

14 июня – Всемирный День Донора крови - был выбран и учрежден организациями, выступающими за добровольную безвозмездную дачу крови: Международной Федерацией обществ Красного Креста, Международной Федерацией организаций доноров крови и Международным обществом по переливанию крови.

Основная цель Всемирного Дня Донора – повысить понимание гражданами, общественностью, государственными структурами важности донорской крови как ничем незаменимого лекарственного средства для оказания необходимой помощи больным.

Всемирный День Донора крови дает благоприятную возможность для чествования тех, кто уже дает кровь, откликаясь на повсеместно возрастающую потребность в добровольном безвозмездном донорстве крови и плазмы.

В Беларуси 94 250 доноров крови и 10 729 – плазмы.

50 000 человек удостоены знака «Почетный донор Республики Беларусь».

Донорство крови – добровольное жертвование собственной крови или ее компонентов для последующего переливания нуждающимся.

В Республике Беларусь служба переливания крови сформировалась в 1932 году. В стране функционирует оптимальная, рекомендованная ВОЗ система службы крови.

Проблема донорства крови и ее компонентов является одной из наиболее важных для государства и ключевых для отечественного здравоохранения. От ее решения зависит сама возможность и качество оказания высокотехнологичной медицинской помощи в мирное время и в чрезвычайных ситуациях.

На протяжении последних лет в стране сформировались подходы и основные принципы национальной политики обеспечения безопасности компонентов донорской крови:

- Законодательная поддержка донорства, заготовки и переливания компонентов крови, разработка директивной и нормативно-правовой документации по обеспечению безопасного их применения;
- Комплектование базы донорских кадров из групп населения с низкой степенью риска заражения вирусными инфекциями;
- Обследование донорской крови на маркеры возбудителей инфекций, передающихся с кровью, с использованием современных методов их выявления, налажена и активно функционирует 3-х ступенчатая система обследования донорской крови на маркеры вирусных инфекций: скрининг, арбитражные и ПЦР – обследования;
- Для обеспечения инфекционной безопасности переливаемых компонентов введена система долгосрочного хранения донорской плазмы;
- Полное самообеспечение страны качественными компонентами и препаратами крови и создание их достаточных запасов;
- Эффективное и адекватное клиническое применение компонентов и препаратов крови;

Переход в производственной деятельности организаций переливания крови страны на Евростандарты.

Чтобы не возникало проблем в обеспечении лечебных учреждений кровью и ее препаратами, необходимо, чтобы из каждой тысячи населения донорами были 40-60 человек. Такой уровень достигнут во всех развитых странах. В странах Европейского сообщества люди дают кровь совершенно бескорыстно, не рассчитывая ни на какие вознаграждения и льготы.

Для здорового взрослого человека изъятие стандартной дозы крови - 450 мл не влияет на его самочувствие и физиологические функции. Тем более что сдачу крови предваряет тщательное врачебное обследование, будет риск здоровью донора - врач не допустит.

Кроводача - это процесс, к которому организм человека приспособлен эволюционно: травмы, войны. В умеренных дозах кровопускание обладает оздоравливающим эффектом.

Польза донорства:

- профилактика организма: устойчивость к кровопотере при авариях, несчастных случаях, ожогах, тяжелых операциях;

- продление молодости за счет стимуляции кроветворения, самообновления организма;

- профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы;

- профилактика болезней иммунной системы, нарушений пищеварения, атеросклероза, деятельности печени, поджелудочной железы;

- выведение лишнего балласта из организма: избытка крови и ее элементов;

- моральное удовлетворение от доброго дела.

Происходит активизация системы кроветворения - клеток красного костного мозга и стимуляция иммунитета. Сказывается некоторая разгрузка органов, которые участвуют в утилизации умирающих эритроцитов: селезенка, печень.

Последние данные говорят, о снижении общего риска развития ишемической болезни сердца, тромбообразования, атеросклероза.

Донорство полезно для здоровья дающего кровь. По данным исследования финских ученых, у мужчин, сдающих кровь, риск инфаркта - в десятки раз меньше; данные американских исследователей подтверждают, что мужчины-доноры гораздо реже страдают сердечными приступами. Регулярная сдача крови поддерживает уровень холестерина на низком уровне.

Ученые выяснили, что люди, которые регулярно сдают кровь, страдают от инфарктов, ишемической болезни сердца в десятки раз реже, чем те, кто кровь не сдает.

Сдача крови полезна для профилактики всех "болезней накопления" - атеросклероза, подагры, нарушений пищеварения, деятельности поджелудочной железы, печени, основного обмена. Да и для профилактики болезней иммунной системы кроводачи

полезны: ведь это тоже связано с обновлением организма. В научно обоснованных дозах кровопускание обладает стимулирующим эффектом. Таким образом, доноры, постоянно сдающие кровь – одни из самых здоровых людей на планете! По данным ВОЗ доноры крови, постоянно дающие кровь живут в среднем на 5 лет больше среднестатистического человека. Государство заботится о безопасности здоровья и пациентов и доноров крови.

Вся донорская кровь проходит карантин и неоднократно тестируется с целью исключения риска вирусного заражения пациентов, для которых она предназначена. Доноры также могут не опасаться за свое здоровье – все процедуры забора крови выполняются с применением одноразовых стерильных систем, под контролем врача.

