

НАША КРОВ - ТЕЖ ВОЮЄ!

Потреба у крові завжди є, особливо нині під час війни. Кожна донція - НАДважлива. Щодня запаси крові потрібні як для порятунку українських воїнів, так і для цивільних людей, які страждають від агресії. Окрім того, донорська кров потрібна і в тилу - для прийому пологів, здійснення різноманітних трансплантацій тощо.

Нагадування

 Якщо ви підходите на роль донора та вирішили ним стати, то ось поради, які стануть вам у нагоді перед донцією:

✗ Напередодні та у день здачі крові не вживайте жирну, смажену, гостру і копчену їжу, а також молочні продукти, йогурти, сир, яйця і масло, горіхи, фініки, банани, сосиски, ковбасу, балик, шинку, чіпси, сухарики, халву, насіння, снеки, кетчуп, майонез, магазинні соуси, маринади, солодкі магазинні напої.

✗ Натще здавати кров не потрібно!

✓ Пийте солодкий чай, сік, морс, компот, мінеральну воду і їжте хліб, сухарики, варені крупи, макарони на воді без масла, овочі та фрукти.

✓ Вранці легко поснідайте, а перед самою процедурою випийте солодкий чай.

✓ Після 12:00 здавати кров рекомендується лише постійним донорам.

✗ Не плануйте на день здачі крові серйозних справ, інтенсивного фізичного навантаження, прийом алкоголю. Окрім того, в цей день бажано не управляти транспортними засобами через емоційне збудження.

✗ НЕ МОЖНА ✗:

 за 48 год до візиту на станцію переливання вживати алкоголь,

 за 72 год - приймати ліки, що містять аспірин і анальгетики;

 за 48 год - їсти буряк;

 за 72 год - їсти чорницю;

 за 1 год - куріння.

 Аби стати донором:

✓ Зверніться до центру крові.

✓ Запишіться телефоном у базу донорів у центрах крові свого міста. Всі медичні заклади, які роблять запаси крові, мають власну базу донорів і за потреби крові зв'язуються з ними.

✓ При собі потрібно мати паспорт з реєстрацією (або свідоцтво про тимчасову реєстрацію, водійські права чи закордонний паспорт) в тому регіоні, де здається кров.

!! !! Однак, варто пам'ятати, що не всі люди можуть бути донорами **!! !!**

XX Донорами НЕ МОЖУТЬ бути **XX**:

🔴 Особи, які мають гемотрансмісивні захворювання (СНІД, ВІЛ-інфекція, сифіліс, вірусні гепатити, туберкульоз, бруцельоз, висипний тиф, туляремія, лепра, ехінококоз, токсоплазмоз).

🔴 Особи, які мають соматичні захворювання (злоякісні новоутворення, хвороби крові, органічні захворювання ЦНС, повна відсутність слуху і (або) мовлення, серцево-судинні захворювання, хвороби органів дихання, органів травлення, нирок і сечовивідних шляхів у стадії декомпенсації, дифузні захворювання сполучної тканини, променева хвороба, залишкові явища увеїту, псоріаз, еритродермія, екземи, червоний вівчак, пухирчасті дерматози, грибкові ураження шкіри, остеомієліт.

🔴 Особи, які мали оперативні втручання з приводу ампутації або резекції органа і трансплантації органів чи тканин.

🔴 Особи, які страждають алкоголізмом, наркоманією та формами ризикованої сексуальної поведінки, яка може призвести до серйозних інфекцій, що передаються через кров.

🔴 Особи з психічними захворюваннями.

🔴 Жінки у період вагітності та лактації тощо.

!! Допоможіть тим, кому це зараз так необхідно **!!**