14 мая – Всемирный день донора крови. Стань донором! Вопросы и ответы



Большинство  людей знают о донорстве очень мало и потому доверяют самым необоснованным мифам и слухам. Существует  множество  заблуждений.

Например:

**1.Заблуждение - Вопрос:**

Во время сдачи крови и ее компонентов можно заразиться какой-нибудь неприятной болезнью.

Ответ:

Сдача  крови  безопасна для донора —  отделение  переливания  крови  обеспечено одноразовым, стерильным  материалом  и  инструментарием,  индивидуальными системами.

Шприцы и иглы  одноразового  пользования  вскрывают  только в присутствии  донора. После  использования  они  уничтожаются.

**2.Заблуждение - Вопрос:**

Донорство — это больно  и  опасно  для  здоровья.

Ответ:

Тысячи доноров сдают кровь по 40 и более раз. Для  того чтобы узнать свои ощущения от укола иглы, достаточно  ущипнуть  кожу  на внутренней  поверхности  локтевой  области.

Безопасность:

здоровые доноры, которые сдают кровь регулярно — это основа донорского движения и гарантия того, что в нужный момент донорской крови хватит для спасения жизни нуждающегося в переливании. Поэтому одним из ключевых приоритетов учреждений Службы крови является обеспечение 100 %-й безопасности процедуры сдачи крови для донора.

Для решения этой задачи принимаются следующие меры:

За здоровьем доноров ведется постоянное медицинское наблюдение. Первичный донор попадает к врачу-трансфузиологу после медицинского обследования и клинико-лабораторного исследования крови. Регулярные доноры ежегодно проходят медицинское обследование, включающее сдачу анализов, проведение рентгеноскопического (или флюорографического) обследования органов грудной клетки, электрокардиографии и др.

Для забора крови используются только стерильные одноразовые инструменты. Повторное использование инструментов исключено. Для плазмафереза и тромбоцитафереза  используются т. н. закрытые системы, в которых забор крови производится автоматически на специальном оборудовании, при минимальном вмешательстве медицинского персонала.

**3.Заблуждение - Вопрос:**

У меня распространенная группа крови, моя кровь не нужна.

Ответ:

Именно  такая  кровь  нужнее  всего! Если  она  так  распространена  среди  здоровых, то она  так  же распространена  и  среди  больных. Кровь  всех  групп — и распространенных, и  редких — требуется  постоянно.

**4.Заблуждение - Вопрос:**

Кровь  можно  сдавать только по пятницам, чтобы  отдохнуть  после  кроводачи. Плохое  самочувствие  во  время  и  после  кроводачи.

Ответ:

Кровь  можно  сдавать  в  любой  будний  день.

Что касается самочувствия во время кроводачи, то у некоторых людей наблюдается легкое головокружение. Недомогание может быть вызвано снижением уровня гемоглобина, что вызывает понижение давления. Однако обычно организм здорового человека с этим легко справляется.

Непосредственно после сдачи крови посидите расслабленно в течение 10–15 минут.

Если вы чувствуете головокружение или слабость, обратитесь к персоналу. Самый простой способ победить головокружение: лечь на спину и поднять ноги выше головы, либо сесть и опустить голову между колен.

Воздержитесь от курения в течение часа до и после кроводачи.

Не снимайте повязку в течение 3–4 часов, старайтесь, чтобы она не намокла.

Старайтесь не подвергаться значительным физическим нагрузкам в течение суток.

Воздержитесь от употребления алкоголя в течение суток.

Старайтесь обильно и регулярно питаться в течение двух суток.

Употребляйте повышенное количество жидкости в течение двух суток.

Прививки после сдачи крови разрешаются не ранее чем через 10 суток.

Ограничений по вождению автомобиля в день кроводачи нет.

В целях безопасности донорства также важно соблюдать правила, установленные медиками.

**5.Заблуждение - Вопрос:**

Донорство  вредно, так  как  регулярные  кроводачи  заставляют  организм  вырабатывать кровь  в  большем объеме, что, в  конечном  итоге, вредно  для  здоровья  и  вызывает зависимость  от  кроводач.

Ответ:

Донорство  не  наносит  вреда  организму  здорового  человека, а  кроводачи  не  могут вызвать  привыкание, так как организм  человека  эволюционно  приспособлен  к кровопусканиям. Многолетние  наблюдения  за  донорами, сдающими  кровь  на протяжении  длительного  времени, не  выявили  у  них  никаких  отклонений, связанных  с кроводачами.

Кровопускание  в  научно  обоснованных  дозах  обладает  некоторым  стимулирующим эффектом, поэтому  доноры, в  большинстве  своем, активные  и  жизнерадостные  люди. Окружающими  это  иногда  расценивается  как «зависимость» от  кроводач.

Регулярные  кроводачи  не  заставляют организм «вырабатывать  больше  крови», зато приучают  его  быстрее восстанавливаться  после  кровопотери.

**6.Заблуждение - Вопрос:**

Я  готов  сдать  кровь, но в экстремальном  случае — если  произойдет  теракт, авиакатастрофа и пр. Это важнее, чем  сдавать  кровь  в  обычном  режиме, тем  самым будет  спасено  больше людей.

Ответ:

Для  больных  людей  каждая  потерянная  минута — экстремальный  случай.

В любую  минуту  и  в  любом  месте  может  произойти  несчастное  происшествие  с потерей  крови  у пострадавших.

Сдача  крови  и  ее  компонентов, а  также  обследование  этой  крови  на  инфекционные  заболевания   занимает некоторое  время, а  кровь   может  понадобиться  немедленно.

Необходимо, чтобы  донорство  было  регулярным, а  не  экстренным — только  так можно  обеспечить  постоянный запас  компонентов  крови, в  т.ч. для  пострадавших  в чрезвычайных  ситуациях.

Кровь  нужна  больным  и  пострадавшим  круглый  год. Поэтому  очень  важно  регулярное  донорство, позволяющее обеспечить  нормальный  уровень  обеспечения донорской  кровью  и  компонентами  постоянно и  в  масштабах всей  страны.

Регулярно  сдающий  донор — это  донор, кровь  которого  наиболее  безопасна  в  силу регулярного  обследования и  наблюдения  за  состоянием  его  здоровья. Из  потенциала повторно  и  неоднократно  сдающих  доноров формируется  система  «кадровых доноров», из  которых  затем  может  быть  сформирована  группа «экстренного» резерва.

**8.НАКОНЕЦ, САМОЕ  ОПАСНОЕ  ЗАБЛУЖДЕНИЕ**

Меня это не касается.

Ответ:

Любому  человеку  может  в  какой-то  момент  понадобиться  донорская  кровь.

По  статистике, каждый  третий  человек  в  течение  своей  жизни  нуждается  в  переливании  крови. И сегодня  Вы можете  стать  донором  и  помочь.

***Могу ли я стать донором?***

С  одной  стороны, стать  донором  может  абсолютно  любой  здоровый  гражданин Республики  Беларусь, если  он старше 18 лет; имеет  прописку  или  регистрацию  в регионе, где  предполагается  кроводача, сроком  не  менее 6 месяцев; не  имеет противопоказаний  к  донорству, а  его  вес  больше 50 кг.

С другой стороны, стать  донором  крови  может  только Человек  с  большой  буквы. Человек, который  готов  встать пораньше, потратить  свое  время, чтобы  спасти  чью-то жизнь.

Рецько Ж.Ч. врач трансфузиолог