

## التبرع بالدم يحمي من الأزمات القلبية



أشارت عدة دراسات وأبحاث علمية إلى المنافع المتعددة للمتبرعين بالدم، ومنها خفض خطر التعرض لأزمات قلبية والحماية من السرطان، وكما أن التبرع أيضاً يساعد على حرق 650 سعراً حرارياً لكل نصف لتر من الدم.

وذكرت صحيفة "الديلي ميل" البريطانية، أن منافع التبرع بالدم تأتي من خفض معدلات الحديد المرتفعة بالدم، حيث يؤثر الحديد على كثافة ولزوجة نسيج الدم ويتسبب ارتفاع مستويات الحديد في زيادة كثافة الدم .

وأوضحت أنها أيضاً تسبب في تسرع مستويات الحديد المرتفعة عملية الأكسدة الخاصة بالكوليسترول، وهو ما قد يؤثر على درجة كثافة الدم ويتسبب في زيادة الاحتكاك مع انتقال الدم عبر الأوعية الدموية، ويعمل هذا الأمر على إرهاب الأغشية المبطنة للشرايين؛ ما قد يسهم في الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية.

وربطت الدراسات أيضاً الحديد في الدم بزيادة خطر الإصابة بالسرطان، إذ يعتقد أنه يتسبب في زيادة ضرر الجزيئات الحرة في الجسم.