في التأمل

دعمٌ للعائلات التي شاركت في برنامج
التبرعَ بالأعضاء والأنسجة

donatelife

Arabic

© سلطة التبرع بأعضاء وأنسجة الجسد 2020

تم إعداد هذا الكتيّب بالشراكة مع وكالات DonateLife بوصفها هيئة التأليف الأصلية.

T 02 6198 9800
F 02 6198 9801
E enquiries@donatelife.gov.au

www.donatelife.gov.au

معجزة الحياة

شهدت اليوم أكثر الأشياء غرابة. اليوم شهدت معجزة! شاهدت الشمس تشرق. رأيت طفلاً يضحك. رأيت عائلة يقبّل أفرادها بعضهم البعض. رأيت زهرة في حديقتي. كان كلٌ من هذه الأشياء معجزة، لأنها معجزة حياتي.

وفي كل يوم على مدى السنوات السبع عشرة الماضية، استمتعت بفرصة الحياة الثانية التي وفرها لي زرع الأعضاء وقدّرتها.

بالنيابة عن كل متلقي زرع الأعضاء أودّ أن أقدّم شكري لكل الذين تبرّعوا بأنسجة وأعضاء. فنتيجة لحبّهم للحياة وقرارهم بمساعدة الآخرين وقت وفاتهم، ما زالوا يوفرون الحياة لبشرٍ آخرين.

ودعونا أيضاً ننوّه بعائلات جميع المتبرّعين ونقدّم لها الشكر. فهم أناسٌ أبدوا من القوة والرأفة ما مكنّهم من رؤية ما هو أبعد من المأساة، بينما كانوا في وقتها يعانون من صدمة لا يمكن لمعظم الناس تصورها؛ أناس احترموا قرارات أحبائهم الذين فارقوا الحياة أو اتخذوا قرارات بالنيابة عنهم؛ أناسٌ أتاحوا لأشخاص آخرين أن يحيوا وينعموا بالحياة التي لولا ذلك لما استطاعوا إليها سبيلا.

في كل يوم، أقدّم شكري للشخصين اللذين كان حبهما كبيراً بدرجة أنهما أعطياني، أنا الغريبة التي لم يعرفاني أبداً، قلباً ينبض دون أن ينقص نبضة واحدة لكي أرى الشمس تشرق، لكي أستطيع الشعور بحرارة العناق، لكي أستطيع شمّ عبق الزهرة، لكي أتذوّق نضارة الفاكهة، ولكي أسمع ضحكة طفل.

إنها معجزات الحياة اليومية التي لا يكترث لها معظم الناس. إن ما هو عادي للبعض من الناس هو غير عادي لي.

فيونا كوت

”حين يغمرك الحزن تأمل قلبك من جديد، فسترى أنك في الحقيقة تبكي مما كان يوماً مصدر بهجتك.“

جبران خليل جبران.

قصة عائلة متبرع

توفي والدي في أوائل عام 2014. اليوم ولسنوات عديدة قادمة سنعيش مع تبعات رحيله، ولن يزول شعورنا بخسارته ولو أن الألم لم يعد يعادل الصدمة الفجة وإنكار الواقع الذي شعرنا به في السابق. ومع ذلك ما زلت أعتبر نفسي محظوظًا لأن إدراكي بأن والدي تبرع بأعضائه وجعله بطلًا في نظري ونظر الكثيرين غيري، مما يمنحني راحة نفسية إلى حد ما.

الخوف من أنك لن تسمع شخصًا عزيزًا عليك أو تراه بعد اليوم يمكن أن يكون شعورًا غامرًا. أمضى والدي ليلته الأخيرة يلعب الكريكيت على الشاطئ ويتبادل النكات مع بناته خلال تناولهم كعكة الآيس كريم المخبوزة في منزلنا، ثم شاهد فيلم "الهوبيت" مع ابنه وزوجته. كانت النهاية المثالية لحياة رائعة، كما لو أنه صمم ليلته الأخيرة معنا بنفسه. ولكن في غضون ساعات واجهتنا مسألة ما إذا كنا سنتبرع بأعضائه أم لا. ولو أن هذا التعبير يبدو قاسيًا إلا أن بالنسبة للذين يحتاجون إلى هذه الفرصة للبقاء على قيد الحياة فإن الأمر يقتصر بالفعل على الإجابة بنعم أو لا.

ولا أعتقد أنني قد حظيت قط بمثل هذا قدر من اللطف من جانب الأطباء والممرضات في المستشفى. فهم بكوا معنا ونحن نودع فقيدنا، وأمسكوا بأيدينا ونحن في حالة الصدمة، وتعاملوا مع جثمان والدي بأكبر قدر من الاحترام خلال الإجراءات بأكملها. نعيش اليوم مرتاحون البال لاتخذنا هذا القرار، فهو يمنح أملًا في وجه حتميّة الموت خالقًا من خسارتنا إمكانية حماية أسرة أخرى من معاناة الأسى الذي نعيشه.

التبرع بالأعضاء هو أمر جميل منبثق من مأساة عظيمة، وربما هذا ما يجعله أثمن عطية على الإطلاق ويذكرني لماذا كانت حياة والدي قيمة إلى هذا الحد. وأود أن أعبر عن امتناني العميق لأولئك الذين تلقوا أحد أعضائه ولأولئك الذين جعلوا هذا الأمر ممكنًا، فأنتم تحتلون مكانة خاصة في قلبي للسماح لوالدي بالاستمرار في الحياة من خلالكم.

إهداء

هذا الكتاب إهداءٌ لكل المتبرّعين بالأعضاء و الأنسجة وأفراد عائلاتهم الذين بفضل سخائهم غيّروا حياة آخرين بواسطة الزرع.

كما ينوّه الكتاب بأولئك الذين لم يمكن تنفيذ رغبتهم بالتبرّع.

مقدّمة

أُعدّ هذا الكتاب لمساعدة أفراد العائلات وأصدقائهم الذين واجهوا وفاة عزيزٍ على قلوبهم. وقد ضمنّاه بعض المعلومات عن التبرّع بالأعضاء والأنسجة التي قد تجيب على أي أسئلة متبقية.

وقد أسهم أفراد من عائلات المتبرّعين ومتلقي الزرع بسخاء في هذا الكتاب عن طريق مشاركة قصصهم الشخصية. ومع أنك قد لا تشعر بالرغبة في قراءة كل ذلك الآن، فإنك ستجد بعض المعلومات عن الحزن والفجيعة التي نأمل أن تساعدك على فهم ما تتوقع حصوله في مسيرتك الفردية.

القسم الأول

الحزن

ما هو الحزن؟ 8

كيف سيؤثر الحزن عليّ؟ 9

الأطفال والحزن 13

كيف أتعامل مع المناسبات السنوية والمناسبات الخاصة؟ 14

ما هو الحزن؟

إن وفاة شخص نحبّه تجربة عالمية، ولا يمكن تجنّب مشاعر الحزن التي تصاحب هذه الخسارة. ويكون الأمر صعباً بشكل خاص عندما يكون الموت مفاجئاً أو غير متوقع ولا يكون هناك وقت للاستعداد – لا يكون هناك وقت للوداع.

قد تشعر بالصدمة والارتباك والخوف، إذ تتغيّر نظرتك للعالم بين ليلة وضحاها، ويهتز إحساسك بالسلامة والأمن ويحل محلّه ذلك الشعور بأنك في "عالمٍ غير واقعي". وقد يكون هناك أيضاً شعور بالغضب وبحاجة قوية لإلقاء اللوم لما حدث على شخصٍ ما.

هناك عوامل كثيرة سيعتمد عليها تأثرك بالوفاة، منها سن الشخص المتوفى وعلاقتك به وكذلك الظروف المحيطة بوفاته.

كيف سيؤثر الحزن عليّ؟

من المهم أن تدرك أنه لا يوجد "نمطٌ" معين للحزن. وليست هناك حدود زمنية محددة يجب أن يحدث فيها "تحسّن في شعورك" ولا تسلسل محدد "للمراحل". كأفراد، يختلف كلّ منا عن الآخر في كيفية تحمّلنا. إلاّ أن هناك بعض ردود الفعل المشتركة التي يمرّ بها جميع المفجوعين. وقد أدرجنا أدناه بعضاً منها قد تجد أنك تمرّ بها، وكذلك بعض الأشياء التي قد تودّ أخذها بالاعتبار. تجربة أي من هذه أمر طبيعي تماما.

