

 Národná transfúzna služba SR	Národná transfúzna služba SR, pracovisko Trenčín Legionárska 28, 911 71 Trenčín Informačný leták Kto môže byť darcom krvi?	 Národná transfúzna služba SR
---	--	---

- každá duševne a fyzicky zdravá osoba **vo veku od 18 do 60 rokov** (pri pravidelnom darovaní do 65 roka) a váži viac ako **50 kg**
- osoba, ktorá **neprekonala infekčnú žltáčku typu B, C** a nebola posledných 6 mesiacov v styku s chorými na toto ochorenie (iné vážne **infekčné ochorenia** treba konzultovať s lekárom transfúziologického pracoviska)
- osoba, ktorá **nie je nosičom HIV** (vírus spôsobujúci ochorenie AIDS) **nemala v poslednom roku sexuálneho partnera HIV pozitívneho nepatrí k rizikovým skupinám prenosu HIV**, a to
 - narkomani podávajúci si drogy vnútrožilovo alebo vnútrosvalovo
 - mužskí a ženskí prostitúti
 - jedinci používajúci neobvyklé sexuálne praktiky
- osoba, ktorá **nie je závislá na alkohole a drogách** a drogy neužívala v minulosti
- osoba, ktorá je
 - 4 týždne **po doužívaní ATB** (antibiotík)
 - 2 týždne **bez hnačky, bez horúčky**
 - 1 týždeň **po zubnom ošetrovaní** (extrakcia zuba)
 - aktuálne **bez herpesu**
 - aktuálne **mimo menzes** (+/- 3 dni), **tehotenstvo a dojčenie**
 - 6 mesiacov **po väčšom operačnom zákroku**
 - 6 mesiacov **po akupunktúre**
 - 6 mesiacov **po tetovaní alebo piercingu**
 - 6 mesiacov **po transfúzii krvi alebo plazmy**
 - 6 mesiacov **po endoskopickom vyšetrení**
(gastrofibroskopia, rektoskopia, cystoskopia, vnútrožilová kanylácia)
 - 6 mesiacov **po pôrode alebo ukončení gravidity a nekoji**
 - 4 týždne **po návrate z Kanady, Egyptu, Portugalska** (West Nile virus)
 - 4 týždne **po návrate z oblasti výskytu vtácej chrípky (juhových. Ázia)**
 - 6 mesiacov **po návrate z tropických oblastí**
- osoba, ktorá **neužíva pravidelne dlhodobo lieky**, dovoľené sú:
 - vitamíny
 - hormonálne antikoncepcia
 - postmenopauzálna a substitučná hormonálna liečba
 - hypnotiká užívané príležitostne pred spaním
 - príležitostne užívané analgetiká

Muži môžu darovať krv s odstupom **2 mesiacov** po odbere **maximálne 4x do roka.**
Ženy môžu darovať krv s odstupom **3 mesiacov** po odbere **maximálne 3x do roka.**

	Národná transfúzna služba SR, pracovisko Trenčín Legionárska 28, 911 71 Trenčín	
	Informačný leták Poučenie - ako sa pripraviť na odber krvi?	

Niektoré pokrmy môžu ovplyvniť zloženie krvi tak, že ju nemožno použiť pre liečebné účely.

Z tohoto dôvodu

- **Nejedzte 14 hodín pred odberom žiadne tučné jedlá!**

(maslo, mlieko, smotanu, syr, vajcia, masťné mäso, slaninu, klobásu, mäsové polievky, smažené jedlá, čokoládu, orechy a pod.).

- **Nie je však vhodné, aby ste hladovali!**

Doporučujeme ľahké raňajky. Môžete jesť netukové pečivo, sucháre, chlieb s medom a zaváraninou, ovocie, zeleninu a pod.

- **V príjme tekutín sa neobmedzujte!**

Môžete vypiť šálku čiernej kávy, čaj, minerálku a ovocné šťavy. Nepite alkoholické nápoje!!

- **Doprajte si dostatok spánku, aby ste boli plní energie!**

- **Pred odberom nefajčite!!**

Naším cieľom je, aby ste mali príjemný pocit počas celého odberu krvi a aj úspešný zvyšok dňa po jeho absolvovaní.

