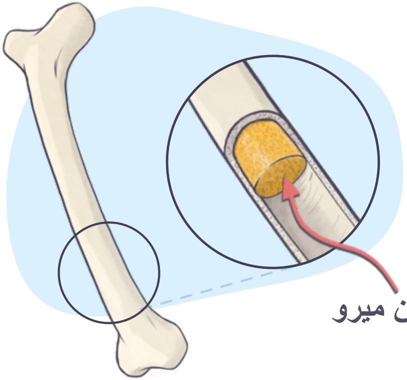
د سټيم حجرو ډونر

د چمتووالي کتاب

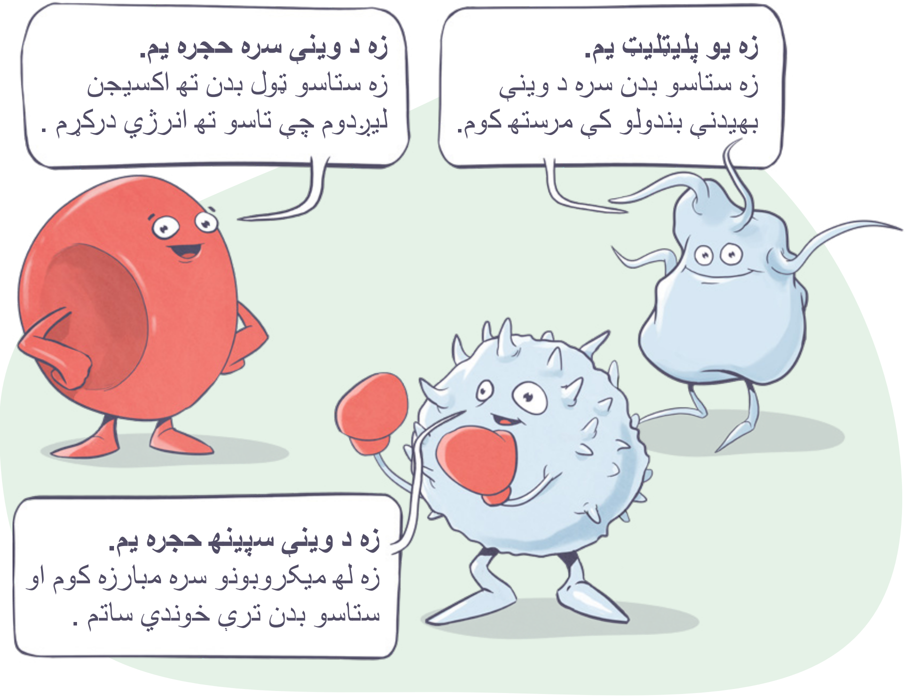
د **UC Davis Child Life** لخوا

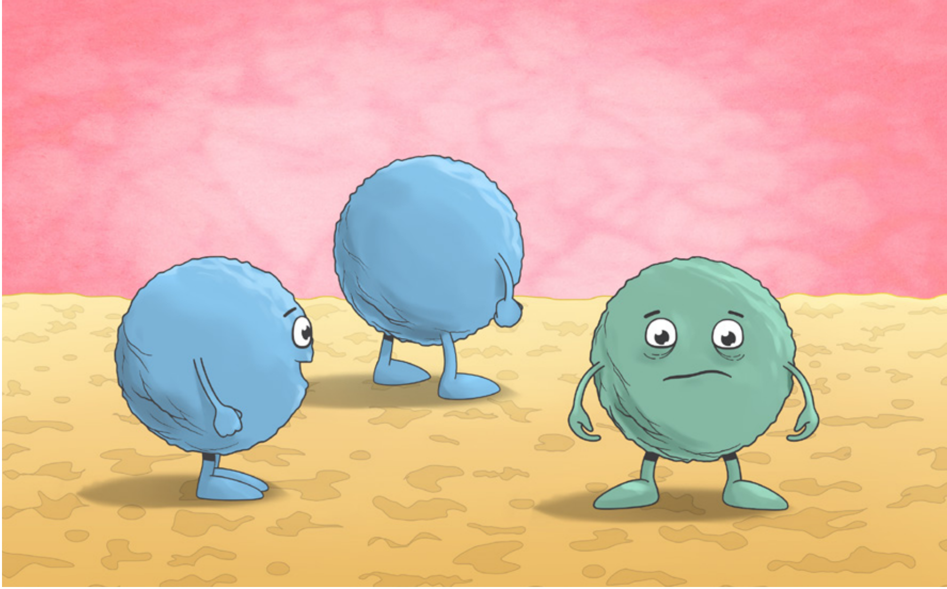
زما نوم حنا دی او زده د سټيم حجرو يو
ډونر (اهدا کونکی یا بسپنه ورکونکی)
وم. زه به تاسو ته د دې په اړه ټول
معلومات دلته په کمپ کې په هغه ځای
کې درکړم چې د زده کړې لابراتوار
نومیږي. له ما سره یوځای شئ!