الجانب العاطفي

- غالباً ما يساعدك الخدَر والشعور بعدم التصديق في التحمّل خلال الأيام أو الأسابيع الأولى. لا تُفاجأ إذا ساءت الأمور بعد تلاشي الخدَر.
- فإن الحزن على من تحب والشوق العميق له هو أمر طبيعي.
- كما أن مشاعر القلق والخوف والذعر تشكل ردة فعل شائعة.
- اعرف أن الغضب جزء طبيعي من الحزن.
- أعطِ نفسك إذناً بأن تحزن – لا تحاول أن تكون قوياً للتخفيف عن الأشخاص الذين حولك.
- أخبر الآخرين كيف يمكنهم المساعدة – بمهامٍ عملية وكذلك بتقديم الدعم العاطفي.
- قد تشعر بتفاوت في شعورك بين الحاجة لصحبة الآخرين والرغبة في أن تكون لوحدك. كن منفتحاً مع الناس - أخبرهم عن هذه الحاجات والرغبات.
- قد يكون من الصعب التركيز لمدة طويلة حتى على المهام البسيطة – لا تتوقع من نفسك أكثر ممّا تقوى عليه.
- قد تخالجك مشاعر قوية خلال فترة الحزن، وهو أمر قد يخيفك. وهذا ليس بمستغرَب، لكن إذا كنت قلقاً بسبب قوة هذه المشاعر أو طول مدتها فلا تخشَ طلب المساعدة من محترفين.
- قد يرى بعض الناس أحلامًا حزينة كجزء من ردة فعلهم على الحزن.

الجانب الجسماني

- من المهم بشكلٍ خاص ألاّ تهمل صحتك. فأنت ترزح تحت وطأة ضغط كبير وهذا يجعلك أكثر عرضة للإصابة بأمراض. وقد تشعر بأنك خائر القوى.
- قد يشعر بعض الأشخاص بالمرض الجسدي ويعانون من ألم شديد أو انزعاج، ومن مشاكل في الجهاز الهضمي، وفقدان الطاقة، ونقص التركيز، أو يعانون من تقلبات في الوزن.
- حاول أن تأكل جيداً ضمن المعقول حتى وإن كنت لا تستمتع بالأكل.
- من المحتمل أن تختلّ أنماط نومك. حاول أخذ قسطٍ من الراحة خلال النهار للاسترخاء كلما أمكنك ذلك.
- تجنّب الإفراط في استهلاك الكحول أو المخدّرات أو المواد الضارّة الأخرى.
- إذا بدت عليك أعراض تقلقك اطلب المشورة من طبيبك المحلي.

الجانب الاجتماعي

- غالبًا ما يكون الأصدقاء وأفراد العائلة أشدّ دعماً في الفترة الأولى من الحزن، لكن هذا الدعم قد يتناقص بمرور الوقت. من المهم أن تكون قادراً على طلب مساعدتهم عندما تكون بحاجة لذلك. لا تنتظر منهم أن يخمّنوا ما تحتاجه، إذ أن تخمينهم سيكون خاطئاً في الغالب، وسيأتي بعد فوات الأوان.
- قد يؤثر الحزن على العلاقات الشخصية لأنها في المقام الأول تجربة فردية. قد تزداد العلاقات الحميمة قوة أو تتباعد، لذا كن على دراية بالألم والخسارة التي يعاني منها بعضكم البعض واستمع إلى ما يقوله كلا منكم.
- قد تولّد اللقاءات الاجتماعية لديك شعوراً بالقلق، خصوصاً في الأسابيع والشهور الأولى. عامل نفسك بلطفٍ واختر أن تكون مع أناس تثق بهم.
- خلال فترة الحزن قد يكون من الصعب الحكم على العلاقات الجديدة، إذ يكون من الصعب رؤية العلاقات الجديدة بموضوعية إذا كنت ما تزال في مرحلة الحزن الشديد. لن يكون هناك من يعوّض خسارتك. حاول الاستمتاع مع الناس كما هم.

الجانب المالي

- تجنّب القرارات المتسرّعة. حاول عدم اتخاذ قرارات حياتية كبرى في السنة الأولى ما لم يكن ذلك ضرورياً بالمطلق.
- على العموم، يجد معظم الناس أن من الأفضل البقاء مستقرين في محيطهم الذي يألفونه إلى أن يصبحوا قادرين على التفكير بمستقبلهم بمزيدٍ من التروّي.
- لا تخشَ أن تطلب النصح من شخص تثق به.

الجانب الروحي

- قد يكون الإيمان الشخصي مصدراً كبيراً للراحة خلال الحزن.
- قد يعيش بعض الأشخاص تجربة قد تكون حلماً أو لمسة أو شعور بزيارة من قبل الشخص الذي توفي، وقد يوفر ذلك بعض الراحة.
- عندما نحزن، ننشط في دراسة وإعادة النظر بمعتقداتنا وآرائنا بشأن الأسلوب الذي يعمل به العالم ومكاننا في الحالة الإنسانية.
- قد نواجه صعوبة في العثور على معنى لوفاة أحبائنا في هذا الوقت.
- قد يجد البعض هذا الوضع يجعلهم يشكون في صحة معتقداتهم الدينية، وقد يكون ذلك مزعجًا للغاية بالنسبة لهم.
- قد يكون من المفيد أن تنظر في الذخر العاطفي الذي كسبته من ذلك الفرح الذي آل إليك نتيجة معرفة الفقيد وحبك له.
- قد يكون بإمكان كاهنك أو رجل الدين الخاص بك توفير الدعم لك.
- يقول البعض بأن الانتقال من حب الشخص بحضوره إلى حبّه في غيابه أمر مفيد للغاية.

ما هي الأمور التي قد تفيد؟

تحتاج لمدة كي تتكيّف مع بيئة لا يوجد فيها فقيدك. فالأشياء التي لا تكاد تتوقعها – مثل قطعة موسيقية أو كرسي فارغة أو رائحة العطر المفضل - ستثير الذكريات وقد تغرقك في بحرٍ من العواطف.

تعلّم أن تعرف ما هي الأشياء التي تفيدك. ستتعرّف بسرعة على أفراد العائلة أو الأصدقاء الذين سيتركون لك مجالاً لكي تكون كما أنت بدون تظاهر وكي تعبّر عن حزنك بطريقة ذات مغزى بالنسبة لك. تحدّث عن الشخص الذي توفى وشجّع الآخرين على أن يتحدثوا عن ذكرياتهم أيضاً. فبعض الناس يتردّدون أحياناً في التحدّث عن المتوفى لخشيتهم من التسبّب بإزعاجك أكثر. فلعلهم ينتظرون إذنك بذلك.

وقد تجد أن قضاء بعض الوقت لوحدك يساعدك أيضاً – مثلاً كتابة ما تشعر به في دفتر يومية، أو زيارة مكان خاص يُشعرك بالأمان وقد توجد فيه بعض ذكرياتك الجميلة، أو إعداد دفتر ذكريات. هناك أشياء مختلفة قد تساعدك في أوقات مختلفة.

لكل فردٍ من أفراد العائلة علاقته الخاصة بالشخص الذي توفى، ولذلك فإن كلاً منهم سيشعر بتأثير فقده بطريقة مختلفة.

هذه المشاعر لن تكون هناك إلى ما لا نهاية على الرغم من أنه يبدو في بعض الأوقات أنها تسوء بدلاً من أن تتحسّن. قد تلاحظ هذه الاختلافات تدريجياً بمرور الوقت:

- ستكون أيامك الجيدة أكثر من السيئة.
- سيمكنك مشاركة الذكريات عن الشخص الذي توفى والشعور بسعادة بذلك أكثر من الحزن.
- سيمكنك البدء بنشاط بإعادة اهتمامك بالحياة والتخطيط للمستقبل.

الأطفال والحزن

يختلف فهم الأطفال للموت تبعاً لاختلاف سنّهم. لكن حتى الأطفال الصغار سيدركون أن أمراً سيئاً جداً قد حصل، لكنهم قد لا يستطيعون فهم خطورته.

يؤمّن منزل الأطفال وعائلتهم الإحساس الوحيد بالأمان الذي يعرفونه. ويُحتمل أن يكونوا شديدي الحساسية تجاه الأسى والحزن والفوضى في حياة الأشخاص الذين يلجأون إليهم عادةً طلباً للراحة. من المهم أن يشعروا بأنهم محبوبون وأن يكونوا مطمئنين.

وقد تلاحظ أن سلوك الأطفال في تراجع. فقد يتصرّفون كما كانوا يفعلون عندما كانوا أصغر سنًا بكثير. مثلاً:

- قد يصرّون على البقاء بقربك وقد يكونون شديدي الخوف من انفصالهم عنك.
- قد تسوء أنماط نومهم وقد تشمل أحلاماً مزعجة.

