

Автор: К.И.Голоцевич, врач-трансфузиолог (заведующий) отделения трансфузиологии Речицкой ЦРБ



С 1 по 14 июня 2022 года проводится Республиканская информационно-образовательная акция «Всемирный день донора крови».

В XX веке человечество пережило две мировые войны, пролетарские революции, гражданские войны, войны за национальную независимость, геноцид, терроризм. Следует добавить массовые смертельные исходы от голода, от природных катаклизмов, от техногенные аварии на транспорте, производстве и в быту, от эпидемий.

Черная полоса преследует человеческое сообщество и в XXI веке. В трагические моменты истории и повседневной жизни проливается людская кровь, а единственным источником ее восполнения остается донор.

Служба крови выражает благодарность тем людям, которые добровольно и безвозмездно сдают свою кровь для спасения человеческих жизней и ставит цель привлечь внимание общества к необходимости участия в регулярном добровольном безвозмездном донорстве.

Лозунг «Всемирного дня донора крови» 2022 года – **«Донорство крови — акт солидарности. Станьте донором и спасайте жизни».**

С 8 по 17 июня в Речицкой ЦРБ в рамках акции стартует начало корпоративных акций Дней донора, посвящённых «Всемирному дню донора крови».

На сегодняшний день в Республике Беларусь насчитывается около 100 000 доноров. Более 67 000 доноров крови, её компонентов награждены знаком отличия «Ганаровы донар Рэспублікі Беларусь». Служба крови в полном объёме обеспечивает организации здравоохранения качественными и безопасными компонентами крови и медицинскими изделиями собственного производства.

По основополагающему и руководящему принципу ВОЗ безопасная кровь является важной составляющей медицинской помощи. Эта работа позволяет ежедневно спасать жизни людей.

В современных реалиях, несмотря на ограниченные возможности передвижения и другие трудности, доноры крови, её компонентов в Республике Беларусь и во многих странах продолжали сдавать кровь и плазму для пациентов, нуждающихся в переливании. Благодаря выполнению донорской функции и пониманию важности оказания помощи служба крови смогла обеспечить заготовку более 500 000 доз крови, её компонентов. В настоящее время подтверждается важная роль эффективно организованного активного добровольного и безвозмездного донорства крови.

Ежесекундно во всем мире у людей любого возраста и происхождения возникает потребность в переливании крови по жизненным показаниям. И переливание крови и продуктов крови ежегодно позволяет спасать миллионы человеческих жизней. Хотя потребность в крови является всеобщей, доступ к ней тех, кто в ней нуждается, к сожалению, всеобщим не является. И на сегодняшний день надлежащие и надежные резервные запасы крови можно обеспечить лишь на основе регулярного, добровольного и безвозмездного донорства крови. К тому же такие доноры являются и самой безопасной группой доноров, так как среди них отмечается самая низкая распространенность инфекций, передаваемых с кровью.

Для поддержания надлежащих запасов и своевременного безопасного переливания крови, её компонентов, необходимо регулярно сдавать кровь.

Министерство здравоохранения Республики Беларусь и служба крови Республики Беларусь поздравляют всех доноров и медицинских работников с «Всемирным днём донора крови», призывают поддержать акцию по добровольному и безвозмездному донорству крови и принять участие 14 июня 2022 года в донациях на базе организаций службы крови по всей Республике Беларусь.

Чтобы стать донором...

Запись первичных доноров, сдающих кровь на безвозмездной основе, осуществляется непосредственно в день обращения на ближайшее время, при этом предварительного обследования крови на маркеры вирусных инфекций не требуется.

Прием доноров и донация крови осуществляется по предварительной записи по телефону 9 95 27 с 8:15 до 12:00 или через электронную запись. После обработки вашей заявки, с вами свяжется мед.регистратор.

Как подготовиться к сдаче крови?

За 1 - 2 дня до кроводачи исключить из питания жирную, жареную, острую пищу (масло сливочное и растительное, сливки, молоко, сметану, творог, сало, майонез, орехи, семечки, яйца).

Кроводача осуществляется после легкого завтрака (не натощак!), желательно в предыдущий вечер не есть жирного, жареного и молочного, рекомендуется сладкий чай, сухари, печенье, фрукты.

Необходимо воздержаться от:

- употребления алкоголя за 48 часов до сдачи крови,
- а также от употребления аспирина, анальгина и лекарств, содержащих аспирин и анальгетики за 72 часа до процедуры,
- по возможности воздержаться от курения за час до процедуры,
- необходимо также выспаться.

В состоянии алкогольного опьянения и похмелья доноры не принимаются и никакие оправдательные документы не выдаются.

Какие документы необходимо предоставить?

При регистрации на кроводачу донор обязан предоставить:

- паспорт гражданина Республики Беларусь с наличием прописки или регистрации. Живущие в общежитии должны предоставить справку от коменданта (паспортиста) с указанием конкретной комнаты проживания (не менее 6 месяцев);
- медицинская справка о состоянии здоровья (форма 1 здру-10), перенесенных заболеваний, травмах, операциях (берется в поликлинике по месту жительства) предоставляется каждые полгода;
- данные флюорографии органов грудной клетки предоставляется раз в год;
- заключение врача-гинеколога (женщины), предоставляется 1 раз в 6 месяцев;
- общий анализ мочи по требованию медрегистратора не позднее 10 дней до сдачи крови;
- военный билет (при первичном обращении);
- фотографию (при первичном обращении).