د **ستیم حجرې** ستاسو د **بون میرو** یا د هډوکي د مغز دننه جوړیږي. دا کوچنې حجرات دي چې د وینې د هر هغه ډول حجرې په بڼه وده کوي چې ستاسو بدن ورته د روغتیا لپاره اړتیا لري .

د وينې حجرات 3 ډوله دي..





د **سټیم حجرو ډونر** ترلاسه کونکي ته سالمې سټیم حجرې ورکوي. یو **ترلاسه کونکی** هغه څوک دی چې ناروغه وي یا داسې بون میرو لري چې سم کار نه کوي. دا پدې مانا ده چې دوی نشي کولی پخپله صحي سټیم حجرې جوړې کړي.

د ستېم حجرو ډونر کېدی شي د کورنۍ یا غړی یا داسې
څوک وي چې تاسو یې نه پېژنئ.

Bone Marrow Harvest

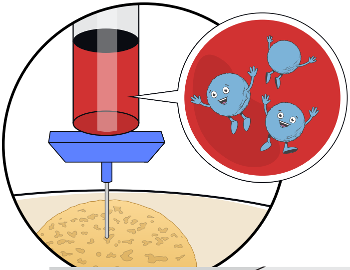
(د بون میرو راټولول یا هغه پروسه
چې د ډونر هډوکي څخه سټیم حجرې
اخستل کیږي)

د سټې م حجر و اهد ا کولو لپار ه دو ه لارې شتو ن لري. یوه لار ه ی ې د **Bone Marrow Harvest** ده ، ا و بل ه ی ې د افیریسس له لارې ترسره کیږي.

Apheresis

(افیریسس یا د
وینې څخه د یو ځانګړي عنصر یا
موادو جلا کول)

د یون میرو راټولول په یو جراحي مرکز کې ترسره کیږي. تاسو ته د انستیزیا (بی هوشۍ) په نوم درمل ورکول کیږي ترڅو ویده پاتې شئ او د پروسې په جریان کې هیڅ شي احساس ونه کړئ.

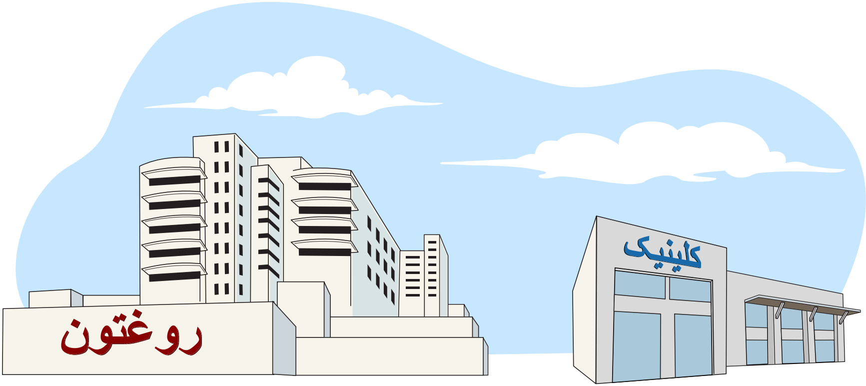


کله چې ویده شئ، ډاکټران به ستاسو بدن پر مخ واړوي. بیا به دوی ستاسو د کوناټو دواړو هډوکو ته ستنه لرونکې آله دننه کړي او اړینې حجرې به د بسپني لپاره راټولې کړي.

