



## Памятка донору крови

### Как стать донором?

- Донором может стать каждый здоровый, дееспособный человек с 18 лет с массой тела не менее 50 кг.
- За день до кроводачи не употреблять алкоголь, жирную, молочную пищу и орехи.
- 2 часа до и после процедуры не курить.
- Нежелательно сдавать кровь и ее компоненты после ночной смены, тяжёлой физической работы, нервного перенапряжения, длительного ограничения в еде (диеты, пост).
- В день кроводачи донор должен быть здоровым, отдохнувшим.
- Обязательно позавтракать – хлебо-булочные изделия, каша не молочная, фрукты.
- При себе обязательно иметь **ПАСПОРТ**.

### Как проводится кроводача?

- Донор заполняет анкету с вопросами.
- Проводится осмотр донора врачом.
- Перед процедурой донор бесплатно получает питание (чай с конфетами, минеральную воду).
- Забор крови и её компонентов проводится квалифицированным медицинским персоналом.
- Все расходные материалы и инструментарий – только одноразового применения.
- Продолжительность кроводачи около 10 минут. За это время донор сдаёт 450 мл крови в специальный пластиковый контейнер и 40 мл – в пробирку для анализа.
- На место прокола вены накладывается стерильная повязка на 2-3 часа.
- После окончания процедуры донору необходим 15-минутный отдых. В последующем в течение дня не рекомендуются физические нагрузки, а также работы, требующие повышенного внимания (на высоте, вождение автомобиля и др.) Необходимо употреблять больше жидкости.

### Не могут быть донорами:

- Лица, перенесшие гепатит, туберкулез, ВИЧ-инфекцию, малярию, сифилис, остеомиелит, имеющие злокачественные новообразования (вне зависимости от давности заболевания и результатов лечения).

- Женщины в период беременности, кормления грудью, в течение года после родов, во время менструации и в течение 5-ти дней после её окончания.
- Переболевшие гриппом, ОРЗ, ангиной - в течение месяца после выздоровления.
- Сделавшие татуировки, косметологический татуаж в течение последних 6 месяцев.
- Сделавшие пирсинг, прокол ушей в течение последних 12 месяцев.
- Имеющие заболевания: гипертоническая болезнь 2-3 ст., ишемическая болезнь сердца, порок сердца, бронхиальная астма, язвенная болезнь желудка, псориаз, миопия высокой степени (более - 6 Д); удалённый орган.

### Как влияет кроводача на здоровье донора?

- При отсутствии противопоказаний к донорству, потеря крови в объеме 450 мл. и плазмы до 600 мл. является «физиологическим», то есть, не наносит ущерба здоровью донора.
- Максимально допустимое количество кроводач в году у мужчин – 5, у женщин – 4. Перерыв между донациями крови должен составлять не менее 60 дней. Плазму можно сдавать через 2 недели.

### Как обследуется донорская кровь?

- Определяется группа крови по системе АВО, резус фактора, антигена К системы Kell, уровня гемоглобина.
- Проверяется наличие антигена гепатита В, антител к гепатиту С, ВИЧ-1 и ВИЧ-2, инфицированность сифилисом.
- Сведения о вашем здоровье, полученные при обследовании крови, не разглашаются.

### Может ли процедура кроводачи вызвать какие-либо осложнения?

- Если перед первой кроводачей донор испытывает чувство страха или голоден, то это может стать причиной плохого самочувствия или обморочного состояния. Хотя подобные состояния случаются крайне редко, о них нужно знать и выполнять все рекомендации специалистов службы крови.
- Иногда возможно появление гематомы (подкожного кровоизлияния) в месте прокола вены. Для быстрой ликвидации гематомы следует наложить спиртовой компресс и обратиться к врачу.

### Может ли донор быть инфицированным при даче крови или ее компонентов?

- Нет, не может. При медицинском обследовании и заготовке крови (плазмы) донору гарантируется инфекционная безопасность, обеспеченная использованием расходных материалов только одноразового применения.



### Что получают доноры, сдавшие кровь или ее компоненты?

- После крово- и плазмодачи донор получает справку (Ф402/у) об освобождении от работы на время выполнения им донорских функций и на день отдыха после процедуры, который по его желанию и согласованию с администрацией может быть присоединён к его отпуску.
- Донору, сдавшему кровь или плазму безвозмездно, выдается продуктовый набор.
- В соответствии с Федеральным законом от 20.07.2012 № 125-ФЗ «О донорстве крови и ее компонентов», в подтверждение заслуг донорам, сдавшим безвозмездно кровь сорок и более раз или плазму шестьдесят и более раз, присваивается звание «Почетный донор России».
- Доноры, награжденные знаком «Почётный донор России», имеют право на предоставление ежегодного оплачиваемого отпуска в удобное для них время года; внеочередное оказание медицинской помощи в медицинских организациях; первоочередное приобретение по месту работы или учёбы льготных путёвок на санаторно-курортное лечение; предоставление ежегодной денежной выплаты.

### Красноярский краевой центр крови №1

Российская Федерация, 660022  
г. Красноярск, ул. П. Железняк, д. 3-3  
Тел.: +7 (391) 220 06 09, +7 (391) 220 06 02  
Факс: +7 (391) 220 06 07  
E-mail: [kkck@mail.ru](mailto:kkck@mail.ru)  
[www.kkck.ru](http://www.kkck.ru)