Какое медицинское обследование надо пройти, чтобы стать донором?

Все необходимые анализы обычно делают непосредственно на станции переливания крови. Определяются: группа крови и резус-фактор; данные общего анализа крови (гемоглобин, лейкоциты, эритроциты, СОЭ и др.); а также маркеры возбудителей гемотрансмиссивных (передающихся с кровью) инфекций: вируса иммунодефицита человека, вирусов гепатитов В и С; возбудителя сифилиса.

Помимо анализа крови потенциальный донор проходит на станции переливания крови медицинский осмотр, во время которого врач измеряет давление, температуру, пульс, расспрашивает о самочувствии. Перед процедурой кроводачи каждый потенциальный донор заполняет специальную «анкету донора», в которой отвечает на вопросы о состоянии своего здоровья и перенесенных заболеваниях.

Окончательное решение о допуске к кроводаче осуществляет врач-трансфузиолог, который оценивает в том числе и психоневрологический статус донора и может отвести его при подозрении на употребление наркотиков, алкоголя, ведении асоциального образа жизни.

Какова разовая доза сдачи крови?

Объем донации крови не должен превышать 13% объема циркулирующей крови, который составляет 7 – 7,2 % от массы тела донора. Доза стандартной кроводачи составляет 450±50 мл.

Для современной медицины очень важно, чтобы как можно больше людей с массой тела более 55 кг давали кровь полной дозой 450 мл, а плазму 600 мл. Врачам приходится переливать компоненты крови в больших дозах одному больному, и чем от меньшего числа доноров взята кровь, тем более безопасно и эффективно её действие как лечебного средства.

Не вредно ли сдавать кровь? Приспособлен ли для этого человеческий организм?

Сдавать кровь не вредно. Человеческий организм эволюционно приспособлен к

кровопусканиям: это универсальный механизм реакции при травмах, а у женщин, вообще, часть функционирования организма.

Какие ощущения могут возникнуть при сдаче крови? Я хочу помочь, но ужасно боюсь всех этих процедур.

Что касается ощущений, то все очень индивидуально. Возможны небольшие ощущения боли при вводе иглы в вену, но только в течение пары секунд. Иногда во время кроводачи, чаще у мужчин, бывают обмороки. Женщины в силу своей физиологии лучше приспособлены к небольшим кровопотерям. Причем обмороки говорят скорее о психологическом страхе. Многие доноры никаких изменений в своем самочувствии не наблюдают и не отменяют снижения обычной активности в день сдачи крови — выходят на работу и пр. А у многих — эйфория от сознания сделанного хорошего дела.

Как отражается сдача крови на здоровье?

Сдача крови на регулярной основе полезна для профилактики заболеваний сердечно-сосудистой системы и, кроме того, способствует самообновлению всего организма. Ученые в ходе обследования большого количества мужчин выяснили, что у регулярно сдающих кровь инфаркты возникают в десятки раз реже. Американские исследователи из Канзасского медицинского центра подтвердили, что мужчины, являющиеся постоянными донорами, на 30% меньше страдают сердечными приступами.

Более того: сдача крови и последующее обновление самым прямым образом влияют на улучшение эмоционального состояния человека. А в серьезных ситуациях, например, при несчастном случае, донор имеет больше шансов на выживание, так как его организм более адаптирован к кровопотере.

Меня ничем не заразят?

Нет. Все необходимое для забора крови является одноразовым, вскрывается при донорах. Заразиться гепатитом и ВИЧ-инфекцией возможно во время маникюра, в парикмахерской, в тату-салоне, во время иглотерапии, но не на станции переливания крови.

А я могу упасть в обморок?

Можете. Но по статистике недомогания испытывает только каждый десятый донор. Чаще всего - мужчины. Им психологически труднее. Обмороки редки. В основном все обходится головокружениями. Они быстро проходят.

У меня татуировка...

Татуировка не является абсолютным противопоказанием. Это перестраховка. В тату-салоне можно заразиться ВИЧ-инфекцией, гепатитом. После нанесения татуировки кровь можно сдавать только через 1 год. Количество татуировок значения не имеет. То же касается и лечения иглоукалыванием.

ПАМЯТКА ДОНОРА

До сдачи

72
часа



не принимайте
лекарства,
содержащие
аспирин
и анальгетики

48
часов



воздержитесь
от употребления
алкоголя

24
часа



не употребляйте жирную, острую и
копченую пищу, молочные продукты
и яйца. Пейте сладкий чай, соки,
минеральную воду и ешьте хлеб, сухари,
отварные крупы, овощи и фрукты

УТРОМ



перед
сдачей легко
позавтракайте

После сдачи

5-10
минут



расслабьтесь и посидите.
Если почувствовали
головокружение, обратитесь
к персоналу

1 час



воздержитесь
от курения

2
часа



воздержитесь от вождения
мотоцикла (на автомобиль
ограничения нет)

3-4
часа



не снимайте
и не мочите
повязку

24
часа



избегайте
физических нагрузок,
не употребляйте
алкоголь

48
часов



обильно и регулярно
питайтесь,
употребляйте
больше жидкости

1
су

не д
ни
при