

**Jeśli potrzebujesz
dodatkowych informacji
lub szukasz adresu Centrum
Krwiodawstwa - znajdziesz je
na stronie www.twojakrew.pl**

Jeśli chcesz zostać Honorowym Krwiodawcą i w ten sposób ratować zdrowie i życie ludzi – nie czekaj. Zgłoś się do Centrum Krwiodawstwa.



Łączy nas krew, która ratuje życie.

Pan spod 12, który zawsze przytrzyma drzwi, córka Twojej najlepszej przyjaciółki, sąsiadka, która pasjonuje się nordic walkingiem, pani w poczekalni, tak bardzo podobna do tej aktorki...

Wszyscy oni mogą potrzebować krwi. Twojej krwi. Bądź honorowy, sprawdź, jak możesz zostać dawcą krwi i uratować czyjeś życie.




Ministerstwo Zdrowia
www.mz.gov.pl

*twoja krew
moje życie*

www.twojakrew.pl


NARODOWE CENTRUM KRWI
www.nck.gov.pl



Czy mogę być Honorowym Krwiodawcą?

Jeśli jesteś osobą zdrową w wieku 18-65 lat, ważysz powyżej 50 kilogramów i **masz odpowiedni stosunek wagi do wzrostu**, możesz zgłosić się do jednego z Centrum Krwiodawstwa, aby oddać krew. Przewlekłe choroby, takie jak np. cukrzyca, tuszycza czy przebyta żółtaczką, wykluczają możliwość oddania krwi. Warto też pamiętać, że czasowo nie mogą zostać krwiodawcami np. osoby, które same przeszły leczenie krwią w ciągu ostatnich 6 miesięcy, przeszły operację lub zabiegi medyczne, wykonały tatuaż i/lub pircing. Oddawanie krwi nie jest możliwe w czasie miesiączki i 3 dni po jej zakończeniu. Po leczeniu antybiotykami należy odczekać 14 dni, a po przyjmowaniu aspiryny 5 dni. Pełna lista przeciwwskazań znajduje się na stronie www.twojakrew.pl



Jak wygląda pobranie krwi?

Sam zabieg jest zazwyczaj dobrze tolerowany, a samo oddawanie krwi trwa ok. 20 min. W dniu poprzedzającym oddanie krwi należy zjeść lekkostrawną kolację, a w dniu donacji – śniadanie z jak najmniejszą zawartością tłuszczu. Należy zwrócić uwagę na uzupełnienie płynów (woda, soki, herbata), już w dniu poprzedzającym oddanie krwi, aby dobrze nawodnić organizm.

Po zarejestrowaniu się w Centrum Krwiodawstwa przechodzi się obowiązkowe badania lekarskie, a także pobierana jest próbka krwi, w celu upewnienia się, czy dana osoba może zostać Honorowym Krwiodawcą.

Podczas pobrania właściwego zazwyczaj oddaje się tzw. jednostkę (450 ml) krwi pełnej.

Ważne: krew pobierana jest wyłącznie przy użyciu jednorazowego sprzętu, tak więc nie istnieje ryzyko zarażenia żadną chorobą.



Gdzie pacjent może oddać krew?

W Polsce są 23 Centra Krwiodawstwa. Krew można oddać także w oddziałach terenowych, organizowane są także dodatkowe punkty pobierania krwi. Ponadto Centra Krwiodawstwa dysponują mobilnymi punktami pobierania krwi (tzw. ambulansami do poboru krwi).

Jak często można oddawać krew?

Mężczyzna może w ciągu roku oddać krew pełną 6 razy, a kobieta 4 razy – nie częściej jednak niż co 8 tygodni.