ما هي الأمور التي قد تفيد؟

هناك أمور يمكنك القيام بها للمساعدة، ولذلك أدرجنا بعض هذه الأمور أدناه:

- يعبّر الأطفال الصغار عن شعورهم غالباً عن طريق اللعب. خصّص وقتاً للّعب معهم واطلب منهم أن يشرحوا ما الذي يفعلونه.
- كن منفتحاً وصادقاً معهم – اشرح ما الذي يحصل بأبسط ما يمكن.
- اشركهم – إذ يجب أن يكونوا قادرين على "فعل شيء خاص" للشخص الذي أحبوه – بناء حديقة، غرس زهرة، أخذ شيء صنعوه إلى المقبرة. استعمل قدرتك على الابتكار.
- أخبر المدرسة بما حصل بأسرع ما يمكن، إذ أن ذلك سيعطي المدرّسين فرصة لتخطيط أفضل السبُل لدعم الأطفال عند عودتهم إلى قاعات الدراسة.
- إن مجرّد معرفة أن بعض ردود الفعل هذه عادية يمكن أن تطمئنك أنت كأب أو أم. لكن إذا شعرت بقلق في أي وقت حول مدى تحمّل طفلك للأمر، لا تتردّد في طلب النصح الاحترافي عن طريق طبيبك المحلي.

هناك الكثير من الكتب الممتازة للأطفال والوالدين على السواء، ويمكن الحصول على قائمة ببعضها من وكالة DonateLife في ولايتك أو مقاطعتك.

كيف أتعامل مع المناسبات السنوية والمناسبات الخاصة؟

لن تكون المناسبات السنوية وأيام المناسبات الخاصة أبداً بالرونق ذاته بدون الشخص الذي أحببته. والسنة الأولى على وجه الخصوص يمكن أن تكون مؤلمة بشكل خاص. وهناك شعور "يتنامى" مع اقتراب كل يوم من الأيام الهامة مع تزايد الشعور بالقلق حول كيفية استطاعتك "قطع هذا الشوط".

ما هي الأمور التي قد تفيد؟

- خطّط سلفاً – تحدّث بانفتاح مع العائلة عن يوم المناسبة – سيكون لكل شخص احتياجاته وتوقعاته الخاصة.
- سيسعى الأطفال خاصة للاطمئنان إلى أن حياة عائلتهم ستستمر "بصورة طبيعية قدر الإمكان".
- شارك يوم المناسبة مع أشخاص تستمتع بوجودهم وتشعر بالراحة معهم.
- قد تختار إجراء تغيير على ما درجت عليه العائلة وخلق تقليد جديد لها.
- حاول أن تجعل يوم المناسبة ذا مغزى بصورة أو بأخرى.
- اسمح للآخرين بمساعدتك بالتخطيط مع التذكّر في الوقت ذاته بأنه وقتك الخاص أنت.
- اسمح لنفسك بمشاركة الضحكات والدموع مع من حولك –فقد يساعدهم ذلك على التعبير عن شعورهم أيضاً.
- استعمل قدرتك على الإبداع في تذكّر قريبك - أشعل شمعة، اشترِ زينة خاصة لعيد الميلاد، اشترِ شيئاً خاصاً يمكن أن تستمتع به العائلة كلّها.
- قد يرغب الأطفال في رسم صورة أو كتابة رسالة للشخص الذي توفى.
- عامل نفسك بلطف – حدّد أهدافاً معقولة.
- احفظ ذكريات فقيدك – ستحملها في قلبك دائماً.

القسم الثاني

الدعم

خدمة دعم العائلات	16
إحياء ذكرى المتبرّعين بالأعضاء و الأنسجة	17
قصص من عائلات المتبرّعين	18
كلمات متبادلة بين عائلات متبرّعين ومتلقّين	21
رسائل من متلقين	22
كلمات من أم متبرّع	24
جهات الاتصال	25

خدمة دعم العائلات

تأسست خدمة وطنية لدعم عائلات المتبرّعين DonateLife بهدف تقديم الدعم لعائلات المتبرّعين بالأعضاء والأنسجة قبل وخلال وبعد التبرّع. يتم تقديم الدعم بعدد من الطرق ويختلف تبعاً لاحتياجاتك الآن وفي المستقبل.

كجزء من الخدمة، يوجد منسّقو دعم عائلات المتبرّعين في كل وكالة DonateLife في كلٍ من الولايات والأقاليم. ومنسّق دعم عائلات المتبرّعين موجود لدعمك وعائلتك خلال مصابك. كما أنه موجود للاستماع إليك وتزويدك بالمعلومات وتوفير الطمأنينة لك وللإجابة عن أية أسئلة أو مخاوف قد تكون لديك. وقد تجد أنه من المفيد أن تتحدث مع شخص خارج نطاق العائلة المباشرة. تشمل الخدمة الإرشاد أو الإحالة إلى مستشاري حزن محليين إذا كنت تفضّل ذلك.

في الرسالة الأولى من وكالة DonateLife ستعرف كيف ساعدت عمليات الزرع كثيراً من الناس ومدى التحسّن الذي يحرزونه. تكون عائلات المتبرّعين ومتلقي الزرع في وضع ضعيف، وهم يحتاجون لوقت للملمة جراحهم والتكيّف مع ظروف مختلفة جداً.

ومع أنه لا يمكن الإفصاح عن هوية المتلقين، فإن DonateLife مسؤولة عن توجيه المراسلات إليك إذا كانت هذه رغبتك. وقد ترغب أيضاً في الكتابة إلى المتلقين أو الردّ على رسائلهم عبر الأقنية ذاتها.

وإذا شعرت بمرور الوقت أن هناك شيئاً تودّ أن تفعله، سيستطيع منسّق دعم عائلات المتبرّعين مساعدتك.

إذا أحببت في المستقبل الحصول على آخر معلومات تقدّم حالة المتلقين فإنه يمكن تسهيل ذلك عبر الأقنية ذاتها. هذه المعلومات لا يتم تقديمها بصورة روتينية، إذ لا ترغب كل العائلات في معرفة ما إذا تغيّرت الظروف على مر السنين.

تخليد ذكرى المتبرّعين بالأعضاء والأنسجة

مع مرور السنين أعدّت وكالات التبرّع بالأعضاء والأنسجة في كل أنحاء أستراليا طرقاً خاصة للتنويه بكرَم كل المتبرّعين بالأعضاء والأنسجة وعائلاتهم.

صلوات الذكرى التي تقيمها DonateLife

الهدف من صلوات الذكرى السنوية التي تقيمها DonateLife هو توفير منبر للتنويه بالمتبرّعين وعائلاتهم والإعراب عن الامتنان لهم. وهي كذلك فرصة لكل من مرّ بتجربة التبرّع بالأعضاء والأنسجة للاجتماع مع أشخاص آخرين تغيّرت حياتهم أيضاً نتيجة هذه التجربة.

دبوس شعار دعم عائلات المتبرّعين

هذا الدبوس الذي يتم وضعه على طية صدر السترة صُمّم خصيصاً لعائلات المتبرّعين بالأعضاء والأنسجة.

كتاب الحياة الخاص بوكالة DonateLife

كتاب الحياة الخاص بوكالة DonateLife هو مجموعة قصص من الذين مرّوا بتجربة التبرّع بالأعضاء والأنسجة. تشيد هذه القصص بكرَم أولئك الذين انتهت حياتهم بصورة مأساوية ومفاجئة. وكان كتاب الحياة بدأ مسيرته حول أستراليا في أسبوع DonateLife، خلال شباط/فبراير 2011. ونظراً للإقبال الشديد عليه أصبح جزءاً دائماً من موارد DonateLife ومكاناً يمكن فيه إخبار قصص المتبرّعين وزرع الأعضاء. يمكن الوصول إلى كتاب الحياة عبر موقع www.donatelife.gov.au

لمعرفة المزيد من التفاصيل عن أيٍ من الأشياء المذكورة أعلاه، يُرجى الاتصال بوكالة DonateLife في ولايتك أو إقليمك.

قصص من عائلات المتبرّعين

عائلتان تكرّمتا بمشاركة تجاربهما الشخصية معنا.

القصة الأولى

في يوم غائم بمنتصف تموز/يوليو منذ عدة سنوات، اكتشفت بواسطة الهاتف أن ابني الحبيب الأكبر قد توفي على الفور إثر تلقيه إصابة في رأسه. كان ذلك نتيجة حادث سيارة وقع وهو في طريقه من العمل إلى المنزل.

بعد عدة ساعات، لم تتمكّن أرملته الشابّة عندما اتصل بها منسّق التبرّع لمناقشة إمكانية التبرّع بالأنسجة معها من اتخاذ القرار المطلوب، نظراً لفقدها السيطرة على شعورها بالحزن.

وعلى الرغم من عدم معرفتي بأن ابني كان قد سجّل نفسه كمتبرّع، فإنني كنت أعرف عنه حبّه وبعد نظره وإخلاصه ورأفته وعمقه الروحي في الحياة، لذا لم أتردّد في إعطاء الإذن باستخراج الأنسجة حسبما طُلب، وذكرت بأنه لو كانت هذه رغبته فليس لدينا الحق في أن ننكر عليه حقه في اختيار التبرّع في هذه الحالة، حالة وفاته في غير أوانها.

