

КТО МОЖЕТ БЫТЬ ДОНОРОМ?

Донором крови и ее компонентов может быть **каждый дееспособный гражданин, достигший возраста 18 лет, не имеющий противопоказаний к донорству крови и прошедший специальное медицинское обследование.** Донорство крови и ее компонентов осуществляется исключительно на добровольных началах.

С полным списком противопоказаний можно ознакомиться на сайте: <http://52gkb.ru/hirurgia/perelivanie-krovi>

Для того, чтобы сдать кровь в нашем отделении, нужен только **паспорт гражданина Российской Федерации.** Место регистрации не имеет значения.

КАК ЧАСТО МОЖНО СДАВАТЬ КРОВЬ?

- ✓ После сдачи крови должно пройти не менее 60 дней, прежде чем донор сможет снова сдавать кровь.
- ✓ После сдачи крови должно пройти не менее 30 дней, прежде чем донор сможет сдавать плазму.
- ✓ После сдачи плазмы должно пройти не менее 14 дней, прежде чем донор сможет снова сдавать плазму или кровь.
- ✓ После пяти регулярных донаций крови рекомендуется делать перерыв (не менее 2 месяцев).
- ✓ Мужчины могут сдавать кровь не более 5 раз в год, женщины – не более 4 раз в год.

КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К ДОНАЦИИ?

- За 2 суток до сдачи крови нельзя употреблять алкоголь, а за 72 часа принимать лекарства, содержащие аспирин и анальгетики. Накануне сдачи крови рекомендуется увеличить потребление жидкости.
- Просим исключить из рациона жирные, копчёные, молочные продукты, яйца, масло, соусы, кофе.
- За 2 часа до процедуры и в течение 2-х часов после - не курить.
- Не следует сдавать кровь натощак. В день сдачи крови рекомендуется лёгкий завтрак: сладкий чай с вареньем, сок, морс, компот, минеральная вода, хлеб, сухари, сушки, отварные крупы, макароны, овощи и фрукты.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РЕЖИМУ

- Не следует сдавать кровь после ночного дежурства или бессонной ночи.
- Не планируйте дачу крови в период экзаменационной сессии, перед соревнованиями, в период интенсивной работы.
- Непосредственно после дачи крови необходимо отдохнуть в течение 10-15 минут. При возникновении головокружения или слабости необходимо обратиться к медицинскому персоналу.
- В течение двух суток избегайте значительных физических нагрузок. Важно обильно и регулярно питаться, пить больше жидкости. Ограничений по вождению автомобиля в день донации нет.

МЫ ПРОСИМ ВАС ПРИЙТИ К НАМ ЕЩЕ РАЗ!

Для обеспечения безопасности плазма крови подвергается карантину. Через 6 месяцев после кроводачи донору следует пройти повторное обследование, по результатам которого сданная донором плазма передается в стационары города. Для этого мы просим донора через 6 месяцев прийти в отделение переливания крови и снова сдать кровь.

И, конечно, будем рады видеть вас в нашем отделении переливания крови еще много раз!

**БЛАГОДАРИМ ВАС ЗА ТО, ЧТО
ПОМОГАЕТЕ НАМ ПОМОГАТЬ ЛЮДЯМ!**