Za spoluprácu a ochotu darovať krv ďakujeme.

Cesta darcu pri odbere krvi



Vyplnenie dotazníka darcu krvi

Prosíme Vás, najskôr si pozorne prečítajte informácie pre darcov krvi a potom zodpovedajte otázky v dotazníku tak, že zakrúžkujete správne odpovede. Ak niečomu nerozumiete radi Vám pomôžeme. Nezabudnite na Váš podpis na konci dotazníka.



Prihlásenie v evidencii darcov krvi

Naša pracovníčka evidencie Vás pred odberom zaregistruje a to na základe platného občianskeho preukazu alebo cestovného pasu a kartačky poistenca. Prosíme Vás, predkladajte pri každom ďalšom darovaní krvi Váš preukaz darcu krvi a upozornite nás na zmeny Vašich identifikačných údajov (adresa, priezvisko, číslo mobilného telefónu).



Predodberové vyšetrenie: stanovenie orientačnej krvnej skupiny a hodnoty hemoglobínu

Pred odberom krvi Vám bude vyšetrená orientačná krvná skupina a hemoglobín z kapilárnej krvi (z prsta), aby bola u Vás vylúčená chudokrvnosť. Tento odber sa robí vo Vašom záujme, aby ste neboli ohrození odberom krvi. Následne absolvujete malé občerstvenie.



Lekárske vyšetrenie a zhodnotenie Vašej spôsobilosti na darovaní krvi

Postupujete ďalej k lekárovi na vyšetrenie. Počas neho budete informovaný o darcovstve krvi, prediskutuje s Vami otázky v dotazníku, vyšetří Vás a na základe všetkých nálezov zhodnotí Vašu spôsobilosť darovať krv. V prípade, ak nebudete môcť krv darovať, vysvetlí Vám dôvody, prípadne Vám odporučí ďalšie potrebné vyšetrenia.



Odber krvi

Bude Vám sterilným jednorazovým materiálom odoberatých 450 ± 50 ml krvi, tento objem nepredstavuje pre zdravého človeka žiadne riziko. Prosíme Vás, ak sa však počas odberu nebudete cítiť dobre, ihneď nám to oznámte. Na začiatku odberu sa Vám odoberie ešte pár mililitrov krvi do skúmaviek. Tieto vzorky sú potrebné na laboratórne vyšetrenia (krvnej skupiny, testov na HIV, hepatitídu B a C, syfilis). V prípade, že výsledky nie sú v norme, budeme Vás informovať.



Ošetrovanie miesta vpichu, fáza odpočinku

Vedľajším účinkom - ako sú pokles krvného tlaku, modriny a krvácanie - sa dá predchádzať. Preto by ste si mali 10 minút po odbere odpočinúť na lôžku. Prosíme nechajte si ruku, z ktorej ste darovali krv vystretú a tlačte si minimálne 10 minút na miesto vpichu. Potom by ste mali ešte 5 minút sedieť (ako preventívne opatrenie na stabilizáciu krvného tlaku).



Občerstvenie

Po absolvovaní odberu krvi Vás pozývame na občerstvenie. Vyberte si z našej ponuky nápojov, nahradíte tak tekutiny stratené pri odbere krvi a zjedzte croissant. Pokiaľ sa po odbere zúčastníte verejnej premávky, počkajte minimálne 30 min. Odporúčame Vám po odbere krvi nepiť alkohol, vynechať fyzickú námahu a minimálne 1 hodinu nefajčiť, ideálne vôbec.



Vybavenie administratívy v evidencii darcov krvi

S Vaším dotazníkom si prejdite opäť do evidencie darcov krvi. Tu bude vybavená všetka administratíva (potvrdenie do práce, do poisťovne, návrh na Janského plaketu a pod.).

Ďakujeme za Vašu ochotu pomôcť a tešíme sa opäť na Vás či už na našich mobilných odberoch krvi v teréne alebo na našom pracovisku v Trenčíne.

kolektív NTS SR pracovisko Trenčín

www.ntssr.sk