بعد التبرّع بالأنسجة، استطعنا رؤية جثته ووجدنا أنه يبدو كما كان يبدو دائماً عندما يكون نائماً. وبعد فترة قصيرة تلقّيت رسالة جميلة أثلجت صدري من منسّق التبرّع يشكرني فيها على التبرّع بالأنسجة من ابني.

أقول باعتزاز إن ابني تبرّع بعينيه وصمامات قلبه وعظام رجليه وأوتار "أخيل". كما أنه يشرّفني القول إن هذا التبرّع أدى إلى قدرة رجل وامرأة في منتصف الثلاثينات من العمر على استعادة بصرهما وإلى تلقّي سبعة عشر شخصاً آخر رقعاً عظمية، وكان من هؤلاء المتلقين خمسة أطفال.

توفي ابني قبل أن يستطيع أن ينجب طفلاً، لكن اعتزازي به لا يمكن أن يُضاهى، إذ أنه في موته، وبفضل هِباته مباشرة، حسّن حياة الكثيرين – ليس فقط حياة الأفراد الذين تلقوا رقع الأنسجة بل كذلك أسرهم وعائلاتهم الممتدة. إنني متأكّدة من سعادتهم جميعاً بتحسّن نوعية الحياة التي يستمتع بها أقاربهم المتلقون الآن.

هذه المعرفة تمدّني وعائلتي براحة دائمة.

القصة الثانية

منذ عدة سنوات تغيّرت بالنسبة لنا الحياة التي كنا نعرفها. ففي الصباح الباكر من أحد الأيام، كنت مستيقظة أفكّر بيوم جديد آخر عندما سمعت فجأة صراخاً يأتي من الغرفة المجاورة. إنها ابنتي اليافعة. قالت لي: "أمّاه، أحسّ برأسي وكأنه على وشك الانفجار. اتصلي بالطبيب. هناك مشكلة ما!"

خلال خمس عشرة دقيقة غابت عن الوعي. وبينما كنت أتصل بالإسعاف توقفت عن التنفّس، فقمت بالتنفّس عنها إلى حين وصول الإسعاف. في غضون خمس وأربعين دقيقة من سماع بكائها، كانت ترقد في المستشفى. وكانت تلك بداية أسوأ كوابيس أي أم أو أب.

مضت عدة ساعات قبل أن نعرف أي شيء عن طبيعة المشكلة. لكن بعد أخذ صورة حاسوبية طبقية (CT scan) لرأسها اكتشفوا أنها أصيبت بنزيف دماغي. وبعد أربع ساعات من إدخالها المستشفى تم نقلها إلى قسم العناية الفائقة، وهناك استطعنا أن نزورها. وقد بدت "طبيعية" جداً وكأنها نائمة. كانت دافئة، وكان صدرها يصعد ويهبط، ولم تكن هناك إشارة مرئية على أن هناك مشكلة على الإطلاق. لم نصدّق ما جرى خلال تلك الساعات القليلة الماضية.

أجرى الأطباء الاجتماع الأول مع العائلة بعد قليل من رؤيتها في العناية الفائقة. أخبرونا بأنهم لا يعرفون سبب حدوث النزيف لديها، لكن الأمر كان كارثياً لدرجة عدم وجود أي أمل في التعافي على الإطلاق. ولدى سماعي ذلك، كان أول ما فكّرت به أنه يجب أن تظل "حيّة" كي يستطيع والدها وأختها الكبرى اللذان كانا يعملان خارج الولاية الحضور لتوديعها. بعد ذلك قلت إنها تريد أن تكون متبرّعة بالأعضاء. إلاّ أن الأطباء أخبروني بسرعة أنه لن تتم مناقشة الأمر إلاّ بعد إثبات الموت الدماغي وأن الاختبارات لن تُجرى إلاّ بعد أربع وعشرين ساعة أخرى.

كنا قد ناقشنا موضوع التبرّع بالأعضاء عندما ذهبَت للحصول على رخصة متدرّب بهدف الحصول على رخصة سياقة، وكانت قد قالت في ذلك الحين إن التبرّع هو الأمر الصائب. كنت محظوظة، إذ لم يكن لديّ شكٌ في أنها ستوافق. لقد كنت أؤمن دائماً بأن التبرّع بالأعضاء الطريقة الوحيدة للحصول على شيء جيد من حالة فظيعة، لكنه لم يخطر على بالي قط أن "ذلك قد يحدث لنا". وصل والدها وأختها في وقت لاحق من ذلك اليوم وقضينا جميعاً وقتاً طويلاً معها. وكانت أختها الأصغر أحضرت لها جهاز "ووكمان" واستمعنا إلى الأقراص المدمجة CD المفضلة لديها. وتحدّث صديقها معها عن كل الخطط والأحلام التي لم يعُد بالإمكان تحقيقها الآن. جلست وأمسكت بيدها وتأملت وصلّيت كي تكون "بوعيها" لتسمع عن مدى حبّنا لها وكم سنفتقدها بعد رحيلها.

أكّدت اختبارات الموت الدماغي التي أجريت في اليوم التالي أسوأ ما كنا نخشاه، فبدأت عملية التبرّع بالأعضاء. كانت هناك أوقات قلت فيها لنفسي "لقد تخلّينا عنها بسرعة كبيرة – إذ يفيق الناس من الغيبوبة ويكونون بحالة جيدة". لكنني كنت أتحدّث مع الممرّضين وأتذكّر سلسلة الاختبارات وأدرك عندها أنه مهما كان طول المدة التي كنا سنتركها متصلة بجهاز التنفس الصناعي فإنها لم تكن لتفيق.

كان مشهد إغلاق باب المصعد وهي في داخله لأخذها إلى غرفة العمليات لإجراء جراحة التبرّع بالأعضاء مفجعاً. لكننا كنا على ثقة بأن ذلك هو الأمر الصائب. وعلى الرغم من الألم الرهيب الذي كان يعتصرنا، كان من المريح أن نعرف أنه في مكانٍ ما سيكون هناك أشخاص يبتهجون لإعطاء قريبٍ لهم فرصة ثانية للحياة.

لقد تأثر كثيرون بوفاة ابنتي، وعلى الرغم من أن لا شيء في الدنيا يجعل من المقبول غيابها عن هذه الدنيا وعدم تحقيقها أحلامها، فإن الذخر الذي تركته خلفها ذو نتائج واسعة النطاق. لم يكن هناك من شيء يُبعد الموت عنها، لكن تبرّعها بالأعضاء كان معناه أن موتها لم يكن عبثاً. لن يعرف المتلقون أبداً من هي، لكنني متأكّدة من أنها ستكون دائماً في ذاكرة أولئك الغرباء الذين أُتيحت لهم فرصة ثانية في الحياة بفضل "هِبة الحياة" التي قدّمتها لهم.

لمشاهدة مجموعة من القصص التي أنقذت وغيّرت حياة الناس والتي وردت من أشخاص مرّوا بتجربة التبرّع بالأعضاء والأنسجة، قم بزيارة
www.donatelife.gov.au/donation-stories/donatelife-book-life

كلمات متبادلة من عائلات متبرّعين ومتلقّين

نشكركم لكل هذه الكلمات الرقيقة العطوفة – لقد أحدث ذلك فرقاً هاما"

— عائلة متبرّع

إن تمكُّن فقيدنا من مساعدة آخرين بعمليات الزرع كان مصدر راحة عظيمة لنا. نتمنى لهم السعادة دائماً."

— عائلة متبرّع

ساعدَنا كل الدعم الذي تلقيناه على تحمّل خسارتنا وبيّن لنا مدى عطفكم."

— عائلة متبرّع

إن مجرّد قول "شكراً" يبدو غير كافٍ على الإطلاق..."

— متلقي شديد الامتنان

رسائل من متلقين

إلى عائلة متبرّعنا "المميزة"

لا يمكننا أن نعبّر بالكلمات عن مدى أهمية قراركم علينا وعلى صغيرنا الذي يبلغ من العمر الآن أربع سنوات. كان التقدير بأنه سيعيش أسبوعاً واحداً فقط بعد أن توقف كبده عن العمل لسبب غير واضح. كان ذلك صدمة كبيرة لنا، إذ أنه كان دائماً يتمتع بصحة جيدة. بعد البقاء مدة قصيرة في المستشفى المحلي أجريت له عملية الزرع التي أنقذت حياته. كان الموت الشيء الوحيد الذي ينتظره لولا قراركم. لكنه كان قراراً مزّق قلوبنا لعلمنا أنه على الرغم من ابتهالاتنا بقرب وجود متبرّع كنا نعرف أن ذلك معناه أن شخصاً ما سيخسر أحد أحبائه.

لقد استعاد ابننا الصغير المرِح المليء حيوية صحته الكاملة الآن، وهو يعيش بشكل طبيعي كما يعيش أي طفل بسن أربع سنوات. فلكم منا ومن عائلتنا جزيل الشكر.

