



Российский
Красный Крест
ДОНОРСТВО



ДОНОРСТВО.РКК
ДОНОРЫ НУЖНЫ КАЖДЫЙ ДЕНЬ

КАЖДЫЙ ТРЕТИЙ ЖИТЕЛЬ ЗЕМЛИ

ОДИН РАЗ В ЖИЗНИ НУЖДАЕТСЯ В ДОНОРСКОЙ
КРОВИ

1,5 млн

россиян нуждаются
в донорской крови ежегодно

3 донора

в среднем, нужно на одного реципиента

ТЫ МОЖЕШЬ СТАТЬ ДОНОРОМ ЕСЛИ:



+ Ты старше 18 лет

+ Твой вес более 50 кг

+ Не имеешь других противопоказаний по здоровью:

- А) Абсолютные
- Б) Временные



ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

АБСОЛЮТНЫЕ

- ВИЧ-инфекция
- сифилис
- вирусные гепатиты
- туберкулёз
- болезни крови
- онкологические заболевания
- другие
- болезни системы кровообращения

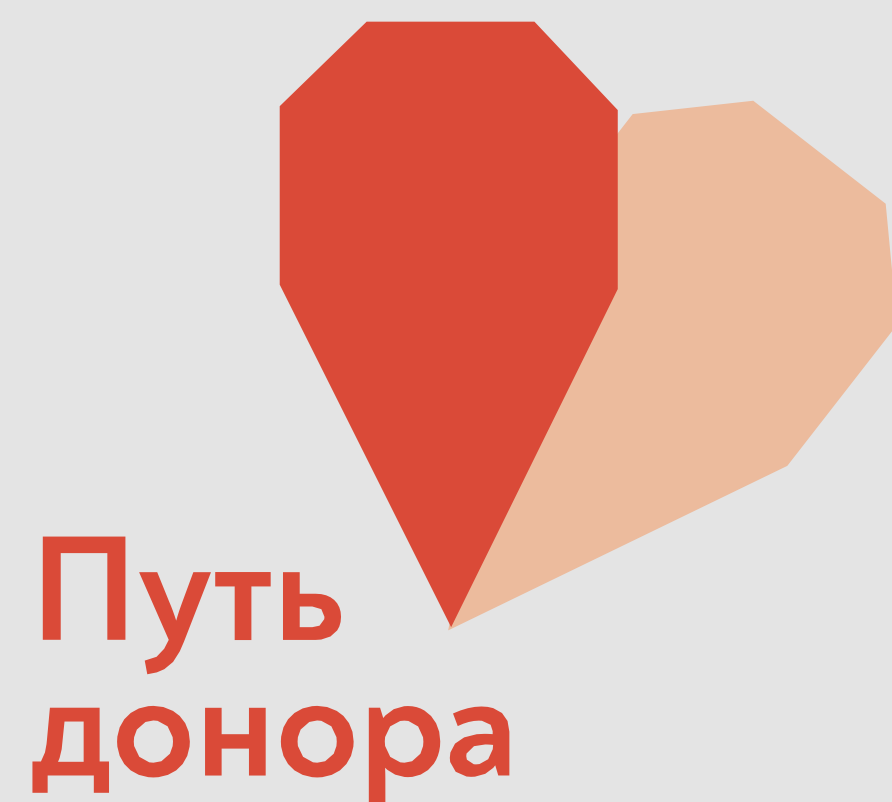
ВРЕМЕННЫЕ (самые популярные)

- удаление зуба (7 дней)
- нанесение татуировки, пирсинг или лечение иглоукалыванием (120 дней)
- ангина, грипп, ОРВИ (14 дней с момента выздоровления)
- менструация (5 дней)
- аборт (120 дней)
- период беременности и лактации (365 дней после родов, 90 дней после окончания лактации)
- прививки (от 14 дней)

КУЛЬТУРА
ДОНОРСТВА

ДО ДОНАЦИИ НЕЛЬЗЯ

- Финики
- Молоко
- Колбасные изделия
- Бананы
- Курение (1 час)
- Алкоголь (48 часов)
- Аспирин и анальгин (72 часа)
- Жирная пища



ПОСЛЕ ДОНАЦИИ РЕКОМЕНДУЕТСЯ

1. Посидеть
2. Пить больше воды
3. Хорошо и плотно питаться

ПОСЛЕ ДОНАЦИИ ЗАПРЕЩЕНО

1. Курение (2 часа)
2. Снимать повязку (3 часа)
3. Употребление алкоголя (24 часа)
4. Физические нагрузки (24 часа)

МАРШРУТ ДОНОРА



КАК ЧАСТО МОЖНО СДАВАТЬ КРОВЬ

ИСХОДНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ	ПОСЛЕДУЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ			
	Кроводача	Плазмаферез	Тромбоцитаферез	Эритроцитаферез
Кроводача	60	30	30	90
Плазмаферез	14	14	14	14
Тромбоцитаферез	14	14	14	14
Эритроцитаферез	180	90	60	180

**МИФЫ, КОТОРЫЕ МЕШАЮТ ЛЮДЯМ
СДЕЛАТЬ ШАГ НА ПУТИ К ДОНОРСТВУ**

МИФ

Кровь нужна ТОЛЬКО в экстренных случаях

- 1/3 население Земли хоть раз в жизни необходимо было переливание
- Запасы крови должны поддерживаться учреждениями Службы крови 24/7 в необходимом в рамках потребностей количестве.
- Донорство должно быть регулярным
- Кровь постоянного ответственного донора проходит постоянную проверку на вирусы и поэтому наиболее безопасна для реципиента

МИФ

Донорство — это вредно

- В пунктах сдачи крови используют только одноразовое и стерильное оборудование
- Продолжительность жизни регулярного донора в среднем выше (по данным ВОЗ)
- Регулярное донорство снижает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний
- Каждая донация улучшает обмен веществ в организме
- После донации происходит активизация системы кроветворения

МИФ

У меня популярная группа крови, и без меня найдутся доноры

- Потребность в любой группе крови, и редкой и распространенной, достаточно высока
- Логично, что если группа крови распространена среди доноров, то и среди реципиентов она распространена тоже

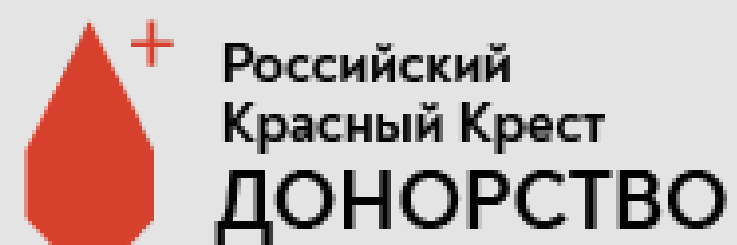
МИФ

Процесс сдачи крови — это больно

- Для того, чтобы узнать свои ощущения от укола, достаточно ущипнуть кожу на внутренней поверхности локтевой области
- Сдача цельной крови занимает не более 15 минут
- Сдача компонентов крови длится дольше – от 40 минут (плазма), но не дольше 90 минут (тромбоциты)

КОНТАКТНЫЕ ДАННЫЕ

donor@redcross.ru



ДОНОРСТВОРКК.РФ