



**ŁĄCZY NAS KREW, KTÓRA RATUJE ŻYCIE
BO TĘTNI W NAS DOBRO**

Zorganizuj akcję pobierania krwi na swojej uczelni!

Im więcej osób regularnie oddaje krew, tym lepiej.
Dołącz do grona Honorowych Dawców Krwi
i zachęć do tego innych.

Zostań wolontariuszem!

Wszystkie potrzebne informacje znajdziesz na stronie

www.twojakrew.pl

Nie musisz studiować medycyny, żeby ratować zdrowie i życie.
W Twoich żyłach znajduje się bezcenny lek, którym możesz się
dzielić i pomagać potrzebującym.

Oddawanie krwi pełnej trwa krócej niż egzamin.

Dołącz do Honorowych Dawców Krwi!



www.gov.pl/zdrowie



www.gov.pl/nck



www.twojakrew.pl

Program polityki zdrowotnej „Zapewnienie samowystarczalności Rzeczypospolitej Polskiej w krew i jej składniki na lata 2021-2026” finansowany przez Ministra Zdrowia.

Potrzeba krwi

Krew jest potrzebna nie tylko w trakcie operacji czy po utracie krwi w wyniku różnego rodzaju wypadków. Pomaga także osobom po urazach, oparzeniach lub chorym leczonym na nowotwory, w tym białaczkę czy inne choroby krwi. Z roku na rok, wraz z postępem medycyny, w polskich szpitalach wykonuje się coraz więcej operacji, zabiegów czy transplantacji. Krew jest niezbędna do wykonania większości z nich.

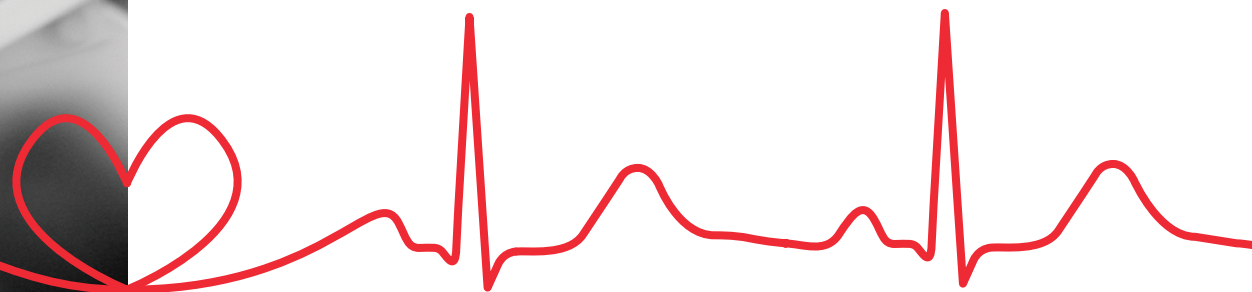


Krew mogą oddać osoby, które:

- są w wieku od 18 do 65 lat,
- ważą więcej niż 50 kg,
- są zdrowe,
- nie były leczone krwią lub jej składnikami w ciągu ostatnich 6 miesięcy,
- nie miały wykonywanego zabiegu chirurgicznego lub badania endoskopowego w ciągu ostatnich 6 miesięcy,
- nie wykonywały tatuażu, akupunktury, przekłuwania uszu w ciągu ostatnich 6 miesięcy,
- nie miały wykonywanego małego zabiegu chirurgicznego, np. ekstrakcji zęba w ciągu ostatnich 7 dni.

Młode mamy mogą oddać krew po upływie 6 miesięcy od porodu. Kobiety nie mogą oddawać krwi w czasie miesiączki oraz do 3 dni po jej zakończeniu.

Pełną listę przeciwwskazań znajdziesz na stronie
www.twojakrew.pl



Ile krwi oddaje się jednorazowo?

Jedna osoba może oddać jednorazowo 450 ml krwi pełnej lub za pomocą separatora składniki krwi, np. płytki krwi, osocze.

Jak często można oddawać krew ?

Kobiety mogą oddawać krew pełną 4 razy w ciągu roku, a mężczyźni 6 razy – jednak nie częściej niż co 8 tygodni. Niektóre składniki krwi, takie jak osocze, można oddawać częściej. Informacje na temat wymaganych przerw między poszczególnymi rodzajami donacji znajdziesz na stronie www.twojakrew.pl.

Jak się przygotować?

Przed oddaniem krwi lub jej składników trzeba być wypoczętym, zjeść lekkostrawny i niskotłuszczowy posiłek, wypić ok. 1,5 l płynów (wody, herbaty lub soków) oraz ograniczyć palenie papierosów. Przygotowanie nie jest więc wymagające, a samo oddawanie krwi prostsze niż się wydaje.

Aby oddać krew, nie musisz znać swojej grupy krwi.

Oddawanie krwi:

- **nie boli** – jedyny nieprzyjemny moment to ukłucie (takie jak przy pobieraniu krwi do badań),
- **jest bezpieczne** – przed pobraniem osoba kwalifikująca ocenia stan zdrowia Dawcy na podstawie kwestionariusza i przeprowadzonych badań,
- **nie grozi zarażeniem żadną chorobą** – do pobierania krwi stosuje się wyłącznie sterylne sprzęt jednorazowego użytku,
- **nie uzależnia** – po donacji organizm wytwarza tylko tyle krwi, ile mu ubyło – nie produkuje nadwyżki,
- **trwa krócej niż egzamin ustny** – ok. 10 minut,
- **daje satysfakcję** – mając na uwadze, że dzięki naszemu zaangażowaniu przyczyniliśmy się do uratowania zdrowia lub życia drugiego człowieka.



Ilu osobom można pomóc?

Po oddaniu krew dzielona jest na 3 składniki (osocze, krwinki czerwone i płytki krwi), które są przechowywane osobno i mogą być podane różnym osobom, w zależności od potrzeby.

Podczas każdej donacji jeden Dawca może oddać tylko 1 jednostkę krwi pełnej. W wielu przypadkach do leczenia i ratowania życia jednego człowieka potrzeba kilku jednostek krwi, a więc od kilku Krwiodawców, np. ofiarom wypadków drogowych podaje się ok. 10 jednostek krwi, do operacji serca potrzeba mniej więcej 6 jednostek krwi, a do przeszczepienia wątroby nawet 20 jednostek krwi



Do czego służą składniki krwi?

Krew i jej składniki wykorzystuje się przy leczeniu różnych chorób oraz do wytwarzania leków ratujących życie.

Koncentrat krwinek czerwonych stosuje się w leczeniu osób po wypadkach oraz u pacjentów z anemią.

Płytki krwi wykorzystuje się przy leczeniu osób z nowotworami (przy chemioterapii), w tym z białaczką i innymi chorobami krwi.

Osocze podaje się, m.in. po ciężkich wypadkach, oparzeniach i stosuje się do produkcji leków.