نأمل أن تجلب هذه الرسالة لكم شيئاً من الراحة خلال وقت حزنكم. أنتم لم تنقذوا حياة ابننا فقط، بل أنقذتم أخاً وحفيداً وابن خالة وابن أخ.

إلى عائلة المتبرّع الكريمة

أنا أم، ومنذ حوالي ثمانية عشر شهراً أدركت أن حالة بصري تتدهور. وقبل عيد الميلاد بوقت قصير، استيقظت لأجد أن بصري كان ضبابياً، مما أخافني للغاية. اتصلت بطبيبي الذي أرسلني مباشرة إلى اختصاصي في طب العيون الذي شخّص حالتي بأنها متلازمة ضمور "فوتشز"، وهو مرض وراثي في العيون يحتاج لزرع قرنية في العينين. عندما أتذكّر تلك الفترة أعرف أنني كنت أخسر بصري تدريجياً وأذكر أنني كنت أحاول القراءة لابنتي وأجد ذلك صعباً بدرجة أنني كنت أضطر لمسك ضوء ببطارية بيدي لكي أقرأ لها. كان والدي قبلي يعاني من نفس المرض، وقد أُجريت له عملية زرع القرنية، لذلك كنت أعرف شيئاً عن هذا الإجراء ولكنني مع ذلك بقيت مضطربة وخائفة. حصلت المكالمة الهاتفية بعد أربعة أشهر فقط من وضع اسمي على قائمة الانتظار، ومع أنني كنت مرتعبة، كنت آمل أن يأتي اليوم الذي أستطيع فيه أن أرى ثانية وأقرأ لابنتي.

لقد مضى حتى الآن عشرة أشهر منذ عملية زرع القرنية، ولا يمر يوم بدون أن أتذكّر وأشكر متبرّعي الذي أعطاني فرصة للإبصار. فلو قررت تلك العائلة عدم التبرّع لما كان باستطاعتي أن أخبركم عن أفكاري وأعبّر عن شكري لما تم منحه لي.

أستطيع الآن القراءة لابنتي البالغة ست سنوات ومساعدتها على تعلّم القراءة. ففي الأسبوع الماضي رأيت النمش على أنفها للمرة الأولى. ببساطة، لا يمكنني أن أعبّر عن مدى روعة هذه التجارب الصغيرة.

إن الحب والشكر الذي أشعر به تجاه هذه العائلة وفقيدها أكبر من قدرتي على الشرح. إذ أن كرمهم وحبّهم الإيثاري أعطياني البصر لرؤية ابنتي. إن شكري لهم لا يمكن أن يكون كافياً، مهما بلغ، لعلمي أن هذه العائلة الموجودة في مكانٍ ما جعلتني أسعد أمٍ في العالم. فبدون التبرّع لما كان باستطاعتي كتابة هذه الرسالة.

شكراً لكم، من أعماق قلبي! شكراً لكم لهِبة البصر. ومع أننا قد لا نلتقي أبداً، ستظل هذه العائلة في فكري وفي صلواتي دائماً... شكراً!

كلمات من أم متبرّع

عزيزي المتلقي

أسافر في مجال عملي لمسافات طويلة، مما يمنحني متسعًا من الوقت للتأمل. عند سفري في الليلة الماضية عائدة إلى البيت كنت أتساءل عن حالة الناس الذين تلقوا أعضاء فقيدنا. تخيّلوا بهجتي عندما وجدت رسالتكم. أجيب على رسالتكم فأقول إن من دواعي سروري البالغ أن أتمنى لكم الخير في المستقبل.

أودّ أن أفكّر بأن جزءاً من روح ولدي ما زال يعيش معكم. لقد كان المتبرّع شخصاً رائعاً حقاً – كان شديد العطف، سريعاً في عقد الصداقات، كريماً بطبعه، ورياضياً جيداً يحب عمل أي شيء خارج المنزل. ومع أننا في حالة حزن عميق لرحيله المفاجئ، فإن ذكرياته حلوة جداً.

هل لي أن أطلب منكم شيئاً؟ مجرّد أن تخبروا أفراد عائلتكم وأصدقاءكم المقرّبين أنهم محبوبون. لقد كنت محظوظة لسماعي عبارة "أحبك يا أمي" في لحظة خاصة، هكذا وبدون مقدّمات، منذ فترة قصيرة فقط، وهذه واحدة من أغلى الذكريات.

مع تمنياتي لكم - باركّكم الله.

جهات الاتصال

DonateLife SA

Ground Floor, Allianz Centre
55 Currie Street
Adelaide SA 5000

(08) 8207 7117 **T**
(08) 8207 7102 **F**
donatelifesa@sa.gov.au **E**

DonateLife TAS

Hobart Corporate Centre
Level 3, 85 Macquarie Street
Hobart TAS 7000

(03) 6270 2209 **T**
(03) 6270 2223 **F**
donatelife.tasmania@ths.tas.gov.au **E**

DonateLife VIC

Level 2, 19–21 Argyle Place South
Carlton VIC 3053

(03) 8317 7400 **T**
Inquiry Line: 1300 133 050
(03) 9349 2730 **F**
donatelife@redcrossblood.org.au **E**

DonateLife WA

PO Box 332
Northbridge WA 6865

(08) 9222 0222 **T**
(08) 9222 0220 **F**
donatelife@health.wa.gov.au **E**

DonateLife ACT

Canberra Hospital,
Building 6, Level 1, Yamba Drive
Garran ACT 2605

(02) 5124 5625 **T**
(02) 5124 2405 **F**
Organ.Donation@act.gov.au **E**

DonateLife NSW

Level 6, 4 Belgrave Street
Kogarah NSW 2217

(02) 8566 1700 **T**
(02) 8566 1755 **F**
seslhd-nsworgandonation@health.nsw.gov.au **E**

DonateLife NT

First Floor, Royal Darwin Hospital
Rocklands Drive
Tiwi NT 0810

(08) 8922 8349 **T**
(08) 8944 8096 **F**
donatelife@nt.gov.au **E**

DonateLife QLD

Building 1, Level 4
Princess Alexandra Hospital
199 Ipswich Road
Woolloongabba QLD 4102

(07) 3176 2350 **T**
(07) 3176 2999 **F**
donatelife@health.qld.gov.au **E**

للمزيد من المعلومات يُرجى الرجوع إلى منشور الموارد والمساعدة المتوفر لدى وكالة DonateLife في ولايتك أو إقليمك.

القسم الثالث

التبرّع

التبرّع	28
طريقتا التبرّع بالأعضاء والأنسجة	29
الموت الدماغي	30
الموت القلبي	33
معلومات و أسئلة عامة تُطرح عن التبرّع	35
معلومات وأسئلة عامة تُطرح عن الزرع	38
شكر وتنويه	41

التبرّع

خلال عملية التبرّع ستتلقى أنت وعائلتك الكثير من المعلومات في ظرفٍ عصيب للغاية ومشحونٍ بالعواطف. مع مرور الوقت، يبدأ الناس بتذكّر الأشياء بوضوح أكبر، وقد يرغبون في الحصول على معلومات إضافية أو مجرّد تأكيد ما يفهمونه عن العمليات التي حصلت. تعرض الصفحات التالية معلومات وإجابات عن بعض الأسئلة العامة التي يطرحها أفراد العائلات والأصدقاء عن التبرّع.

طريقتا التبرّع بالأعضاء والأنسجة

إن أسهل طريقة لشرح التبرّع هي بوصف الطريقتين اللتين يمكن فيهما التبرّع بالأعضاء والأنسجة بعد الموت.

يجب تحديد حصول الوفاة قبل أن يصبح بالمستطاع تنفيذ التبرّع. ويمكن تحديد حصول الوفاة بطريقتين:

- **الموت الدماغي** الذي يحصل عندما يتوقف دماغ الشخص عن العمل بصورة دائمة.
- **الموت القلبي** الذي يحصل عندما يتوقف قلب الشخص عن العمل بصورة دائمة.

من المهم أن نفهم الفرق بين الموت الدماغي والموت القلبي لأن الطريقة التي يموت بها الشخص تؤثر على كيفية إمكان تنفيذ عملية التبرّع ونوع الأعضاء والأنسجة التي يمكن التبرّع بها.

الموت الدماغي

ما هو الموت الدماغي؟

يحصل الموت الدماغي عندما يُصاب الدماغ بتلف شديد إلى درجة أنه يتوقف عن العمل بصورة كليّة ودائمة. ويمكن حصول ذلك نتيجة إصابة شديدة في الرأس، أو نزفٍ في الدماغ مثل حدوث جلطة دماغية أو نزيف دموي، أو التهاب أو ورم في الدماغ، أو نقص في وصول الأوكسيجين إلى الدماغ.

