

# KTO MOŻE BYĆ HONOROWYM KRWIODAWCĄ

**NALEŻY SPEŁNIAĆ 3 PODSTAWOWE WARUNKI:**

**1**

**Mieć od ukończone 18 do 65 lat**

**2**

**Ważyc co najmniej 50 kg**

**3**

**Być zdrowym**

O tym, czy jesteśmy zdrowi na tyle by móc oddać krew decyduje lekarz, który na podstawie udzielonych przez krwiodawcę odpowiedzi zawartych w kwestionariuszu, oraz na podstawie wyników badania krwi i badania lekarskiego (pomiaru ciśnienia, tętna, obłuchiwanie serca i płuc) i zadaniu kilku dodatkowych pytań, kwalifikuje czyli dopuszcza do pobierania krwi lub dyskwalifikuje.

Dyskwalifikacja może być stała lub na określony czas

## DYSKWALIFIKACJA STAŁA

Dotyczy osób, które leczą się lub byli leczeni z powodu chorób układu:



**Pokarmowego**

Schorzenia wątroby

**Skóry**

Łuszczyca

**Nerwowego**

padaczka

choroby psychiczne

**Metaboliczne  
i układu  
endokrynologicznego**

cukrzyca

choroby tarczycy

**Oddechowego**

astma oskrzelowa

**Moczowego**

przewlekłe  
choroby nerek

**Choroby zakaźne**

WZW typu B

WZW typu C

żółtaczka  
pokarmowa

## **Krwi i układu krwiotwórczego**

choroby szpiku

zaburzenia  
krzepnięcia

**nosicielstwo wirusa HIV oraz zespół nabytego  
upośledzenia odporności (AIDS)**

**Lekozależność, Alkoholizm**

**Nowotwory złośliwe**

# DYSKWALIFIKACJA CZASOWA

## NA 6 MIESIĘCY

- ❖ Tatuaż i piercing (czyli przekuwane i kolczykowanie)
- ❖ Zabiegi operacyjne i diagnostyczne
- ❖ Akupunktura - zabiegi nakłuwania ciała
- ❖ Ostre stany uczuleniowe, okres odczulania
- ❖ Ciąża oraz okres karmienia piersią, 6 miesięcy po porodzie lub po zakończeniu ciąży

## NA 2 TYGODNIE

- ❖ Grypa i infekcja grypopodobna
- ❖ Po przebytych przeziębieniach  
(gdy wystąpiła gorączka powyżej 38 stopni)
- ❖ Przyjmowanie antybiotyków

## POZOSTAŁE

- ❖ **Przyjmowanie aspiryny wyklucza na 5 dni**
- ❖ **Usunięcie zęba i stomatologiczne leczenie kanałowe oraz małe zabiegi chirurgiczne dyskwalifikują dawkę na okres 1 tydzień**
- ❖ **Opryszczka wargowa i inne zmiany skórne dyskwalifikują do momentu wygojenia się zmian**
- ❖ **Okres miesiączki i 3 dni po zakończeniu miesiączki**
- ❖ **Możemy przyjmować jedynie leki antykoncepcyjne, witaminy, hormony stosowane w menopauzie**

# 1. JAK PRZYGOTOWAĆ SIĘ DO ODDANIA KRWI

Proces oddawania krwi został tak opracowany, by pobrać krew w sposób szybki, a zarazem bezpieczny dla dawcy.

Sprzęt do poboru krwi jest jednorazowy, a miejsce w kłucia jest odkażone.

**Kandydat na dawcę krwi lub dawca krwi powinien:**



W ciągu doby poprzedzającej oddanie krwi wypić około 2 litry płynów (woda mineralna, soki)



Być wypoczętym, wyspanym



Spożyć lekkie śniadanie ( bułeczka ,chuda wędlina, ser biały, dżem)





Dzień przed oddaniem wykluczyć z diety tłuszcze pochodzenia zwierzęcego: mleko, paszтет, masło, śmietana, jaja, bigosy



W dniu oddania ograniczamy palenie papierosów



Nie zgłaszamy się do oddania jeśli jesteśmy przeziębieni (kaszel, katar) lub przyjmujemy leki.



Nie przychodzimy do oddania krwi po spożyciu alkoholu

## 2. REJESTRACJA

- ❖ Rejestracja dawcy w systemie komputerowym na podstawie aktualnego dokumentu tożsamości
- ❖ Wypełnienie kwestionariusza

## 3. POBÓR PRÓBKII KRWI

- ❖ Badanie poziomu hemoglobiny
- ❖ Prawidłowa wartość dla **kobiety** co najmniej **12,5 mg/dl**.
- ❖ Prawidłowa wartości dla **mężczyzn** co najmniej **13,5 mg/dl**.

## 4. BADANIE LEKARSKIE

Lekarz ogląda kwestionariusz - zwraca uwagę na:



### wygląd ogólny

dyskwalifikuje osoby, których wygląd ogólny może wskazywać na pozostawanie pod wpływem alkoholu, narkotyków oraz nadmierne pobudzenie psychiczne

### ciężar ciała

nie powinien być mniejszy niż **50 kg**





tętno miarowe  
od 50 do 100 uderzeń na minutę

ciśnienie tętnicze

temperatura  
nie powinna przekraczać 37°C



węzły chłonne

Powiększenie węzłów chłonnych stanowi przeciwwskazanie do pobrania krwi, aż do wyjaśnienia przyczyn ich powiększenia.

## 5. POBÓR KRWI



Jednorazowo oddaje się **450 ml krwi** pełnej do pojemnika z płynem konserwującym.

Trwa to zwykle **5-10 minut**.

Jest to około **8% krwi** obwodowej dla osoby o wadze 50 kg.

Nie powoduje to żadnego zagrożenia dla ludzkiego życia.

## CZY ODDAJAC KREW MOŻEMY ZARAZIĆ SIĘ JAKIMŚ WIRUSEM NP. HIV ?

### NIE JEST TO MOŻLIWE

Personel RCKIK jest dokładnie badany. Używamy jednorazowych rękawiczek i sprzętu uniemożliwiający przeniesienie zakażenia w trakcie pobierania próbki do badania oraz w trakcie samego pobierania.

## ILE RAZY W ROKU MOŻEMY ODDAĆ KREW ?

**Kobiety** mogą oddawać krew 4 razy w roku

**Mężczyźni** mogą oddać 6 razy w roku

Krew można oddawać co 56 dni.

## BEZPIECZEŃSTWO KRWI ZALEŻY ODE MNIE

Bezpieczna krew to taka, która nie zawiera żadnych wirusów, bakterii, czy pasożytów oraz leków, alkoholu, nikotyny, substancji chemicznych i innych czynników zewnętrznych, które mogą szkodzić zdrowiu i narażać biorcę na niebezpieczeństwo i chorobę.

Dobry stan zdrowia dawcy zależy od higienicznego stylu życia i właściwej profilaktyki. Odpowiednia dieta z właściwą ilością witamin i mikroelementów, czyste środowisko oraz unikanie ryzykownych zachowań pomagający dawcy zachować zdrowie, co zapewnia bezpieczną krew.