Памятка донора

«Максимум пользы пациенту - никакого вреда донору» - этот принцип неукоснительно соблюдается работниками Службы крови. Посещение донором станции переливания крови начинается с врачебного осмотра и проведения анализа крови. Это - постоянный и бесплатный контроль состояния Вашего здоровья! При обращении на станцию переливания крови гражданин, желающий стать донором, должен иметь паспорт с местной регистрацией.

Все необходимые исследования проводятся на Станции переливания крови. Некоторое количество сданной донором крови забирается для анализов. Определяются: группа крови и резус-фактор; данные общего анализа крови (гемоглобин, лейкоциты, эритроциты, СОЭ, РОЭ); наличие (или отсутствие) заболеваний, передаваемых кровью. Таких, как сифилис, ВИЧ, гепатиты В и С, холецистит и некоторые другие.

Кто может стать донором?

Донором может стать любой дееспособный гражданин в возрасте от 18 лет, прошедший медицинское обследование и имеющий постоянную регистрацию не менее 6 месяцев. Донор - абсолютно надежный человек с хорошим здоровьем.

Какие документы необходимо заполнить?

Перед дачей крови будущий донор заполняет анкеты Станции переливания крови, где должен добросовестно ответить все на вопросы, касающиеся самочувствия и перенесенных заболеваний. От искренности донора зависит как его здоровье, так и здоровье реципиента – человека, которому будет перелита его кровь. Будьте внимательны, заполняя донорские документы! Тем более, что по Закону РФ «О донорстве крови и ее компонентов», "Гражданин, умышленно скрывший или искаживший сведения о состоянии своего здоровья, несет ответственность, установленную законодательством РФ, если такие действия повлекли или могли повлечь существенное расстройство здоровья реципиентов".

Сколько крови забирается во время кроводачи?

Первичные и регулярные доноры сдают 350 - 450 мл крови - в зависимости от самочувствия и показаний, результатам врачебного осмотра и лабораторного исследования.

В зависимости от периодичности дачи крови и её компонентов, определены следующие категории доноров:

- активные (кадровые) доноры, имеющие 3 или более кроводач в году
- доноры резерва, имеющие менее 3-х кроводач в году.

Если донор сдает кровь впервые, у него возьмут 250 - 350 мл крови. Повторные и регулярные доноры сдают 450 или 350 мл - в зависимости от самочувствия и показаний по результатам врачебного осмотра и данных предварительного лабораторного исследования крови.

Донору полагается:

2 отгула (день дачи крови + день по выбору донора);

- экспресс-определение группы крови;
- общий анализ крови (определение уровня гемоглобина);
- анализы крови на ВИЧ, сифилис, вирусные гепатиты В и С;
- осмотр врача.

Возможно ли инфицирование донора?

Инфицирование донора исключено. Для каждого донора подготовлена своя индивидуальная одноразовая система для забора крови.

Как часто можно сдавать кровь?

Мужчины могут сдавать кровь не более 5 раз в год, женщины – не более 4 раз в год. После кроводачи снова сдавать кровь можно только через 60 дней, плазму – через 30 дней. После пяти регулярных донаций крови рекомендуется делать перерыв не менее 3 месяцев. После дачи плазмы должно пройти не менее 14 дней, прежде чем донор сможет снова сдавать плазму или кровь.

Как подготовиться к сдаче крови?

Накануне и в день сдачи крови не рекомендуется употреблять жирную, жареную, острую и копченую пищу, а также молочные продукты, яйца и масло.

Натощак сдавать кровь не следует. Можно пить сладкий чай с вареньем, соки, морсы, компоты, минеральную воду; употреблять хлеб, сухари, сушки, отварные крупы, макароны на воде без масла, овощи и фрукты.

За 48 часов до визита на станцию переливания нельзя употреблять алкоголь, а за 72 часа — принимать лекарства, содержащие аспирин и анальгетики.

Утром нужно легко позавтракать, а непосредственно перед процедурой донору положен сладкий чай.

В течение часа до и после кроводачи следует воздержаться от курения.

Не следует сдавать кровь после ночного дежурства или бессонной ночи.

Не планируйте сдачу крови непосредственно перед сдачей экзамена, перед соревнованиями, в период интенсивной работы.

После кроводачи:

Воздержитесь от курения в течение часа до и после кроводачи.

Не снимайте повязку в течение 3–4 часов.

Старайтесь не подвергаться значительным физическим нагрузкам в течение двух 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.

Ограничений по вождению автомобиля в день кроводачи нет.

Болезненна ли процедура сдачи крови?

Ощущения от кроводачи, как и любые другие, очень индивидуальны. Большинство доноров не испытывает болезненных ощущений во время кроводачи.

Обычный организм здорового человека легко справляется с возможным небольшим головокружением непосредственно после сдачи крови. Многие доноры никаких изменений в своем самочувствии не обнаруживают. Некоторые после кроводачи испытывают "прилив бодрости", готовность и желание «отлично поработать». Тем не менее, рекомендуется воздержаться от нагрузок день кроводачи и воспользоваться заслуженным выходным. Но практически каждый донор ощущает массу положительных эмоций от осознания того, что решился, совершил доброе дело, помог спасти чью-то жизнь.