يتورّم الدماغ عند تعرّضه لإصابة، كما هو حال بقية أجزاء الجسم. يوجد الدماغ داخل علبة صلبة هي الجمجمة، التي تحميه عادة من الأذى لكنها تضع حداً أيضاً لمدى قدرة الدماغ على التمدّد عندما يبدأ بالتورّم. وهنا يكمن اختلافه مع بقية أجزاء الجسم، مثل إصابة كاحل القدم الذي يمكنه الاستمرار في التورّم دون قيود. إذا استمر الدماغ في التورّم فإن الضغط يرتفع داخل الجمجمة ويؤدي إلى تأثيرات تسبب تلفاً دائماً فيه.

يضغط التورم على جذع الدماغ، حيث ينضم الدماغ إلى الحبل الشوكي في الجزء الخلفي من الرقبة. تتحكّم ساق الدماغ بالكثير من الوظائف الضرورية للحياة، بما فيها التنفّس، ومعدّل نبض القلب، وضغط الدم، ودرجة حرارة الجسم.

مع تزايد تورّم الدماغ يزداد الضغط داخل الجمجمة إلى درجة أن الدم يصبح غير قادر على التدفق إلى الدماغ. وهكذا فإنه بدون الدم والأوكسيجين تموت خلايا الدماغ. وبعكس الكثير من الخلايا الأخرى في الجسم، لا تستطيع خلايا الدماغ النمو ثانية أو التعافي. وإذا ماتت خلايا الدماغ فإن دماغ الشخص لن يعمل مطلقاً مرة أخرى، ويكون الشخص قد توفى، وهذا ما يسمى "الموت الدماغي".

يتحكّم الدماغ وساق الدماغ بالكثير من وظائف الجسم الحيوية، بما فيها التنفس. عندما يعاني الشخص من إصابة دماغية، يتم وصله بآلة تسمى جهاز التنفس الصناعي الذي يتولى إدخال الأوكسيجين بصورة اصطناعية إلى الرئتين. يُضخ الأوكسيجين بعدئذٍ إلى بقية أجزاء الجسم بواسطة القلب. فدقات القلب لا تعتمد على الدماغ، بل تتحكّم بها ضابطة نبض طبيعية في القلب تعمل عندما تتلقى الأوكسيجين.

أثناء قيام جهاز التنفس الصناعي بمدّ الجسم بالأوكسيجين، يستمر صدر الشخص في الارتفاع والهبوط معطياً بذلك مظهر شخص يتنفس، ويستمر قلبه في النبض، وتشعر بحرارة جسمه عند لمسه. هذه الإشارات تجعل الموت الدماغي أمراً يصعب تقبله. غير أنه حتى مع استمرار استخدام جهاز التنفس الصناعي لا يستطيع القلب الاستمرار في النبض، وبنهاية المطاف يتوقف عن العمل.

كيف يعرف الأطباء أن دماغ الشخص قد مات؟

يخضع الأشخاص المرضى بدرجة حرجة في المستشفى لمراقبة مستمرة من جانب الفرق الطبية والتمريضية المتخصّصة التي تتولى رعايتهم، وتتم متابعة أيّة تغييرات في حالتهم عن كثب. هناك عددٌ من التغييرات الجسمانية التي تحصل عندما يموت الدماغ، وهي تشمل خسارة رد فعل البؤبؤ للضوء، والقدرة على السعال، وعدم القدرة على التنفس بدون جهاز التنفس الصناعي ، وانخفاض معدّل دقات القلب وضغط الدم ودرجة حرارة الجسم.

عندما يلاحظ الفريق الطبي هذه التغييرات يقوم بإجراء اختبار سريري للموت الدماغي للتأكّد ممّا إذا كان الدماغ قد توقف عن العمل أم لا.

يقوم طبيبان من ذوي الأقدمية بإجراء مجموعة الاختبارات السريرية ذاتها بجانب السرير، كلٌّ منهما بصورة مستقلة عن الآخر. يسعى الطبيبان اللذان يجريان اختبار الموت الدماغي إلى معرفة ما إذا كان لدى الشخص أية:

- استجابة لتحفيز الألم،
- انقباض البؤبؤ عند تسليط الضوء على العين
- استجابة برفّ العين عند لمسها
- استجابة بتحريك العين عند وضع مياه ببرودة الثلج في قناة الأذن،
- ردّة فعل سعالية أو كعامية (شبيهة بالشعور بالتقيؤ) عند لمس أسفل الحلق،
- السعال عند وضع أنبوب الشفط في أنبوب التنفس،
- وقدرة على التنفس عند انقطاع التنفس الصناعي مؤقتًا.

إذا لم يُبدِ الشخص استجابة لكلّ هذه الاختبارات فمعنى ذلك أن دماغه قد توقف عن العمل وأن الشخص قد توفى. ومع أنه قد توفى، فإن قلبه سيستمر في النبض لأن الأوكسيجين ما زال يصل إلى القلب بمساعدة جهاز التنفس الصناعي.

في بعض الأحيان تكون إصابة الشخص أو مرضه بشكل لا يسمح بإجراء اختبارات الموت الدماغي السريرية. فإصابات الوجه، مثلاً، قد تحد من فحص العينين أو الأذنين. في هذه الظروف، يتم إجراء اختبارات بالتصوير الطبي لفحص ما إذا كان هناك أي تدفق للدم إلى الدماغ (صورة وعائية دماغية أو صورة تروية دماغية). سيقدّم موظفو المستشفى مزيداً من المعلومات إذا كان إجراء هذه الاختبارات ضرورياً.

متى تم تأكيد الوفاة، يتحدث أعضاء الفريق الطبي مع عائلة الشخص عن الخطوات التالية، بما فيها إزالة جهاز التنفس الصناعي.

تختلف تجربة كل عائلة بعض الشيء، لكنه حوالي هذا الوقت يبدأ الفريق الطبي عادة بالتحدّث معك وعائلتك عن إمكانية التبرّع بالأعضاء والأنسجة.

الموت القلبي

ما هو الموت القلبي؟

يحدث الموت القلبي عندما يتوقف الشخص عن التنفس ويتوقف قلبه عن النبض (لا يوجد تدفق للدم في الجسم). ويمكن أن يحدث ذلك بعد مرض مفاجئ أو حادث، أو يمكن أن يكون المرحلة الأخيرة لمرض طويل.

ويمكن التبرع بالأعضاء أحيانا بعد الموت القلبي وفي حالات معينة فقط، وذلك نتيجة تدهور حال الأعضاء بسرعة بمجرد توقف تدفق الدم إليها. الظرف المعتاد هو عندما يكون الشخص في وحدة العناية المركزة بعد مرض شديد لا يمكنه التعافي منه ويتفق الأطباء والعائلة على أنه من مصلحة الشخص إزالة جهاز التنفس الصناعي وأجهزة الانعاش الأخرى. قد يحدث هذا بعد إصابة دماغية بالغة الخطورة ينتج عنها إعاقة شديدة دائمة، أو الأشخاص الذين يعانون من قصور في القلب أو الرئة، أو الأشخاص الذين عانوا من إصابة بالغة في العمود الفقري حيث لا يمكنهم الحركة أو التنفس دون مساعدة.

تكون الأولوية عندئذٍ دعم الشخص وتقديم العناية وتوفير الراحة والرعاية الرؤوفة لنهاية حياته. يتم دائماً مناقشة سحب أجهزة الانعاش والاتفاق على ذلك مع العائلة (والمريض إذا كان ذلك ممكناً) ويتم اتخاذ هذا القرار بصورة مستقلة قبل أي اعتبار للتبرع. ولا تجرى أية مناقشة بشأن التبرّع بعد الموت القلبي إلاّ بعد اتخاذ هذا القرار.

ما الذي يحصل بعد أن يعتقد الأطباء أن قلب المريض سيتوقف عن النبض؟

متى قرّر الأطباء أن ذلك العلاج المستمر لن يحسّن حالة الشخص سيتحدثون مع عائلته عن الخطوات التالية، سيشمل ذلك مناقشة رغبات الشخص الأخيرة في حياته ووإزالة جهاز التنفس الصناعي والعلاجات الأخرى، مع التركيز على توفير الراحة وتخفيف الألم.

إذا كان الأطباء يتوقعون توقف تنفس الشخص وحدوث الموت القلبي بعد وقت قصير من سحب جهاز التنفس الصناعي وأي أجهزة انعاش أخرى، قد تكون هناك فرصة للتبرّع بالأعضاء والأنسجة.

