

ŚRODA Z PROFILAKTYKĄ

Krwiodawstwo w czasach COVID-19

Krew to dar bezcenny. Krwi nie można wyprodukować w laboratorium – krwi, ani żadnych produktów krwiopodobnych, nie da się uzyskać sztucznie. Jediną jej fabryką jest ludzki organizm. Dlatego tak ważnym jest nieustanne promowanie oddawania krwi.

Oddając jedną jednostkę krwi, ratujesz życie aż trzech osób.

Oddając krew 4 lub 6 razy do roku, możesz uratować nawet 24 osoby!

Kto może oddać krew?

Dawca krwi powinien być w wieku **18-65 lat**, ważyć **powyżej 50 kg**, a także wziąć ze sobą **dokument tożsamości ze zdjęciem**, a około dwie godziny przed oddaniem krwi **zjeść lekki, niskotłuszczowy posiłek**. W dniu oddania krwi oraz w dniu poprzedzającym nie wolno spożywać alkoholu! Pół godziny przed oddaniem nie należy również palić papierosów.



Gdzie i kiedy oddać krew?

Krew można oddać w **siedzibach Regionalnych Centrów Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa** na terenie całej Polski, w ich oddziałach terenowych, a także w **punktach mobilnych**, które codziennie znajdują się w różnych lokalizacjach. Kalendaria oraz

wszystkie adresy dostępne są na stronach internetowych RCKiK. Niedobory krwi i jej składników występują okresowo **w ciągu całego roku**, a najdłużej utrzymują się w okresie wakacyjnym.

Jak często można oddawać krew?

Krew pełna może być pobierana nie częściej niż **6 razy w roku od mężczyzn** i nie częściej niż **4 razy w roku od kobiet** z tym, że przerwa pomiędzy pobraniami nie może być krótsza niż 8 tygodni.



ŚRODA Z PROFILAKTYKĄ

Oddawanie krwi w czasie pandemii koronawirusa

Krew jest potrzebna każdego dnia i żadna epidemia tego nie zmieni. Pomimo wieloletnich badań i prac naukowo – badawczych, nie udało się dotychczas wytworzyć tak cennego leku, jakim jest krew. W ostatnim czasie, z powodu pandemii koronawirusa, większość planowanych zabiegów została odwołana, jednak **wielu pacjentów po wypadkach, przeszczepach oraz w trakcie leczenia chorób nowotworowych potrzebuje krwi**. Obecnie stopniowo przywraca się już wykonywanie planowych zabiegów operacyjnych i coraz bardziej **wzrasta zapotrzebowanie ze strony szpitali** na krew i jej składniki.

Jak teraz wygląda oddawanie krwi?

Przed wyjściem z domu **należy zmierzyć temperaturę**. Osoby z temperaturą powyżej 37,3 °C nie będą mogły oddać krwi i jednocześnie powinny skonsultować się z lekarzem rodzinnym. We wszystkich miejscach poboru krwi znajduje się stanowisko do **wstępnej kwalifikacji**, gdzie Krwiodawca wypełnia wstępną ankietę, dezynfekuje ręce i każdemu Dawcy mierzona jest temperatura (bezdotykovym termometrem). Po wstępnej kwalifikacji Krwiodawca zostaje zarejestrowany i podlega drugiej kwalifikacji (na dotychczasowych zasadach). **Krew może oddać osoba, która m.in. w ciągu ostatnich 14 dni nie przebywała poza granicami Polski, temperatura jej ciała nie przekracza 37,3 °C, nie ma objawów infekcji, nie jest objęta kwarantanną, nadzorem epidemiologicznym i w ciągu ostatnich 14 dni nie miała kontaktu z osobą z potwierdzonym zakażeniem koronawirusem.** Ze względu na obecną sytuację epidemiologiczną **zaleca się zgłaszanie do oddania krwi bez osób towarzyszących**. Dawcy oczekujący do oddania krwi zachowują **niezbędny odstęp**. Każdy Krwiodawca otrzymuje **maseczkę, rękawiczki** i jednorazowy długopis.



Czy oddając krew można się zarazić koronawirusem?

Do pobierania krwi i próbek do badań stosuje się wyłącznie **sprzęt jednorazowego użytku**. **Oddawanie krwi, nawet w czasie pandemii, jest bezpieczne**. Krwiodawcy bez obawy o swoje i swoich bliskich zdrowie mogą zgłaszać się do Regionalnych Centrów Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa, co jest niezbędne, aby sukcesywnie odbudowywać stany zapasów Centrów sprzed epidemii.