Неделя популяризации донорства крови и костного мозга (в честь Дня донора в России 20 апреля)

С 14.04.2025 по 20.04.2025 Министерством здравоохранения Российской Федерации объявлена Неделя популяризации донорства крови и костного мозга в честь Дня донора в России, который отмечается 20 апреля.

Основная цель Недели донорства - развитие традиций взаимопомощи, поддержки, милосердия, сохранение исторической памяти о подвиге доноров и сотрудников службы крови в военные годы и в настоящее время, повод для выражения благодарности донорам за совершенные

Переливание крови и ее продуктов помогает продлить жизнь пациентов, страдающих от состояний, которые представляют угрозу -для жизни, улучшить качество их жизни.

Ежедневно кровь требуется пострадавшим от ожогов и травм, жертвам автомобильных аварий, женщинам во время тяжелых родов, при проведении сложных операций, больным онкологическими и гематологическими заболеваниями. Необходимо, чтобы донорство было регулярным, а нф экстренным - только так можно обеспечить постоянный запас безопасных компонентов крови, в т.ч. для пострадавших в чрезвычайных ситуациях.

«Максимум пользы больному - никакого вреда донору!» - этот принцип неукоснительно соблюдается работниками Службы крови. В организме взрослого человека около пяти литров крови, это 6-8% от общей массы тела. Для здорового взрослого человека изъятие стандартной дозы крови 450 мл или плазмы не более 750мл, с соблюдением правил поведения перед донацией (соблюдение интервалов между донациями, питание, отдых и др.) не влияет на его самочувствие и физиологические функции. Перед каждой сдачей крови донор обязательно проходит бесплатное медицинское обследование и только при отсутствии противопоказаний допускается к донации. Доноры, постоянно сдающие кровь - одни из самых здоровых людей. Польза донорства: адаптация организма: вырабатывается устойчивость к кровопотере при авариях, несчастных случаях, ожогах, тяжелых операциях; продление молодости за счет стимуляции кроветворения, самообновления организма; профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы; активизация систем иммунной защиты, профилактика нарушений пищеварения, атеросклероза, деятельности печени, поджелудочной железы; активизация всех функций и систем организма; регулярная сдача крови поддерживает уровень холестерина на низком уровне.

Сотрудники станции переливания крови гарантируют донору полную безопасность:

используются только одноразовые иглы-копья для взятия крови из пальца,

все процедуры забора крови выполняются с применением одноразовых стерильных систем;

новое, стерильное, доступное оборудование используется для каждого донора, таким образом нет никакого риска получить инфекцию, сдавая кровь. Кроме того, работник службы крови всегда сосредоточен на безопасности, строго следуя правилам и требованиям донорства, чтобы впоследствии не было проблем ни у донора, ни и пациента, который получит эту кровь.

Основные требования к потенциальным донорам: возраст от 18

до 65 лет, вес не менее 50 кг, хорошее здоровье на момент сдачи крови.

Как подготовиться к донации (сдаче крови):

- Накануне и в день сдачи крови запрещено употреблять жирную, жареную, острую и копченую пищу, колбасные изделия, а также мясные, рыбные и молочные продукты, яйца и масло (в т.ч. растительное), шоколад, орехи, финики, авокадо, свеклу, бананы.

- Пить сладкий чай с вареньем, соки, морсы, компоты, минеральную воду; есть хлеб, сухари, сушки, отварные крупы, макароны на воде без масла, овощи и фрукты, за исключением авокадо, свеклы, бананов. ^

- За 48 часов до визита в учреждение службы крови нельзя употреблять алкоголь, а за 72 часа — принимать лекарства, - содержащие аспирин и анальгетики.

- За час до процедуры следует воздержаться от курения.

- Лучше всего на кровопотерю организм реагирует в утренние часы, чем раньше происходит донация, тем легче переносится эта процедура. После 12:00 сдавать кровь рекомендуется только постоянным донорам.

- Не следует планировать донацию после ночного дежурства или бессонной ночи.

- Не стоит планировать сдачу крови непосредственно перед экзаменами,

соревнованиями, на время особенно интенсивного периода работы.

Абсолютными противопоказаниями для сдачи крови являются наличие таких серьезных заболеваний как ВИЧ-инфекция, вирусные гепатиты, туберкулез, онкологические и сердечно-сосудистые заболевания, болезни крови.

Временные противопоказания для сдачи крови действуют лишь на определенный срок в зависимости от причины, например:

• удаление зуба (10 дней),

• нанесение татуировки, пирсинг или лечение иглоукалыванием (1 год),

• ангина, грипп, ОРВИ (1 месяц с момента выздоровления),

• менструация (5 дней со дня ее окончания),

• период беременности и лактации (1 год после родов, 3 месяца после

окончания лактации).

Периодические донации крови оказывают благоприятное стимулирующее воздействие на организм донора.

Департамент здравоохранения Ивановской области призывает жителей Ивановской области поддержать донорское движение. Ваше участие поможет сохранить чью-то жизнь и здоровье, восстановиться после тяжелой болезни, травмы, операции!