إذا كان الشخص والعائلة يدعمان التبرّع فسيتم القيام بكل ما يمكن للتأكّد من تلبية هذه الرغبات. إلا أنه يمكن أن يكون من الصعب جداً التكهّن بالمدة المحدّدة التي ستنقضي قبل وفاة الشخص بعد إزالة جهاز التنفس الصناعي وأجهزة الانعاش الأخرى. فبعض المرضى يموتون في غضون ساعة، وفي هذه الحالة يكون التبرّع ممكناً. إلاّ أن البعض الآخر قد لا يموت إلاّ بعد ساعات. إذا حصل ذلك لن يعود بالإمكان التبرّع بالأعضاء، ولكن قد يظل التبرع بالأنسجة ممكنًا. إذا حدث الموت بعد فترة وجيزة من إزالة أجهزة الانعاش، يُنقل الشخص بسرعة إلى غرفة العمليات لإجراء الجراحة قبل أن تتلف الأعضاء.

إذا لم يكن هناك دعمٌ لموضوع التبرّع من جانب العائلة فإن الطبيب سيتحدث مع العائلة بخصوص إزالة جهاز التنفس الصناعي. ومتى تم إزالته، سيتوقف قلب الشخص عن النبض نظراً لانعدام الأوكسيجين، ويصبح ملمس جلده بارداً وشاحباً نظراً لتوقف سريان الدم في جسمه.

يتم الحفاظ دائماً على العناية والمعاملة الكريمة والاحترام خلال عملية نهاية الحياة بصرف النظر عمّا إذا كان سيتم التبرّع أم لا.

تختلف تجربة كل عائلة بعض الشيء، لكن الفريق الطبي سيبدأ بالتحدّث معك وعائلتك عن إمكانية التبرّع بالأعضاء والأنسجة بعد أن يكون اعتقاد الأطباء أن الشخص الذي تُحبه لن يتعافى.

معلومات وأسئلة عامة تُطرح عن التبرّع

ما الذي تتضمنه عملية التبرّع؟

يتم إجراء عملية التبرّع بمستوى العناية ذاتها كما في أية عملية أخرى، وتتم معاملة جثمان الشخص دائماً باحترام وكرامة. يقوم بإجراء هذه العملية جراحون ومهنيون صحيون ذوو مهارات عليا. ويجوز دعوة أطباء اختصاصيين وفرقهم من مستشفيات أخرى لإجراء العملية.

وكما هو الحال في عمليات أخرى، يتم إجراء شقٍ جراحي بهدف استخراج الأعضاء، وبعد ذلك يتم إغلاق هذا الشق وتغطيته بضمادة. وتبعاً لنوع الأعضاء والأنسجة المتبرَّع بها، يمكن أن تستغرق العملية ما يصل إلى ثماني ساعات لإنجازها.

ما الذي يحصل بعد العملية؟

يتم بعد العملية نقل الأعضاء التي تم التبرّع بها من غرفة العمليات إلى المستشفيات التي ستجرى فيها عمليات الزرع.

هل يبدو الشخص مختلفاً؟

عندما يموت الشخص من المعتاد أن يبدو شاحباً وأن يكون ملمس جلده بارداً نظراً لتوقف سريان الأوكسيجين والدم في الجسم. إلا أن عملية التبرّع لا تؤدي إلى أية تغييرات كبيرة أخرى في مظهر الشخص. فالشق الجراحي الذي يتم إجراؤه خلال العملية سيُغلق ويغطى كما في أية عملية أخرى.

هل تتأثر ترتيبات الجنازة؟

لا يؤثر التبرّع بالأعضاء والأنسجة على ترتيبات الجنازة. ومن الممكن إجراء الجنازة مع رؤية الجثمان أو كشف النعش. إذا لزم إجراء تحقيق الطب الشرعي فإن ذلك قد يؤخر ترتيبات الجنازة.

متى يلزم تحقيق الطب الشرعي؟

يُلزم القانون إبلاغ المحكمة وإجراء تحقيق من قبل الطبيب الشرعي في بعض الوفيات، مثل حالات الوفاة الناجمة عن حادثٍ أو أسباب غير طبيعية (مثل التسمم أو الانتحار). أي قرار بشأن التبرع لا يؤثر على ما إذا كان تحقيق الطب الشرعي مطلوبًا. سيناقش طاقم المستشفى أو أخصائي التبرع مع العائلة ما إذا كانت ظروف الوفاة تعني أنه يمكن إبلاغ الطبيب الشرعي عنها.

توفر معظم مكاتب محققي الطب الشرعي التابعة للولايات والأقاليم القدرة على الوصول إلى مرشدين يستطيعون تقديم معلومات أكثر تفصيلاً ودعم بشأن العملية عندما يلزم إجراء تحقيق في الوفاة.

هل تستطيع العائلة تغيير رأيها بشأن قرار التبرّع؟

نعم، تستطيع العائلة تغيير رأيها بشأن التبرّع في أية مرحلة ولغاية وقت أخذ المريض إلى غرفة العمليات.

ما هي الآراء الدينية المتعلقة بالتبرّع؟

تدعم معظم الأديان الرئيسية التبرّع بالأعضاء والأنسجة. إذا كانت لدى العائلة أية أسئلة تودّ مناقشتها، يستطيع طاقم أخصائي التبرع إعطاءها معلومات إضافية ومساعدتها في الاتصال برجل الدين الخاص بها.

هل يُتوقع من العائلة أن تدفع تكاليف التبرّع؟

لا، ليست هناك تكلفة مالية تتحملها العائلة مقابل التبرّع. إذا وصلتك أية فواتير فيما يتعلق بالتبرّع بالأعضاء أو الأنسجة، يُرجى الاتصال بوكالة التبرّع في ولايتك أو إقليمك أو بمنسّق التبرّع الذي عمل معك.

ما هي الأعضاء والأنسجة التي يتم التبرّع بها؟

سيناقش طاقم أخصائي التبرع مع العائلة نوع الأعضاء والأنسجة التي يمكن التبرّع بها. وهذا يتوقف على سن الشخص وتاريخه الطبي وظروف وفاته. ويُطلب من العائلة تأكيد نوع الأعضاء والأنسجة التي توافق على التبرّع بها. كما يُطلب منها التوقيع على استمارة موافقة تحتوي على تفاصيل هذه المعلومات.

هل لعائلة الشخص رأي في من يتلقّى الأعضاء والأنسجة؟

تحدّد فرق الزرع لمن يتم تخصيص الأعضاء والأنسجة وفقًا للبروتوكولات الوطنية. وهي ترتكز على عدد من المعايير، بما فيها قوائم الانتظار ومن سيكون أفضل شخص من حيث التطابق، وذلك لضمان تحقيق أفضل نتيجة من التبرّع.

هل يتم زرع أعضاء الشخص بالتأكيد؟

إذا كانت العائلة تدعم التبرّع فسيتم القيام بكل ما يمكن للتأكّد من تلبية هذه الرغبات. غير أنه قد يتضح في بعض الأحيان أثناء تنفيذ التبرّع بأن الأعضاء المنوي التبرّع بها ليست مناسبة في واقع الأمر للزرع. إذا برزت هذه المسألة فإن طاقم أخصائي التبرع سيناقش ذلك مع العائلة.

هل ينجح الزرع دائماً؟

هناك اعتراف دولي بنجاح عمليات الزرع في أستراليا وبقاء متلقي الأعضاء والأنسجة المتبرّع بها على قيد الحياة لمدد طويلة. وتستفيد الغالبية العظمى من المتلقين بصورة كبيرة من الأعضاء التي يتلقونها ويستطيعون نتيجة لذلك أن يعيشوا حياةً كاملة ونشطة. ومع ذلك، لا تخلو عملية زرع الأعضاء من المخاطر بما في ذلك مخاطر العملية الجراحية والعلاجات المستمرة المطلوبة بعد الزرع.

هل ستتلقى العائلة معلومات عن المرضى الذين استفادوا من التبرّع؟

يفرض القانون الأسترالي على المهنيين الصحيين عدم إفصاح هوية المتبرعين والمتلقين. ستتم مناقشة النتائج الأولية مع العائلات، ويمكن للعائلات طلب معرفة المزيد من المستجدات من وكالة DonateLife. وتستطيع عائلتا المتبرّع والمتلقي تبادل رسائل مغفلة المصدر عن طريق وكالة التبرّع ووحدات زراعة الأعضاء في الولاية أو الإقليم.

معلومات وأسئلة عامة تُطرح عن الزرع

يمكن للتبرّع بالأعضاء والأنسجة إنقاذ حياة كثيرين من المرضى والمحتضرين وتحسين حياتهم بشكل ملحوظ. بالنسبة للكثير من الناس الذين يعانون من أمراض خطيرة أو حرجة مرتبطة بفشل الأعضاء، يُعتبر زرع الأعضاء الأمل الوحيد لحياة صحية. ستوفر الصفحات التالية بعض المعلومات عن الأعضاء والأنسجة المختلفة التي يمكن التبرّع بها والأسباب التي تجعل الناس يحتاجون للزرع.