د پروسي وروسته به تاسو د روغتون په بستر کې پداسې حال کې
ویښ شئ چې پاملرنه کونکی به مو خوا کې وي. ستاسو کوناتې په
لویو کمکي بنداژونو سره ټړل شوي وي او ښایي یو څه درد ولري.

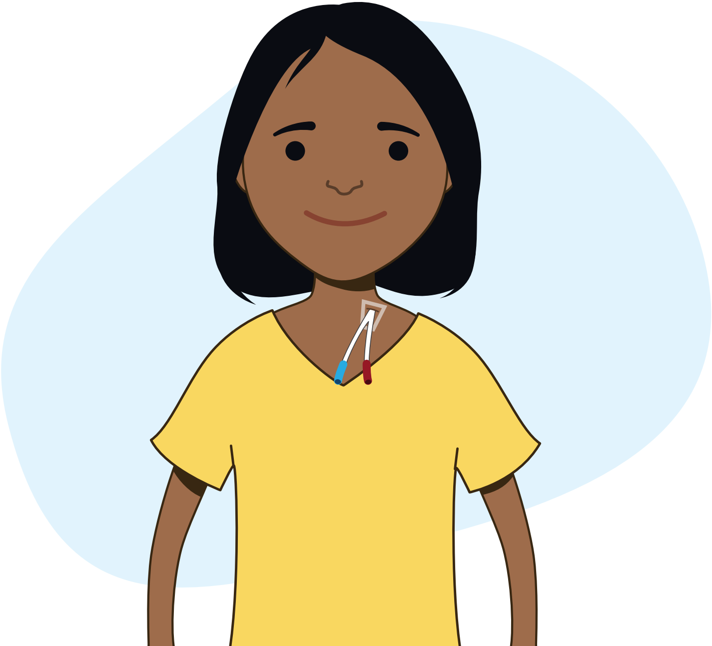
تاسو ښایي په ورته ورځ کور ته لاړ شئ یا د خارښ او درد درملو
لپاره په روغتون کې یوه شپه پاتې شئ.

Apheresis (افیریسس یا د وینې څخه د یو ځانګړي عنصر یا موادو جلا کول)



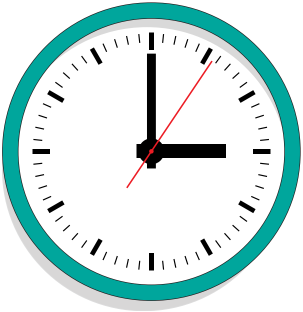
د ستیم حجراتو د بسپنې بله لاره د **افیریسس** طریقه ده. د هغه څه پر بنسټ چې ستاسو لپاره غوره وي، دا معمولا په روغتون کې ترسره کیږي مګر ځینې وخت په کلینیک کې ترسره کیدی شي.

لومړی، یو اوږد، نری انعطاف منونکی تیوب، چې **مرکزي لیکه** یا پایپ بلل کیږي، به ستاسو د بدن په یو رګ کې ځای پر ځای کیږي. دا معمولاً د بې هوشۍ لاندې او خوب پرمهال ترسره کیږي. وروسته له دې چې مرکزي لیکه ځای پر ځای شي، تاسو به افیریسس لپاره بله ورځ بیا راشئ.



