

# INFORMACJE DLA KRWIODAWCÓW

## MOŻESZ ZOSTAĆ KRWIODAWCĄ JEŚLI:

- jesteś zdrowy
- masz skończone 18 lat i posiadasz Dowód Osobisty lub nowe prawo jazdy
- masz odpowiednią wagę ciała (powyżej 50 kg)
- nie chorowałeś na żółtaczkę, kiłę nie chorujesz na choroby przewlekłe, wymagające przyjmowania leków na stałe
- zapoznasz się z „Informacją o chorobach zakaźnych dla krwiodawców” i wypełnisz kwestionariusz dla krwiodawców
- jeśli w ciągu ostatnich 6 miesięcy nie miałeś wykonywanego zabiegu operacyjnego, tatuażu, przekłucia uszu lub innych części ciała
- nie jesteś na czczo

**Dawcami krwi nie mogą być kobiety w ciąży i w okresie 6 miesięcy po porodzie oraz w okresie menstruacji i trzy dni po jej zakończeniu.**

## DROGA DAWCY:

Przy rejestracji otrzymasz „KWESTIONARIUSZ DLA DAWCY” (prosimy o jego rzetelne wypełnienie), w laboratorium oddasz próbkę krwi na morfologię, następnie lekarz przeprowadzi krótkie badanie fizykalne, wyjaśni Twoje wątpliwości, odpowie na pytania. Jeśli dawca nie będzie odpowiadać wymaganiom zdrowotnym niezbędnym do oddania krwi, zostanie umieszczony w rejestrze dawców zdyskwalifikowanych tymczasowo lub na stałe. Zakwalifikowana osoba do oddania krwi lub jej składników, po opuszczeniu gabinetu lekarskiego, musi wypić kawę lub herbatę (otrzyma talon), a następnie udaje się do Pracowni Pobierania Krwi. Po oddaniu i krótkim odpoczynku dawca wraca do Rejestracji celem otrzymania przysługujących mu dokumentów.

Każda porcja oddanej krwi lub osocza zostaje przebadana metodami i testami laboratoryjnymi najnowszej generacji. Wszystkie te czynności przeprowadza się po to, by Twoja krew była bezpieczna dla chorego.

## Twoje dane będą traktowane poufnie.

Podczas pierwszej wizyty możesz oddać krew pełną (450 ml).

Zgłaszając się następnym razem możesz oddać:

- krew pełną 450 ml – co 8 tygodni (kobiety 4x w roku, mężczyźni 6x w roku), pobieranie krwi trwa od 8-10 min.;
- osocze metodą plazmaferezy automatycznej (600 ml) – co 2 tygodnie, zabieg przy użyciu separatora (3-4 cykle) trwa ok. 40 min.;
- płytki krwi – przy użyciu separatora (6-8 cykli) zabieg trwa ok. 1 h.

450 ml krwi stanowi jedynie 8-9% ogólnej objętości krwi krążącej dorosłego człowieka, Twój organizm odtworzy bardzo szybko białka osocza i komórki krwi.

**Dawca, w każdej chwili podczas donacji, może wycofać zgodę na oddanie krwi, a po oddaniu może poinformować, że jego krew nie nadaje się do przetoczenia, jeśli przypomni sobie istotne w tej sprawie fakty.**

Nie ma schorzeń wynikających z wieloletniego oddawania ani „przyzwyczajenia” organizmu. Prawie wszystkie osoby oddające krew lub osocze czują się dobrze w trakcie i po pobraniu.

Do rzadkości należy przejściowy krwiak (siniec) w miejscu wkłucia, chwilowe drobne dolegliwości żołądkowe lub zasłabnięcie, eliminowane całkowicie przez krótki odpoczynek i/lub wypicie płynu. Występują one zwykle u osób nadwrażliwych, przemęczonych, po wypiciu alkoholu poprzedniego dnia lub będących na czczo. Wyszkolony personel przy każdej niedyspozycji udzieli fachowej i skutecznej pomocy. Po oddaniu krwi należy pozostać w naszej(ych) placówce(ach) minimum 15 min.

Każdy dawca krwi może otrzymać wyniki badań, które zostały wykonane w RCKiK tzn. poziomu hemoglobiny, raz w roku całej morfologii z rozmazem krwi obwodowej, grupy krwi, wynik badań w kierunku nosicielstwa HBV, HCV i HIV oraz wynik testu kiłowego.

W przypadku nieprawidłowych wyników badań dawca jest wzywany listownie do RCKiK lub najbliższego Oddziału Terenowego. Lekarz osobiście informuje krwiodawcę, wręcza wyniki i ew. skierowanie do specjalisty. W takim przypadku konieczny jest jak najszybszy kontakt z naszą placówką celem ochrony Twojego zdrowia.

### **P A M I Ę T A J!**

- nie oddawaj krwi na czczo lub poinformuj o tym lekarza;
- unikaj pożywienia zbyt bogatego w tłuszcze, zwłaszcza w godzinach poprzedzających pobranie krwi;
- nie spożywaj alkoholu co najmniej 24 godziny przed oddaniem krwi
- nawodnij organizm (płyny obojętne: woda mineralna, herbata, soki).
- po oddaniu krwi także pij dużo płynów, unikaj większych wysiłków fizycznych, nie dźwigaj ciężarów w ręce, z której pobrano krew.

### **UWAGA**

W przypadku wystąpienia jakichkolwiek objawów chorobowych w ciągu 48 godzin od zakończenia pobrania krwi, prosimy o telefoniczne poinformowanie lekarza, który zakwalifikował do oddania krwi. Osoby wykonujące takie zawody jak: pilot, maszynista, kierowca autobusu, operator dźwigu, osoby pracujące na wysokości, uprawiające wspinaczkę, głębokie nurkowanie mogą powrócić do swoich zajęć nie wcześniej niż 12 godzin po oddaniu krwi.

**Jeśli chcesz przystąpić do Rejestru Niepokrewnionych Dawców Szpiku i Krwi Pępowinowej zgłoś ten fakt przy rejestracji.**