التبرّع بالقلب

يضخ القلب الدم إلى كل أنحاء الجسم، ويحمل الدم الأوكسيجين إلى كل الأعضاء الأخرى. إذا لم يستطع القلب ضخ الدم بصورة صحيحة، يمكن أن تمرض بقية أجزاء الجسم بسرعة كبيرة. يحتاج بعض الناس المصابين بفشل قلبي أو التهاب فيروسي أو بعيبٍ قلبي خَلقي لعملية زرع قلب للبقاء على قيد الحياة. تتم عمليات زرع القلب بعد فشل كل أنواع العلاج الطبي الأخرى.

يمكن استخدام القلوب الصناعية مؤقتاً ريثما يتوفر قلب بشري. إذا تعذّر زرع القلب بأكمله فإنه يظل بالإمكان التبرّع بصمامات القلب لزرعها.

التبرّع بالرئتين

توفر الرئتان الأوكسيجين للدم وتزيل منه ثاني أوكسيد الكربون. والذين يحتاجون عمليات زرع الرئة هم غالباً أناسٌ مصابون بالتليّف الكيسي أو الإمفيزيما، الذين لا تستطيع رئاتهم توفير ما يكفي من الأوكسيجين لأجسامهم. يمكن زرع الرئتين معاً في متلقٍ واحد أو فصلهما وزرع واحدة في كلٍ من متلقيين.

يعتقد الكثيرون أن التدخين يحول دون التبرّع بالرئتين. لكن هذا ليس صحيحاً. هناك اختبارات يمكن إجراؤها في العناية الفائقة للتأكّد من مدى حسن عمل الرئتين، وتحدّد هذه الاختبارات مدى صلاحية الرئتين للتبرّع.

التبرّع بالكليتين

الوظيفة الرئيسية للكليتين هي تنقية الدم من الأوساخ. متى أخذ الجسم حاجته من الطعام، يتم إرسال الأوساخ إلى الدم، فتنقيه الكليتان ويتم التخلّص منها إلى خارج الجسم على شكل بَول. إذا تلفت الكليتان أو أصبحتا مريضتين وغير قادرتين على تنقية الدم بصورة صحيحة، تأخذ الأوساخ بالتراكم في الدم وتلحق الأذى بالجسم.

يوضع المصابون بفشل كلوي حاد على آلات تنقية الدم التي تتولى تنقية الدم من الأوساخ عندما يتعذّر ذلك على الكليتين. إلاّ أن الكثير من هؤلاء يحتاجون لعمليات زرع كلى للبقاء على قيد الحياة. يمكن زرع الكليتين معاً في متلقٍ واحد أو فصلهما وزرعهما في متلقيين.

التبرّع بالكبد

الكبد عضو معقّد ووظائفه عديدة. أما وظائفه الرئيسية فهي الحفاظ على توازن المغذيات (مثل الغلوكوز والفيتامينات والدهون)، والتخلص من الأوساخ، وتنظيم تخثر الدم. يمكن أن يحتاج المصابون بمرض الكبد الأيضي، والتهاب الكبد ب أو ج، والعيوب الكبدية الخَلقية مثل الرتق المرّي، إلى زرع الكبد للبقاء على قيد الحياة.

والكبد عضو فريد من نوعه، إذ يمكنه أن ينمو ثانيةً. وهذا يعني أنه يمكن تصغير حجم كبد الشخص البالغ وزرع الجزء المأخوذ منه في طفل صغير حيث يمكن أن ينمو هناك مع الطفل. وبدلاً من ذلك، يمكن تقسيم الكبد وزرعه في متلقيين.

التبرّع بالبنكرياس

يحتوي البنكرياس على خلايا تسمى عناقيد تنتج الإنسولين لتنظيم مستويات السكر في دم الشخص. في حالة المصاب بالسكّري النوع 1، لا ينتج البنكرياس الإنسولين أو لا ينتج إلاّ كمية ضئيلة منه فقط، وقد يكون من الصعب للغاية التحكم بمستويات السكر في الدم حتى مع استعمال حقن الإنسولين. حالياً، يتم إجراء غالبية عمليات زرع البنكرياس للأشخاص المصابين بالسكري النوع 1 الذي يمكن أن يسبّب أيضاً الفشل الكلوي. لهذا السبب يتم غالباً زرع البنكرياس عادة مع كلية مأخوذة من نفس المتبرّع.

التبرّع بعناقيد البنكرياس

في بعض الحالات لا يمكن زرع البنكرياس كعضو بكامله، إلاّ أنه يمكن زرع خلايا عناقيد البنكرياس التي تنتج الإنسولين لوحدها كعلاج للسكّري.

التبرّع بأنسجة العينين

يمكن للتبرّع بأنسجة العينين أن يمكّن من زراعة القرنية والصَلبة. القرنية هي النسيج الشفاف الذي يغطي جزء العين الملوّن. وهي تسمح للضوء بالمرور عبر الشبكية فيحدث الإبصار. يؤدي زرع القرنية إلى استعادة البصر لدى الأشخاص المصابين بعمىً جزئي أو كلي ناجم عن تلف القرنية بعد ظهور حالة وراثية أو مرض أو إصابة. أما الصَلبة فهي الجزء الأبيض الذي يحيط بالعين. يتم إجراء عمليات رقع الصَلبة لمنع حدوث العمى بسبب إصابة ما، أو في الأشخاص الذين تم استئصال سرطان من أعينهم.

التبرّع بالعظم

يمكن رقع الأنسجة العظمية المتبرّع بها لكي تحل محل العظم الذي فُقد نتيجة ورم أو مرض آخر أو حادث. كما أنه يُستخدَم للمساعدة على التئام الكسور، وتقوية مفاصل الورك والركبة المستبدلة، وإصلاح تقوّسات العمود الفقري (الجنَف) لدى الأطفال والمراهقين. وتبعاً لنوع الزرع المطلوب، يمكن أن يستفيد أكثر من عشرة أشخاص من متبرّع واحد بالعظم.

التبرّع بالجلد

يمكن أن يحتاج الأشخاص الذين تعرّضوا لصدمة قوية، أو التهاب يتلف أو يؤذي الجلد، أو لحروق بالغة، لرقع جلدية لاستعادة صحة جلودهم.

عند التبرّع بالجلد، يتم سحب طبقة رقيقة منه فقط يشبه إلى حدٍ ما الجلد الذي يتساقط نتيجة حروق الشمس. وهو يُسحب عادة من ظهر الشخص أو من رجليه من الخلف. بالمتوسّط، يحتاج المتلقي الواحد إلى جلد من ثلاثة متبرّعين.

التبرّع بأنسجة القلب

على الرغم من أنه يمكن التبرّع بالقلب كعضو كامل، فإنه يمكن التبرّع أيضاً بأنسجة القلب بصورة منفصلة. تُستخدَم أنسجة القلب المتبرّع بها، مثل صمامات القلب، لإصلاح العيوب الخَلقية في الأطفال الصغار والرضّع بصورة رئيسية. كما تُستخدَم الأنسجة لإبدال الصمامات المريضة في أجسام البالغين.

شكر وتنويه

نودّ أن نتوجّه بالشكر إلى الأشخاص التالين لإسهاماتهم القيّمة في إعداد هذا الكتاب.

- عائلات المتبرّعين بالأعضاء والأنسجة لشجاعتهم على مشاركة تجاربهم الشخصية.
- متلقي الزرع لمشاركة قصصهم وكلمات امتنانهم.
- ممثلو وكالات التبرّع بالأعضاء والأنسجة الذين ساعدت تجاربهم المشتركة في دعم عائلات المتبرّعين والمتلقين في إعداد هذا الكتاب وإنتاجه بهذا الشكل.

ونودّ أن نعبّر عن تقديرنا بوجه خاص لرائدة حركة الهوسبيس الحديثة في أستراليا Teresa Spencer Plane، ومستشارة الحزن والمربيّة، التي ألهمتها تجربتها الشخصية في التبرّع بالأعضاء لإعداد الكتاب الأول لعائلات المتبرّعين بعنوان "Caring Strangers" أي غرباء عطوفون. هذا التفاني الذي تتميّز به كان مصدر إلهام لنا للتأسيس على عملها الأصلي. بالنيابة عن شبكة DonateLife ومجتمعنا والمتلقين، نشكركم على كرمكم بتفكيركم بالآخرين.

”ببساطة، ليس هناك من كلماتٍ قوية بما فيه الكفاية في القاموس لوصف الامتنان الذي أشعر به تجاه الشخص الذي تبرّع لنا وتجاه عائلته. إن كلمة شكراً، بكل بساطة، لا تبدو كافية.“

أم ولدٍ تلقى أنسجة لعلاجه.

جهة الاتصال

Organ and Tissue Authority

PO Box 802, Canberra ACT 2608

(02) 6198 9800 **T**

enquiries@donatelife.gov.au **E**

www.donatelife.gov.au

twitter.com/DonateLifeToday

facebook.com/DonateLifeAustralia

instagram.com/DonateLifeToday