



CHCIELIBYŚMY ZOSTAĆ

DAWCAMI KRWI, ALE ...

Jesteśmy jeszcze bardzo młodzi,
ja studiuje na I roku ...,
a Ela za kilka miesięcy będzie zdawać maturę.
Wiemy już, że krew każdej grupy jest
potrzebna.
Często też słyszeliśmy apele zachęcające
do oddawania krwi.

Chcemy oddawać krew dla chorych, ale ...

1. Mamy trochę wątpliwości, no i trochę się boimy?

Każdy trochę boi się pierwszego oddania krwi, ale zupełnie bezpodstawnie. Wklucie igły do pobrania jest niemal bezbolesne. Samo oddanie krwi pełnej trwa kilka minut. Przez cały czas pobierania krwi przy dawcy czuwa wykwalifikowana pielęgniarka. A jeśli ktoś bardzo się boi, to przy oddawaniu krwi może być obecny również ktoś najbliższy.

2. Ela jest bardzo szczupła i waży zaledwie 50 kg, czy jej się nic nie stanie?

Ludzie mogą mieć niedokrwistość, ale zadaniem służby krwi jest niedopuszczenie do pobrania krwi od takiej osoby.

Przed każdym pobraniem krwi przeprowadza się proste badanie oznaczenia poziomu hemoglobiny w celu ustalenia czy kandydat na dawcę może oddać krew. Przeciętnie, dorosły człowiek ma około 5 litrów krwi i oddanie 450 ml krwi nie osłabi organizmu dawcy. Ponadto dawca po oddaniu krwi odpoczywa jeszcze przez kilkanaście minut i korzysta z poczęstunku.

3. Czy oddając krew nie osłabię nazbyt mojego organizmu?

Oddanie krwi, jak każdy inny ubytek krwi (krwawienie z nosa, miesiączka, ...) organizm człowieka bardzo szybko uzupełnia. Zaledwie po kilku godzinach od oddania objętość krwi wróci do normy, a Ty tego nawet nie odczujesz. Natomiast osoby wykonujące takie zawody jak: pilot, maszynista, kierowca autobusu, operator dźwigu, pracujące na wysokości czy osoby uprawiające sporty ekstremalne (wspinaczka, głębokie nurkowanie, ...) mogą podjąć wykonywanie tych czynności dopiero po 12 godzinach od oddania krwi.

4. Czy w czasie oddawania krwi mogę się zarazić?

Krwiodawca w czasie oddawania krwi nie może zarazić się wirusami żółtaczk, HIV, ani inną chorobą. Wyposażenie placówek służby krwi jest w pełni sterylne, a krew od każdego dawcy pobierana jest przy użyciu sprzętu jednorazowego użytku.

5. Czy jeśli raz oddam krew, to będę musiał to robić zawsze?

Oddawanie krwi nie powoduje wzmożonego jej wytwarzania przez organizm dawcy. Stąd też wielu dawców oddaje krew 3 lub 4 razy w roku przez 10, 20 czy nawet 30 lat, a potem np. ze względu na wiek zaprzestają jej oddawania. Medyczne zasady pobierania krwi opracowane przez specjalistów Instytutu Hematologii i Transfuzjologii w Warszawie pozwalają na oddawanie krwi 4 razy w roku przez kobiety i 6 razy przez mężczyzn, bez jakiegokolwiek uszczerbku dla zdrowia dawcy krwi.

6. Wczoraj świętowaliśmy osiemnaste urodziny Eli. Czy trochę alkoholu nie stanowi przeciwwskazania do oddania krwi?

Twoja krew będzie miała pełną wartość tylko wtedy, gdy nie będzie w niej ani kropli alkoholu. Nie pij alkoholu przed oddaniem krwi. A jeśli już wypiełeś to możesz oddać krew przynajmniej po dwóch dniach przerwy

7. Co musimy zrobić i jakie spełniać wymogi, aby oddać krew?

Każdy kandydat na krwiodawcę musi:

1. mieć ukończone 18 lat,
2. spożyć w dniu oddania krwi lekkostrawny, niskokaloryczny posiłek,
3. być wypoczęty i w ogólnie dobrym samopoczuciu, bez żadnych poważnych stresów



