



ЛАЙЪНС КЛУБ
София Свети Иван Рилски



КРЪВОДАРЯВАНЕ:

КОЙ МОЖЕ ДА ДАРЯВА, КАК ДА СЕ ПОДГОТВИМ
И ЗАЩО Е ВАЖНО ДА ГО ПРАВИМ РЕДОВНО

#БЪДИГЕРОЙ

www.lions-ivanrilski.org

КОЙ МОЖЕ ДА ДАРЯВА КРЪВ?

Всеки здрав човек на възраст от 18 до 65 години, който тежи повече от 50 кг, не е приемал никакви медикаменти поне 48 часа и за когото лекар прецени, че кръводаряването не застрашава здравето му и дарената от него кръв е безопасна за болните, нуждаещи се от нея, може да стане дарител.

Мъжете могат да даряват кръв 5 пъти в рамките на една календарна година, а жените – 4 пъти, като интервалът между две кръводарявания трябва да бъде минимум 2 месеца.

КАК ДА СЕ ПОДГОТВИМ ЗА КРЪВОДАРЯВАНЕТО?

Два-три дни преди акта на кръводаряване човек трябва да се храни редовно и разнообразно – това заздравява силите на организма и повишава качеството на кръвта. Кръводаряването не трябва да се извършва на гладно. Кръводарителят трябва да е сигурен, че е здрав и отпочинал. След кръводаряването се приемат повече калорични течности и храни.

КАКВА Е ПРОЦЕДУРАТА ЗА ДАРЯВАНЕ НА КРЪВ?

Попълва се въпросник относно вашето здравословно състояние.

Следват:

- **Преглед и личен разговор** с лекар.
- **Предварително изследване на кандидат кръводарителя** – вземат се няколко капки кръв от пръста за експресно определяне на кръвна група и хемоглобин. Ако хемоглобинът е под 125 г/л за жените и под 135 г/л за мъжете, кръводаряването не се разрешава.

- **Кръводаряване** – количеството на дарената кръв е между 405 и 450 мл. Сакът, в който тя се събира има специален разтвор с обем 63 мл. Той поддържа живота на кръвните клетки и благодарение на него кръвта и кръвните съставки запазват лечебните си качества в срок до 36 дни.

Важно: Ако по време на кръводаряването дарителят се почувства зле, процесът на кръвовземане се преустановява. В този случай дарената кръв няма качества да се прелее на пациент, но не се изхвърля. Използва се за производство на кръвни продукти с определен лечебен ефект.

Описаната процедурата трае най-много 40 мин.

КАКВО СЕ ПРЕПОРЪЧВА СЛЕД КРЪВОДАРЯВАНЕ?

Компресивната превръзка следва да остане на ръката ви най-малко 2 (два) часа. Препоръчваме да не пушите най-малко 2 (два) часа след приключване на кръвовземането. Не натоварвайте ръката на убождането най-малко 4 (четири) часа след приключване на кръвовземането.

Постарайте се да приемате повече калорични течности и храни в първите 3 (три) дни след кръвовземането. През първите 24 часа обемът на взетата кръв се възстановява напълно. Вегетарианската храна не пречи за възстановяването.

В първите часове след кръводаряването отбягвайте силно задимени, с висока температура и влажност помещения.

Тези от вас, които извършват професионално или любителски рискови дейности (пилотиране на самолети, управление на автобуси или влакове, работа с кранове, качване на подвижни стълби или скелета, делтапланеризъм, катерене и гмуркане), следва да изчакат най-малко 12 часа, преди да се върнат към тях.

При появили се случайни оплаквания от вашето здраве, които свързвате с процеса на кръводаряване, моля, позвънете на тел. +359 2 9210 477 в рамките на работното време на НЦТХ или се обърнете към своя личен лекар.

ЗА КОЛКО ВРЕМЕ СЕ ВЪЗСТАНОВЯВА КРЪВТА?

Количествено кръвта се възстановява за около едно денонощие, а **качествено** – за 3-4 седмици.

КОЙ СЕ НУЖДАЕ ОТ ДАРЕНАТА КРЪВ?

Кръвта се използва за лечение при пациенти с остри кръвозагуби, причинени от травми, за лечение на тежки изгаряния, при планови и спешни хирургични и акушерски интервенции, при ABO и Rh несъвместимост на майката и плода, за лечение на злокачествени заболявания, както и за поддържане живота на пациенти с различни вродени анемии и хемофилии.

ВАЖНО ЗА КРЪВОДАРЯВАНЕТО

Съгласно нормативната уредба в Република България дарената кръв се използва за лечение на пациенти само в пределите на страната (в редки изключения и за тежко пострадали наши сънародници в чужбина).

Кръводарителят дарява 450 мл кръв.

Всички консумативи, които се използват по време на кръводаряването са индивидуални, стерилни и за еднократна употреба. Не съществува никаква възможност от заразяване със СПИН или друга инфекция, предавана по кръвен път.

Кръводарителите получават 2 дни платен отпуск (чл. 157, ал. 1, т. 2 от Кодекса на труда) и подкрепителна закуска, а при изрично изявено желание и резултатите от направените изследвания за СПИН, хепатит В и С, сифилис и кръвна група.

КРЪВОДАРЯВАНЕТО НЕ ВРЕДИ!

Кръводаряването е полезно. То стимулира процеса на обновяване на кръвните клетки и увеличава защитните сили на организма.

КОЙ НЕ МОЖЕ ДА ДАРЯВА КРЪВ?

Не се допускат хора, които страдат от заболявания като СПИН, хепатит, сифилис, туберкулоза, токсоплазмоза, бруцелоза, отосклероза и Мениеров синдром, бронхит, алергии, хроничен остеомиелит и деформации на костите, ревматизъм, язва на стомаха или дванадесетопръстника, псориазис, екземи по кожата, глаукома и т.н.

Противопоказани са всички остри заразни болести (през време на боледуването и реконвалесцентния период). Хората, които са имали контакт със заразно болни – за период, равен на инкубационния, също не могат да даряват кръв. Проблем е наличието на сърдечно-съдово заболяване, тропически инфекции, костно-мозъчни, бъбречни и чернодробни проблеми.

Кръводаряване не се извършва и в случаи, когато по преценка на лекаря или освидетелстващото лице този акт на съпричастност представлява опасност за здравето на дарителя.

За всякакви допълнителни въпроси относно кръводаряването
можете да потърсите информация от
НАЦИОНАЛЕН ЦЕНТЪР ПО ТРАНСФУЗИОННА ХЕМАТОЛОГИЯ
на тел. +359 2 9210 477 или на ел. адрес: office@ncth.bg

Източник: НАЦИОНАЛЕН ЦЕНТЪР ПО ТРАНСФУЗИОННА ХЕМАТОЛОГИЯ