کله چې تاسو د افیریسس پیل کولو لپاره راشئ، ستاسو مرکزي لیکه به د ماشین سره وصل شي چې ستاسو یو څه وینه به راټوله کړي. بیا دا اړین سټیم حجرې جلا کوي او باقي پاتې وینه د مرکزي لیکې له لارې بیرته تاسو ته ستنوي.

د افیریسس په جریان کې ارامه اوسیدل مهم دي، نو د لوستلو،
رنګ کولو، موسیقۍ اوریدلو یا فلمونو لیدلو په څیر د آرامه اوسیدلو
فعالیتونو موندل کیدی شي ګټور وي.



افیریسس کیدی شي څو ساعته وخت ونیسي
مګر بنایي د اړینو حجرو مقدار پر اساس لا
زیات وخت ونیسي. کله چې راتولول بشپړ
شي، مرکزي لیکه په نرمۍ سره ایستل کیږي،
او تاسو کولی شئ کور ته لاړ شئ.

بیا به ستېیم حجرې لابراتوار ته ولېږل شي چیرې چې دوی به اماده کړی شي او هغه ترلاسه کونکي ته به ورکړل شي چې ورته اړتیا لري. ستاسو د ستېیم حجراتو بسپنې څخه په مننې سره ترلاسه کونکی به بیا پدې وتوانیږي چې د وینې صحې حجراتو ته وده ورکړي.

د ستيم حجرو بسپنه ډونر کيدل او بل چا سره مرسته کول يو ډير سخاوتمندانه عمل دی او هغه څه دي چې زه يې د کولو له امله په ځان وياړم!

د نن ورځې د زده کړې لابراتوار سره یوځای کیدو لپاره مننه.
اوس، بیرته د فوټبال ډګر ته راګرځو ترڅو مونږ دا لوبه وګټو!

لغتونه

ستېم حجرې: هغه حجرې چې د هډوکي دننه جوړيږي. دا کوچني حجرات دي چې د وينې د هر هغه ډول حجرې په بڼه وده کوي چې بدن ورته د روغتيا لپاره اړتيا لري.

بون ميرو: د حجرو جوړولو يوه فابريکه چې ستاسو د هډوکو دننه موندل شوې.

د وينې سره حجرات: هغه حجرې چې ټول بدن ته اکسيجن رسوي ترڅو انرژي چمتو کړي.

د وينې سپين حجرات: هغه حجرې چې ميکروبونو سره مبارزه کوي او ستاسو بدن ترې خوندي ساتي.

پليټليټونه: هغه حجرې چې بدن سره د وينې بهيدنې ودرولو کې مرسته کوي.

د ستېم حجرو ترلاسه کونکی: هغه څوک چې ناروغه دی او داسې بون ميره لري چې سم کار نه کوي. دا پدې مانا ده چې دوی نشي کولی پخپله صحي ستېم حجرې جوړې کړي.

لغتونه

Bone Marrow Harvest (د بون میرو راټولول یا هغه پروسه چې د ډونر هډوکي څخه سټیم حجرې اخستل کیږي): یوه پروسیجر چې د انستیزیا لاندې ترسره کیږي چیرې چې د کوناټو دواړو هډوکو ته ستنه لرونکې آله دننه کړي او د کوناټو هډوکو څخه سټیم حجرات راټولیږي.

Apheresis (افیریسس یا د وینې څخه د یو ځانګړي عنصر یا موادو جلا کول): د مرکزي لیکې له لارې د سټیم حجرو راټولو لپاره یوه پروسه. ستاسو مرکزي لیکه د افیریسس یو ماشین سره وصلیږي چیرې چې وینه جمع کیږي او سټیم حجرې ترې جلا کیږي. باقي پاتې وینه بیا د مرکزي لیکې له لارې بیرته بدن ته لیږدول کیږي.