Fundator INFORMATORA: Urząd Miasta NOWY TARG

M I A S T O



4. zgłosić się do Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Nowym Targu (RCKiK) lub jednego z Oddziałów Terenowych (dawniej Punkt Krwiodawstwa) z **dokumentem tożsamości ze zdjęciem** (legitymacja szkolna, legitymacja studencka dowód osobisty, prawo jazdy)

Każda osoba zgłaszająca się do oddania krwi winna być zdrowa. **Nie mogą oddawać krwi** między innymi osoby, które chorowały na żółtaczkę zakaźną (wirusowe zapalenie wątroby) nosiciele wirusa HIV i chorzy na AIDS. Nie pobiera się krwi od narkomanów i ludzi mających kontakty seksualne z wieloma partnerami lub partnerkami. Nie mogą oddać krwi (przez 6 m-cy), osoby które przebyły operację lub zrobiły sobie tatuaż

8. Co nas czeka gdy zgłosimy się do oddania krwi ?

Każdy kto zgłosi się do RCKiK w Nowym Targu lub Oddziału Terenowego RCKiK na terenie Małopolski będzie mile przyjęty.

Pierwsze kroki należy skierować do rejestracji dawców, gdzie należy okazać dokument potwierdzający tożsamość, a następnie wypełnić otrzymaną ankietę i zgłosić się do pobrania próbek krwi do badań laboratoryjnych.

Uwaga !!!

Ankietę dla krwiodawcy należy wypełnić rzetelnie, zgodnie z prawdą. Powstałe wątpliwości jak najszybciej wyjaśnić w czasie rozmowy z lekarzem. Kwalifikuje do oddania krwi lekarz.

Po zakwalifikowaniu pobierana jest od dawcy krew . Następnie trochę odpoczynku przy filiżance kawy , herbaty lub kubeczku wody mineralnej .

Dawca po oddaniu krwi otrzymuje m.in.: zaświadczenie o przysługującym dniu wolnym od nauki i pracy oraz posiłek regeneracyjny , a po kilku dniach od oddania ,legitymację honorowego dawcy krwi z wpisaną grupą krwi i jej ilością .

Dziękujemy za dar krwi i zapraszamy do kolejnego oddania po upływie minimum 8 tygodni.

O wszelkich wątpliwościach dotyczących stanu swojego zdrowia należy powiadomić lekarza kwalifikującego do oddania krwi.

9. W Ustawie o publicznej służbie krwi z dnia 22 sierpnia 1997 roku (Dz.U. Nr 106, poz. 681 z późn. zm.).

Art.9.

1. Zasłużonemu honorowemu dawcy krwi i honorowemu dawcy krwi przysługuje:

- 1) zwolnienie od pracy w dniu, w którym oddaje krew i na czas okresowego badania lekarskiego dawców krwi na zasadach określonych w odrębnych przepisach,
- 2) zwrot utraconego zarobku na zasadach wynikających z przepisów prawa pracy,
- 3) zwrot kosztów przejazdu do jednostki organizacyjnej publicznej służby krwi na zasadach określonych w przepisach w sprawie diet i innych należności z tytułu podróży służbowych na obszarze kraju; koszt przejazdu ponosi jednostka organizacyjna publicznej służby krwi,
- 4) posiłek regeneracyjny.

Rejestracja Dawców

czynne pn. - pt. od 7:15 do 16.30

tel. 18 266 45 27

Nowy Targ, ul. Szpitalna 12 ,tel.018 266 39 93

Oświęcim, ul. Wysokie Brzegi 4, tel.033 842 71 30

Olkusz, Al.1000-lecia 13 , tel.032 641 41 31

Sucha Beskidzka, ul. Szpitalna 22 tel.033 872 32 99

Tarnów, ul. Lwowska 178a ,tel.014 631 51 55

Tarnów, ul. Szpitalna 13 ,tel.014 622 13 38

Zakopane, ul. Szymony 14, 34-500 (budynek

Urzędu Skarbowego),tel.018 201 27 27

Wadowice, ul. Karmelicka 5, tel. 033 823 34 61

Dawców oddających krew systematycznie zapraszamy do nawiązania kontaktu z kołem honorowych dawców krwi KROPLA:

<http://www.ipa-kropla.com.pl/>



Fundator INFORMATORA: Urząd Miasta NOWY TARG

M I A S T O

NOWY TARG

