

Да ли сте размишљали шта да поклоните за Нову годину? Ми предлагемо да дате крв и поклоните некоме живот.

Ваша крв је неопходна да би нечије здравствено стање било боље. Крв је једини лек који нема замену и не може се добити вештачким путем.

Давање крви није трансфузија. Давање крви је чин добровољног, анонимног и ненаграђеног поступка који за циљ има обезбеђење довољних количина крви и деривата од крви за све грађане којима је она потребна. Трансфузија се примењује у болницама, односно узета и обрађена крв од даваоца се даје пацијентима у ситуацијама и при болестима које не могу да се лече на други начин. Зато је давалац крви прва карика у обезбеђењу безбедне крви за све нас.

Мушкарци могу дати крв сваких 12, а жене сваких 16 недеља, односно мушкарци четири, а жене три пута годишње.

Крв могу дати здраве особе, старости од 18 до 65 година, које се на дан давања крви осећају субјективно добро, наспаване су и пре давања крви су обедовале.

Крв не могу да дају особе које:

- Имају мање од 50 кг
- Имају симптоме прехладе, неке болести или се не осећају добро
- Имају промене на кожи (инфекције, осип и слично)
- Имају сувише висок или низак крвни притисак
- Су се лечиле антибиотицима пре мање од 7 дана
- Су вадиле зуб пре мање од 7 дана
- Су урадиле тетоважу пре мање од 6 месеци
- Су урадиле пирсинг пре мање од 6 месеци
- Су девојке или жене које тренутно имају месечни циклус

Црвени крст Србије и Служба за трансфузију крви пре свега брину да давалац крви буде потпуно безбедан пре, током и после давања крви, те да давање крви не остави апсолутно никакву последицу на даваочево здравље, а да се његовом јединицом крви збрину, уз помоћ трансфузије, пацијенти којима је то потребно.

Посебна припрема за давање крви није потребна, као ни посебан режим после давања крви, али да би се што боље осећали при давању крви, поготово ако је то прво давање, одређени савети би могли да буду од користи.

Препоручује се да пре давања крви особа буде одморна, да је претходне ноћи спавала уобичајено (довољно), да је узела лагани оброк и извесну количину течности - најбоље четири чаше воде сат до два пре давања крви.

Време које је потребно да један добровољни давалац одвоји је између 25 и 35 минута. Чин давања крви почиње тако што се најискреније попуни упитник (подаци су заштићени и ни за шта друго се не употребљавају, служе као веза између даваоца и примаоца и њима располаже само

трансфузиолошка служба). Ако желите да видите упитник пре попуњавања, посетите <http://www.nbti.org.rs/cms/view.php?id=126>.

После попуњавања упитника, медицински техничар ће из капи крви узетој из Вашег прста одредити ниво хемоглобина, а затим следи преглед лекара. Када лекар процени да је давалац способан да да крв, приступа се поступку давања крви. Лежи се на удобним посебно дизајнираним лежајима за ову сврху. Сетом за једнократну употребу медицински техничар ће узети крв. Крв се узима из прегипа лакта где је инервација ослабија (најмање боли), у стандардизованим количинама.

Завој на прегипу лакта немојте скидати следећа два сата. У интересу Вашег здравља је да у наредна два сата не запалите цигарету.

После давања крви останите на акцији још десетак минута и послужите се оброком захвалности.

Тог дана треба да се уноси течности нешто више него уобичајено (за три до четири чаше воде). Могу се обављати уобичајене активности. Треба избегавати тежи физички рад или вежбе као што су подизање терета, билдовање, гурање тешких предмета, најмање четири сата после давања крви. Избегавати журбу, пушење бар два сата, алкохол бар осам сати, дуготрајно стајање, прегрејане просторије. Тог дана не кретати као возач на дуг и напоран пут, нити обављати ризичан посао (нпр. пењање, рад на скели и слично).

Спортом ћете се бавити сутрадан, по давању крви. Иако је давање крви потпуно безбедно, не саветују се напори тог дана из предострожности и бриге за здравље даваоца.

Крв нема замену и нема цену. Дају је добри људи који имају времена, својевољно, за непознатог даваоца, без очекивања надокнаде, према принципима Светске здравствене организације. Дату крв обрађују и припремају за примену трансфузиолошке службе, а примењују је лекари код пацијената код којих на други начин није могуће спасити живот или лечити појединца.

Уколико сматрате да Ваша крв може да нашкоди болеснику, од тренутка доласка до напуштања места прикупљања крви можете да обавестите одговорне да Вашу крв не употребе.