مرکزي لیکه: مرکزي لیکه رګونو یا وریدونو ته دننه کیدونکي (IV) پایپ ته ورته ده چې د لاسونو وریدونو ته دننه کیږي. خو مرکزي لیکه د عادي IV په پرتله ډیره اوږده ده او په سینه یا غاړه کې ځای په ځای کیدی شي. د مرکزي لیکې ټیوب دننه کول زړه ته نږدې رګ ته ځي. ټیوبونه ښایي د دې پر بنسټ چې ناروغ کوم ډول لیکې یا ټیوب ته اړتیا لري د پوستکي لاندې یا د پوستکي څخه بهر پاتې وي.

د کلمو لټون

- کلمې هر لور ته تللی شي
- کلمې کولی شي توري سره شریک کړي

O	B	Y	L	X	W	V	L	U	M	A	U	J	G	Q
V	M	O	L	L	V	A	M	A	B	K	C	D	R	T
S	F	G	N	L	E	M	W	S	D	A	E	X	R	Q
P	Z	V	Z	E	O	C	H	F	U	V	N	U	O	S
K	L	E	M	P	M	Z	M	P	E	J	T	Z	N	K
U	F	F	R	O	P	A	Y	E	P	Z	R	J	O	F
V	I	C	Q	R	E	G	R	L	T	H	A	A	D	E
L	P	F	Y	T	B	V	A	R	X	S	L	J	L	Q
I	C	G	T	M	H	T	T	D	O	R	L	I	L	L
H	F	G	W	Q	E	X	Q	Y	Y	W	I	B	E	B
J	G	R	B	L	U	L	N	C	Q	T	N	D	C	M
A	P	H	E	R	E	S	I	S	H	G	E	B	M	S
A	I	T	L	L	E	C	D	O	O	L	B	D	E	R
E	S	F	C	M	Y	G	O	M	W	L	H	V	T	V
N	O	M	Z	G	H	M	M	X	W	N	H	A	S	H

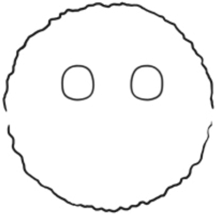
Apheresis | Bone Marrow | Central Line | Platelets
Red Blood Cell | Stem Cell | Stem Cell Donor | White Blood Cell

پوښتنې؟

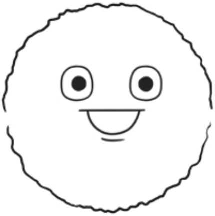
پداسې حال کې چې تاسو د ستیم حجرو ډونر کیدو په اړه زده کړه کوئ، تاسو ښایي ځینې فکرونه یا پوښتنې ولرئ. دلته یې په خلاص زړه ولیکئ!

د ستیم **حجرې** د رسمولو څرنګوالی

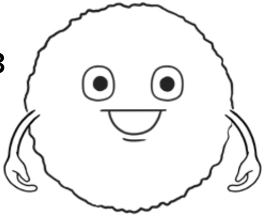
1



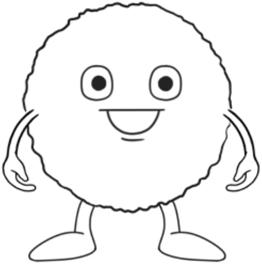
2



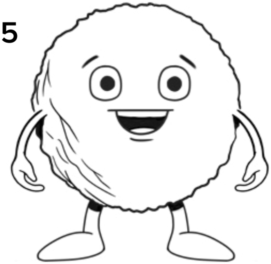
3



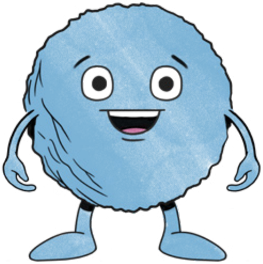
4



5



6



UCDAVIS HEALTH | COMPREHENSIVE CANCER CENTER

(د سرطان جامع مرکز)

دا کتاب په سخاوتمندانه توګه تمویل شوی و لخوا د

Northwestern Mutual®

Scan QR code to learn more about stem cell donors.