



Masz 18 lat?
Zostań Honorowym
Dawcą Krwi!

Nie jesteś jeszcze pełnoletni?
Zachęć dorosłych do pomagania!

**Pomagajmy,
bo tętni w nas dobro!**

Wszystkie informacje znajdziesz na stronie

www.twojakrew.pl



**ŁĄCZY NAS KREW,
KTÓRA RATUJE ŻYCIE**
BO TĘTNI W NAS DOBRO

Krwi nie można niczym zastąpić ani jej sztucznie wyprodukować. Jest bezcennym dobrem, którym dorośle, zdrowe osoby powinny się dzielić, by ratować zdrowie i życie drugiego człowieka.

Wierzmy, że w najbliższej przyszłości również Ty dołączysz do grona Honorowych Dawców Krwi i będziesz oddawać krew osobom, które tak bardzo tego potrzebują.

Ministerstwo
Zdrowia

www.gov.pl/zdrowie

NCK
NARODOWE CENTRUM KRWI

www.gov.pl/nck

*twoja krew
moje życie*

www.twojakrew.pl

Program polityki zdrowotnej „Zapewnienie samowystarczalności Rzeczypospolitej Polskiej w krew i jej składniki na lata 2021-2026” finansowany przez Ministra Zdrowia.



Komu potrzebna jest krew?

Czy wiesz, że krew podaje się nie tylko w trakcie operacji czy przy utracie krwi po wypadkach, ale także osobom chorym na nowotwory. Krew jest również niezbędna przy leczeniu urazów i oparzeń.

W większości przypadków do leczenia i ratowania jednej osoby konieczna jest pomoc kilku Dawców.

Honorowym Dawcą Krwi może zostać osoba:

- w wieku od 18 do 65 lat,
- która waży powyżej 50 kg,
- zdrowa.

Jak oddaje się krew lub jej składniki?

Jeden Dawca może oddać jednorazowo 450 ml krwi pełnej lub za pomocą specjalnego separatora określony składnik krwi, np. płytki krwi, osocze. Składniki krwi od jednego Dawcy mogą trafić do kilku osób potrzebujących.

Jak często można oddawać krew?

Kobiety mogą oddawać krew pełną 4 razy w ciągu roku, a mężczyźni 6 razy – jednak nie częściej niż co 8 tygodni.

Pamiętaj!

Oddawanie krwi nie boli i nie uzależnia.

Jest całkowicie bezpieczne, a samo pobranie trwa ok. 10 minut.

Nie trzeba znać swojej grupy krwi.

Każda jest tak samo ważna.

