

Honorowy dawca krwi

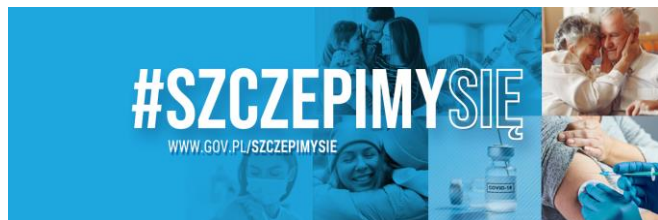
Osobie, która bezpłatnie oddała krew oraz została zarejestrowana w Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa przysługuje m.in:

- tytuł „Honorowego Dawcy Krwi”;
- zwolnienie od pracy w dniu, w którym oddaje krew*;
- ulga podatkowa - odliczenie wartości oddanej krwi od dochodu.

Każdej kobiecie, która oddała co najmniej 5 litrów krwi i każdemu mężczyźnie, który oddał co najmniej 6 litrów krwi oraz każdemu, kto oddał odpowiadającą tej objętości ilość innych składników krwi przysługuje dodatkowo:

- tytuł i odznaka „Zasłużonego Honorowego Dawcy Krwi”;
- uprawnienie do korzystania poza kolejnością ze świadczeń opieki zdrowotnej oraz usług farmaceutycznych udzielanych w aptekach;
- bezpłatne zaopatrzenie w leki objęte wykazami leków podstawowych i uzupełniających do wysokości limitu ceny.

*W okresie ogłoszonego stanu epidemii, każdemu dawcy po donacji przysługują 2 dni wolne od pracy (w dniu donacji oraz dniu następnym).



Telefoniczna Informacja Pacjenta

800 190 590

pacjent.gov.pl

diety.nfz.gov.pl

Akademia NFZ



NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia



Ministerstwo Zdrowia

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia

ŚRODA Z PROFILAKTYKĄ

Krwiodawstwo darem życia



Krew i krwiodawstwo

- Krew jest jednym z płynów ustrojowych, pełni funkcje transportowe i obronne dla organizmu.
- Ilość krwi w organizmie człowieka to ok. 5,5 – 6 litrów. Jej kolor zależy od barwnika krwi – hemoglobiny.
- Co roku w Polsce przetacza się około 1 200 000 jednostek koncentratu krwinek czerwonych, co oznacza, że tyle donacji jest potrzebnych, żeby pozyskać krew dla potrzebujących pacjentów.

Czy wiesz

Czym jest krew?

Krew spełnia czynności transportowe, dostarcza do tkanek tlen i substancje odżywcze, odprowadza z nich produkty przemiany materii oraz przenosi związki biologicznie aktywne, np. hormony z gruczołów wydzielania wewnętrznego do narządów. Pełni również funkcję obronną, która umożliwia wykrywanie czynników szkodliwych (bakterie, wirusy) i pozwala skutecznie im przeciwdziałać.

Podstawowe składniki krwi:

- elementy morfotyczne - erytrocyty (czerwone krwinki), leukocyty (białe krwinki - granulocyty, limfocyty i monocyty) oraz trombocyty (płytki krwi);
- osocze – składnik płynny, stanowi około 55-60% objętości krwi. Oprócz wody, która jest głównym składnikiem osocza (90%), zawiera związki organiczne i nieorganiczne, takie jak białka (albuminy, globuliny, fibrynogen), kwasy tłuszczowe, glukozę, witaminy i sole mineralne;
- hormony, transportowane do komórek rozpuszczone gazy, substancje odżywcze (cukry, tłuszcze), witaminy, produkty przemiany materii (np. mocznik, kwas moczowy).

Każdego dnia w ludzkim organizmie tworzą się miliony krwinek czerwonych, białych i płytek krwi. Elementy krwi powstają głównie w szpiku kostnym, a także w śledzionie, węzłach chłonnych i układzie siateczkowo-śródbłonkowym.

Sposoby pobierania krwi

- Metoda konwencjonalna – dawca oddaje krew pełną w ilości 450 mililitrów (1 jednostka), zawierającą krwinki czerwone, płytkowe, białe i osocze. Krew pobiera się z pojedynczego wkłucia do żyły, do jednorazowych pojemników z tworzywa sztucznego. Zabieg trwa ok. 5-10 minut, może być wykonywany w odstępach minimum 8 tygodni.
- Metoda aferezy – dawca oddaje tylko wybrane elementy komórkowe krwi (krwinki czerwone, płytki, osocze, granulocyty), w odstępach uzależnionych od rodzaju donacji.

Zostań krwiodawcą

Krwiodawcą może zostać osoba w wieku 18 - 65 lat, ciesząca się dobrym zdrowiem, ważąca co najmniej 50 kilogramów, a także u której w ciągu ostatnich 6 miesięcy:

- nie wykonano akupunktury, tatuażu, przekłucia uszu lub innych części ciała;
- nie miała wykonanych żadnych zabiegów operacyjnych, badań inwazyjnych i endoskopowych (np. badań artroskopii, laparoskopii);
- nie była leczona krwią i preparatami krwiopochodnymi.

Przygotowanie do oddania krwi

Dzień przed oddaniem krwi pij dużo płynów (najlepiej niegazowanej wody mineralnej).

W dniu oddania krwi:

- zjedz lekki, niskotłuszczowy posiłek. Zalecane są m.in.: pełnoziarniste pieczywo, ryż, kasza, makaron, ryby, chude mięso i wędliny, owoce, dżem, miód, woda, soki owocowe i warzywno;
- wyklucz z diety tłuszcze pochodzenia zwierzęcego m.in.: jajka, mleko, śmietanę, masło, tłuste mięso, kiełbasę, pasztet, rosół;
- bądź wypoczęty i wyspany;
- nie pal papierosów, nie spożywaj alkoholu lub innych substancji psychoaktywnych. Nawet śladowa ilość substancji może być szkodliwa dla osoby, której twoja krew zostanie przetoczona;
- nie przyjmuj żadnych leków (poinformuj o tym lekarza kwalifikującego);
- nie zgłaszaj się do oddania krwi jeśli jesteś przeziębiony;
- nie zapomnij zabrać ze sobą dokumentu tożsamości ze zdjęciem i nr PESEL.

**Krewi ani żadnych produktów krwiopodobnych
nie da się wyprodukować.**

Jedynym źródłem pochodzenia krwi jest ludzki organizm.