



ХТО МОЖЕ БУТИ ДОНОРОМ?

Ти можеш стати донором і врятувати багато життів, якщо:

- тобі є 18 років;
- твоя вага не менше 50 кг (інакше забір крові може бути небезпечним для тебе);
- не маєш абсолютних протипоказів та успішно пройшов/пройшла відповідне медичне обстеження у лікаря установи системи крові перед донацією

ЯК ПІДГОТУВАТИСЯ ДО ЗДАЧІ КРОВІ?

Це просто:

- за 3 дні до цього відмовся від прийому анальгетиків, аспірину, а також ліків, що містять їх (ці речовини погіршують згортання крові);
- обмеж вживання жирної, смаженої та молочної їжі напередодні та в день здачі крові;
- не приходь здавати кров, якщо відчуваєш нездужання (озноб, запаморочення, головний біль, слабкість);
- добре виспись;
- обов'язково поснідай (солодкий чай, дієтичне печиво, каша на воді);
- не вживай алкоголю за 48 годин до донації;
- не кури за 2 години до донації

«ДОНОРСТВО КРОВІ. РЯТУВАТИ ЖИТТЯ – ЦЕ ПРОСТО!»



ЦЕНТР
ГРОМАДСЬКОГО
ЗДОРОВ'Я
КИЇВ



МІЖНАРОДНИЙ
ФОНД
ВІДРОДЖЕННЯ



CONVICTUS



ЩО РОБИТИ ПІСЛЯ ЗДАЧІ КРОВІ?

- 3-4 години носи пов'язку на місці венепункції;
- протягом дня не піднімай нічого важкого рукою, з якої брали кров;
- уникай інтенсивних фізичних навантажень наступні 12 годин;
- не вживай алкогольних напоїв раніше ніж через 12 годин;
- регулярно харчуйся упродовж двох діб;
- вживай велику кількість рідини наступні 48 годин.

Чоловікам рекомендовано здавати кров не частіше 5 разів на рік, жінкам – 4 рази на рік.

Після здачі крові має пройти не менше 60 днів, перш ніж знову здавати кров, та не менше 30 днів, перш ніж знову здавати плазму.

Місця, де ви можете здати кров:

Київ, вул. М. Берлінського, 12

Київ, вул. М. Пимоненка, 8

АБСОЛЮТНІ ПРОТИПОКАЗИ ЩОДО ДОНОРСТВА КРОВІ ТА ЇЇ КОМПОНЕНТІВ:

Гемотрансмісивні захворювання:

- інфекційні: СНІД, ВІЛ-інфекція, сифіліс вроджений або набутий, вірусні гепатити (позитивний результат дослідження на маркери вірусних гепатитів), туберкульоз (усі форми), бруцельоз, висипний тиф, туляремія, лепра, хвороба Крейтцфельда-Якоба;
- паразитарні: ехінококоз, токсоплазмоз, трепаносомоз, філяріоз, ришта, лейшманіоз.

Соматичні захворювання:

- злоякісні новоутворення;
- хвороби крові;
- органічні захворювання ЦНС;
- повна відсутність слуху та (або) мови;
- психічні захворювання;
- наркоманія, алкоголізм;
- серцево-судинні захворювання: гіпертонічна хвороба II-III стадії, ішемічна хвороба серця, атеросклероз, атеросклеротичний кардіосклероз, облітеруючий ендартеріїт, неспецифічний аортоартеріїт, рецидивуючий тромбофлебіт, ендокардит, міокардит, вади серця;
- хвороби органів дихання: бронхіальна астма, бронхоектатична хвороба, емфізема легень, обструктивний бронхіт, дифузійний пневмосклероз у стадії декомпенсації;
- хвороби органів травлення: ахілічний гастрит, виразкова хвороба шлунка і дванадцятипалої кишки;
- захворювання печінки і жовчних шляхів: хронічні захворювання печінки, у тому числі токсичної природи і неясної етіології, калькульозний холецистит із повторюваними нападами і явищами холангіту, цироз печінки;
- захворювання нирок і сечовивідних шляхів у стадії декомпенсації: дифузні й вогнищеві, ураження нирок, сечокам'яна хвороба;
- дифузні захворювання сполучної тканини;
- променева хвороба;
- хвороби ендокринної системи у випадку порушення функцій і обміну речовин;
- хвороби лор-органів: озена, інші гострі та хронічні важкі гнійно-запальні захворювання;
- очні хвороби: залишкові явища увеїту (ірит, іридоцикліт, хоріоретиніт), висока міопія (6 діоптрій і більше), трахома, повна сліпота;
- шкірні хвороби: розповсюджені захворювання шкіри запального й інфекційного характеру, псоріаз, еритродермія, екземи, червоний вівчак, пухирчасті дерматози, грибові ураження шкіри (мікроспорія, трихофітія, фавус, епідермофітія) і внутрішніх органів (глибокі мікози), гнійничкові захворювання шкіри (піодермія, фурункульоз, сикоз);
- остеомієліт гострий і хронічний;
- оперативні втручання з приводу ампутації або резекції органу і трансплантації органів та тканин.

Матеріал підготовлено за підтримки Міжнародного фонду «Відродження» у межах проекту «Розвиток системи громадського здоров'я в місті Києві». Матеріал відображає позицію ВБО «Конвіктус Україна» та Київського міського центру громадського здоров'я, і не обов'язково збігається з позицією Міжнародного фонду «Відродження».