

Łączy nas krew, która ratuje życie.

Każda kropla jest cenna

Weź udział w programie „Każda kropla jest cenna”, a w podziękowaniu za regularne oddawanie krwi lub jej składników otrzymasz wyjątkowe upominki, które można wybrać samemu, przeznaczone wyłącznie dla Honorowych Krwiodawców. Sprawdź zasady programu – treść regulaminu znajdziesz w swoim Regionalnym Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa oraz na stronie internetowej RCKiK.

Proces oddawania krwi i jej składników krok po kroku



Program polityki zdrowotnej „Zapewnienie samowystarczalności
Rzeczypospolitej Polskiej w krew i jej składniki na lata 2015-2020”
finansowany przez ministra zdrowia.

*twoja krew
moje życie*
www.twojakrew.pl

Ministerstwo Zdrowia
www.mz.gov.pl

NARODOWE CENTRUM KRWI
www.nck.gov.pl



Kilka ważnych informacji

Przed oddaniem krwi:

- zjedz lekki niskotłuszczowy posiłek,
- nie spożywaj alkoholu,
- powstrzymaj się na kilka godzin od palenia papierosów,
- nie zapomnij o nawodnieniu – przed donacją wypij co najmniej 2 szklanki soku lub wody,
- wypocznij.

Po oddaniu krwi:

- odpocznij,
- zjedz kaloryczny posiłek, bogaty w węglowodany, np. czekoladę,
- powstrzymaj się od większej aktywności fizycznej,
- staraj się nie wykonywać ciężkich prac domowych.

Krew i jej składniki to najcenniejszy dar

Krwi potrzebują nie tylko ofiary wypadków czy osoby poddające się operacji, ale także chorujące na choroby przewlekłe, białaczkę i inne choroby krwi.

Ponieważ jeden dawca może oddać tylko 450 ml, warto zachęcać do regularnego oddawania krwi rodzinę i przyjaciół. Kobiety mogą oddawać krew 4 razy w ciągu roku, a mężczyźni 6 razy – jednak nie częściej niż co 8 tygodni.

Prócz najbardziej rozpowszechnionego sposobu oddawania krwi, czyli jednorazowego pobrania 450 ml krwi pełnej, oddawać można także poszczególne jej składniki.



Jakie składniki krwi można oddać?

Pobieranie osocza – plazmafereza

Plazmafereza to zabieg polegający na pobraniu od dawcy jedynie płynnej części krwi (zwanej osoczem lub plazmą). Zasady stosowane przy kwalifikacji do zabiegu są takie same, jak przy oddawaniu krwi pełnej. Osocze głównie składa się z wody, ponadto zawiera m.in. białka, kwasy tłuszczowe, glukozę, witaminy i sole mineralne. Z osocza można wyodrębnić, m.in. białka konieczne do prawidłowego krzepnięcia krwi. Podczas jednego zabiegu od dawcy pobiera się metodą plazmaferezy nie więcej niż 650 ml osocza. Zabieg trwa około pół godziny i polega na pobraniu porcjami od dawcy krwi pełnej, która następnie przy pomocy urządzenia zwanego separatorem zostaje odwirowana. Osocze zostaje oddzielone od krwinek czerwonych, białych i płytkowych, które wracają do krążenia dawcy, a osocze trafia do oddzielnego pojemnika.

Zabieg plazmaferezy jest bezpieczny dla dawcy, wykonywany przy użyciu sterylnej sprzątu.

Przerwa pomiędzy kolejnymi pobraniami osocza nie może być krótsza niż dwa tygodnie. Osocze można oddać po 30 dniach od oddania krwi pełnej. W okresie roku można oddać maksymalnie 25 litrów osocza.

Pobieranie płytek krwi

Trombafereza to zabieg, w którym pobrana od dawcy krew jest rozdzielana, przy pomocy aparatu, na krwinki płytkowe (trombocyty) gromadzone w oddzielnym pojemniku, zaś krwinki czerwone, białe i osocze wracają do układu krążenia dawcy. Zabieg taki trwa od jednej do dwóch godzin, a jednorazowo pobiera się od 250 ml do 500 ml płytek zawieszonych w osoczu. Przerwy pomiędzy zabiegami trombaferezy nie powinny być krótsze niż 4 tygodnie, a zabiegi trombaferezy mogą być wykonywane nie częściej niż 12 razy w roku.

Pobieranie krwinek białych

Podobnie jak w przypadku powyżej opisanego zabiegu, krew pełna dawcy zostaje za pomocą separatora mechanicznie rozdzielona. Krwinki białe gromadzone są w oddzielnym pojemniku, zaś krwinki czerwone, płytki krwi i osocze wracają do krążenia dawcy. Jednorazowo pobiera się 200-500 ml krwinek białych, a zabieg trwa około dwóch godzin. Krwinki białe metodą aferezy można oddawać co 4 tygodnie, nie częściej niż 12 razy w roku.

Pobieranie krwinek czerwonych

Zabieg ten, polegający na pobraniu i oddzieleniu czerwonych krwinek trwa około półtorej godziny, a jednorazowo pobiera się około 600 ml krwinek czerwonych. Czerwone krwinki można oddawać co 6 miesięcy.



Droga Dawcy

Rejestracja

Zgłoś się do rejestracji i wypełnij kwestionariusz (będziesz potrzebować dokumentu tożsamości). Możesz od razu także zaznaczyć, że chcesz oddać krew lub któryś z jej składników (np. osocze lub płytki). Ostatecznej kwalifikacji do danego rodzaju zabiegu dokonuje lekarz.

Gabinet zabiegowy

Następnie udaj się do gabinetu zabiegowego, gdzie zostanie pobrana próbka Twojej krwi do badań. Oprócz badań, zostanie oznaczona Twoja grupa krwi. Bezpłatne wyniki badań krwi możesz odebrać po kilku dniach. Raz w roku każdy Dawca wielokrotny ma wykonywaną pełną morfologię krwi.

Gabinet lekarski

Następnie zostaniesz zaproszony na badanie lekarskie, by sprawdzić, czy możesz zostać Dawcą.

Sala pobrań

Jeśli lekarz nie stwierdzi w przeprowadzonym badaniu przeciwwskazań, zostanie pobranych 450 ml krwi pełnej lub jej składnika.

Rejestracja

Po oddaniu krwi, bądź jej składników zgłoś się po odbiór „ekwiwalentu kalorycznego”.