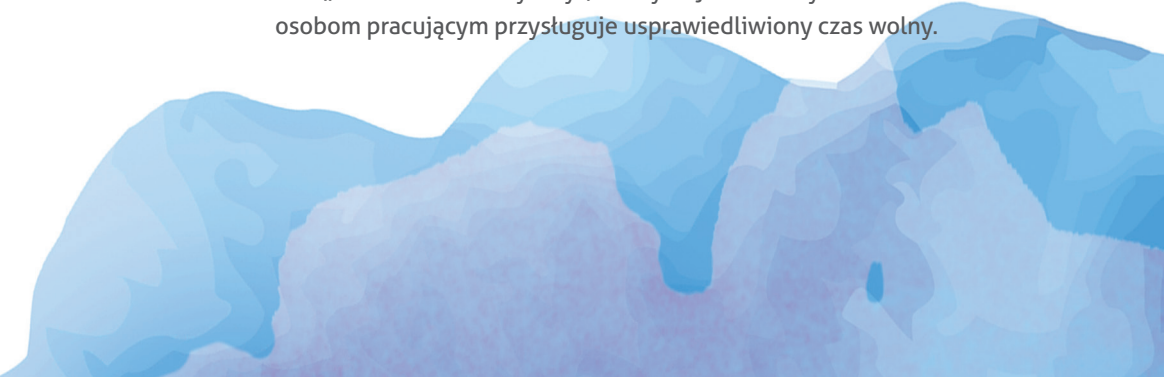


Czy można się uzależnić od oddawania krwi?

Nie. Oddawanie krwi nie uzależnia, a organizm szybko uzupełnia oddaną krew. Można poprzestać na jednorazowym lub kilkakrotnym oddaniu krwi, ale większość krwiodawców decyduje się na regularne jej oddawanie, chcąc pomagać potrzebującym.

Oddawanie krwi to bezcenna pomoc.

Honorowe Krwiodawstwo jest bezpłatne, a więc za oddanie krwi nie otrzymuje się wynagrodzenia. Natomiast każda donacja stanowi bezcenną pomoc dla potrzebujących. Po oddaniu krwi dawca otrzymuje tzw. „ekwiwalent kaloryczny”, zazwyczaj czekolady. W dniu oddania krwi osobom pracującym przysługuje usprawiedliwiony czas wolny.





Dlaczego krew jest potrzebna?

Krwi nie da się niczym zastąpić, ani też wyprodukować w laboratorium. Jednocześnie zapotrzebowanie na jej poszczególne składniki jest ogromne – np. do przeszczepu wątroby potrzeba aż 20 jednostek krwi (około 10 litrów). Nie istnieje też lista chorób, w których stosowane są poszczególne składniki krwi, natomiast wielu chorobom towarzyszy ich niedobór lub nie spełniają swoich funkcji prawidłowo, wówczas potrzebne jest ich przetoczenie (transfuzja). W leczeniu nie stosuje się zazwyczaj przetaczania krwi pełnej, lecz podawane są poszczególne jej składniki (osocze, krwinki czerwone, płytki krwi). Składniki krwi są oddzielane w czasie 8 godzin po pobraniu i odpowiednio przechowywane.

Parę ciekawostek i liczb:

- Statystycznie co minutę ktoś potrzebuje krwi.
- W szpitalu krwi potrzebuje średnio 1 osoba na 10 hospitalizowanych pacjentów.
- Dorosła osoba ma około 5 – 6 litrów krwi w organizmie, co stanowi ok. 8% - 10 % krwi krążącej; ilość krwi nowonarodzonego dziecka to zaledwie 1 filiżanka.
- Istnieje 8 podstawowych grup krwi: ARhD+, ARhD-, BRhD+, BRhD-, ABRhD+, ABRhD-, ORhD+, ORhD-.
- Sezonowe niedobory krwi zdarzają się najczęściej podczas letnich i zimowych wakacji z powodu urlopów i wyjazdów dawców.
- Na każdej jednostce oddanej krwi jest przeprowadzanych około 20 badań.
- W kilku kroplach krwi mieści się bilion czerwonych krwinek.
- Krwinki czerwone w układzie krwionośnym żyją około 120 dni.
- Osocze wykorzystywane jest w leczeniu zaburzeń krzepnięcia.
- Pacjenci ze znaczną niedokrwistością mają wskazanie do transfuzji koncentratu krwinek czerwonych.
- Po oddaniu krwi, jej ubytek jest regenerowany przez organizm w ciągu 4 tygodni.
- Zazwyczaj liczba potrzebujących przewyższa liczbę dawców.

Serdecznie zapraszamy do placówek służby krwi.