



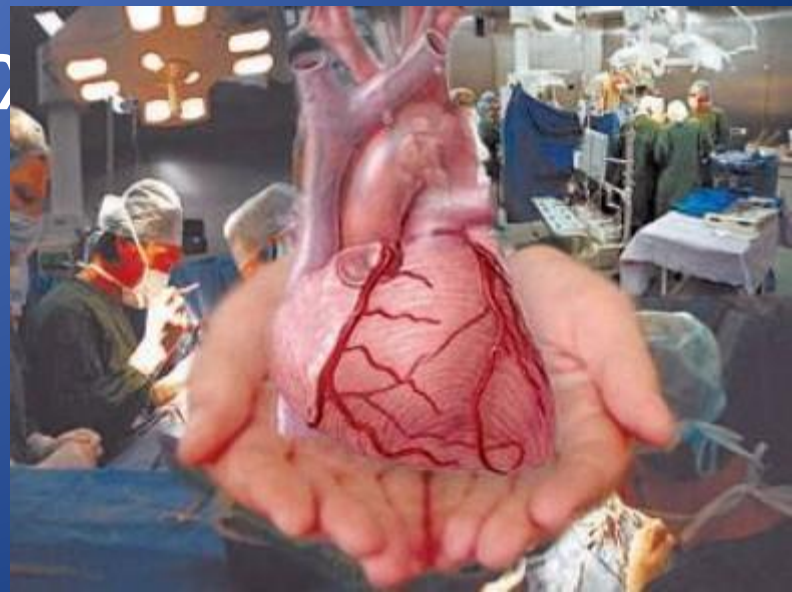


**Донорство** **крови** — добровольное жертвование собственной крови или её компонентов для последующего переливания нуждающимся больным или получения медицинских препаратов (шифр МКБ-10 Z52.0 Донор крови).



**Спасти чью-то жизнь  
просто.**

Достаточно прийти  
на станцию переливания  
крови. Если Вам больше  
18 лет, Вы можете  
донором!





**Всего 4 простых шага —**

и чья-то жизнь может быть спасена. Кто-то снова заживет полноценной жизнью.



- Узнайте адрес и время работы ближайшего пункта Службы крови.
- Уточните свои возможности и противопоказания, воспользовавшись информацией на сайте или по телефону горячей линии *8 800 333 3330*.
- Следуйте рекомендациям по подготовке к сдаче крови.
- Приходите в Службу крови и сдайте кровь или ее компоненты.





Процедура сдачи  
крови абсолютно  
безопасна и  
не занимает много  
времени.





# Кому необходима кровь

*Человек, которому переливают донорскую кровь, называется реципиентом.*

Реципиенты — это:

- Люди, попавшие в аварию, получившие некоторые опасные травмы, ожоги, потерявшие много крови
- Нуждающиеся в операциях от кишечной непроходимости до пересадки органов (печени и пр.)
- Женщины, которым предстоит кесарево сечение
- Страдающие заболеванием крови — (лейкемия — рак крови, гемофилия, апластическая анемия)
- Люди, которым необходима пересадка костного мозга
- Люди, у которых наблюдается инфекционный сепсис







# Требования к донорам России:

- Иметь при себе паспорт с регистрацией
- Утром в день сдачи иметь углеводный нежирный завтрак. Чем больше жидкости — тем лучше.
- Не рекомендуется сдавать кровь натощак.



## Донорам запрещается:

- Вечером накануне сдачи крови есть жирное, жареное, острое, копчёное, молочные продукты, масло, яйца.
- Употреблять алкоголь за двое суток (48 часов) до процедуры.
- Принимать аспирин, анальгин, другие препараты, содержащие анальгетики,  
за трое суток (72 часа) до процедуры.
- Курить менее чем за час до процедуры.



Сдача крови подразумевает некоторую нагрузку на организм, когда потерю жидкости и давления необходимо восполнять. В связи с этим вводятся официальные меры поддержки донорам: предоставляются оплачиваемые выходные и т. д., а также накладываются некоторые ограничения:



- По действующим в России правилам сдавать кровь можно не чаще 1 раза в 60 дней.
- Мужчины могут сдавать цельную кровь не чаще 5 раз в год, женщины не чаще 4 раз в год.
- После сдачи плазмы сдавать кровь или компоненты можно через 36 дней.
- Повторная сдача плазмы разрешается через две недели.
- Нельзя сдавать кровь после бессонной ночи.
- Женщинам нельзя сдавать цельную кровь во время менструации и в течение недели после. А также во время беременности и в период лактации(это объясняется тем, что при лактации гормональный фон не пришёл в норму и организму ещё требуется время для восстановления после родов и кормления грудью, обычно 1,5-2 года)
- Вес донора должен быть не менее 50 кг, давление не ниже 100 на 80.





После процедуры  
рекомендуется воздержаться от  
интенсивных физических нагрузок,  
побольше пить и полноценно  
питаться. Для восстановления  
давления донору рекомендуются  
следующие продукты: шоколад,  
кофе, гематоген.



Спаси жизнь —



стань донором  
крови!



Презентацию подготовила  
С.А.Свечаревская