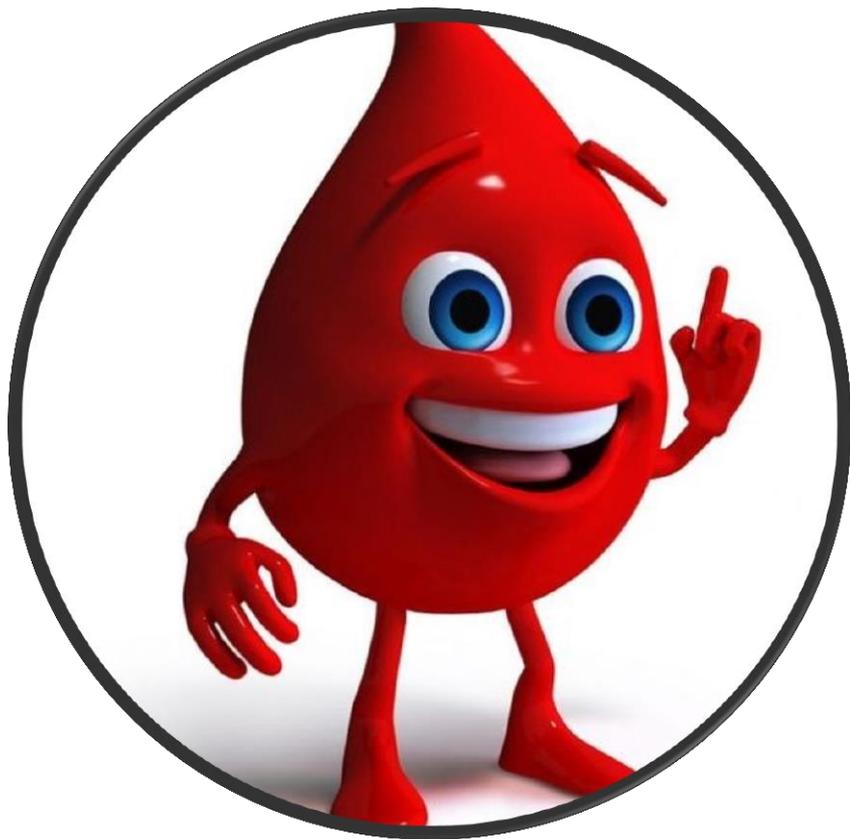


Всемирный день донора крови



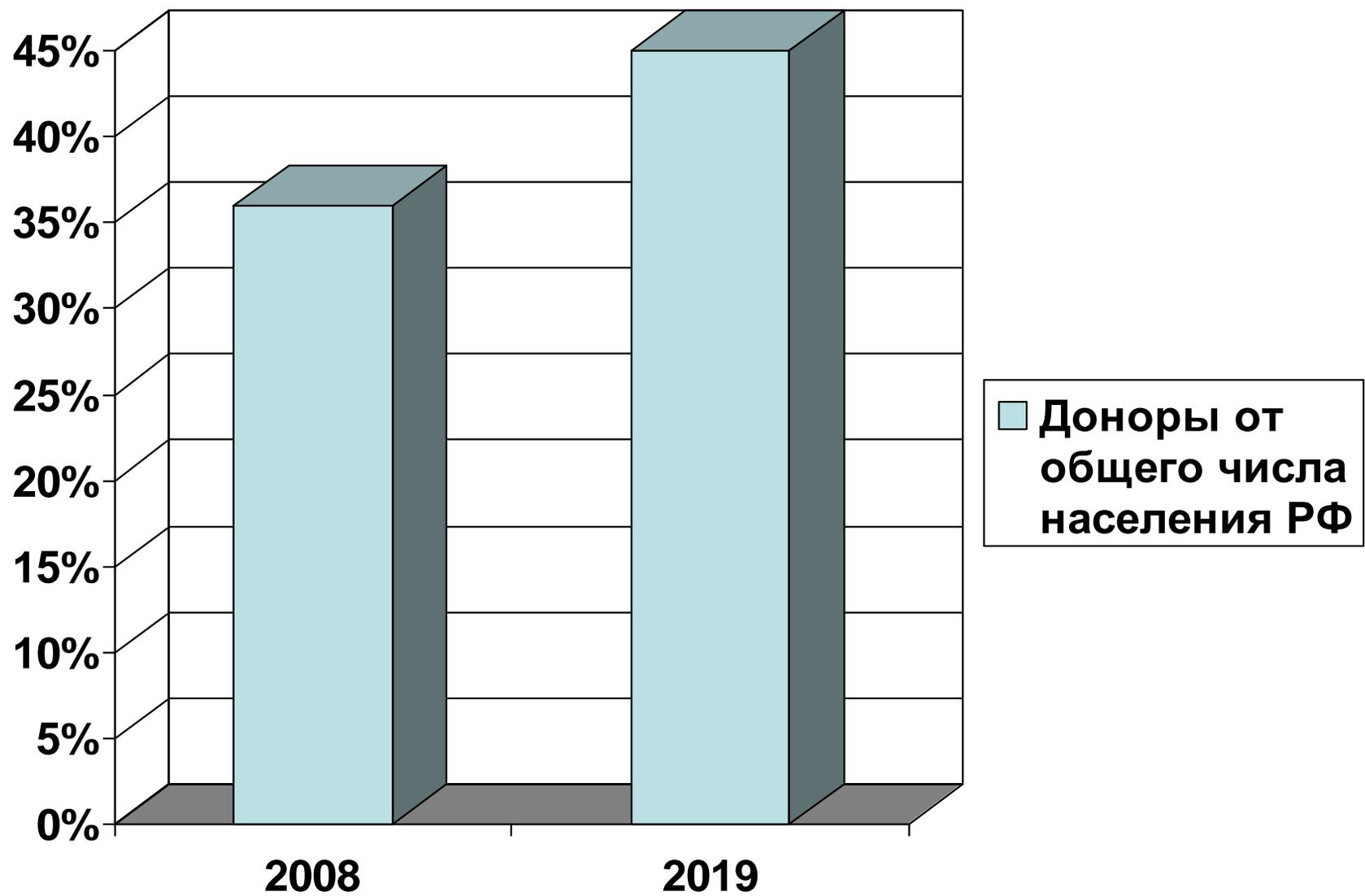


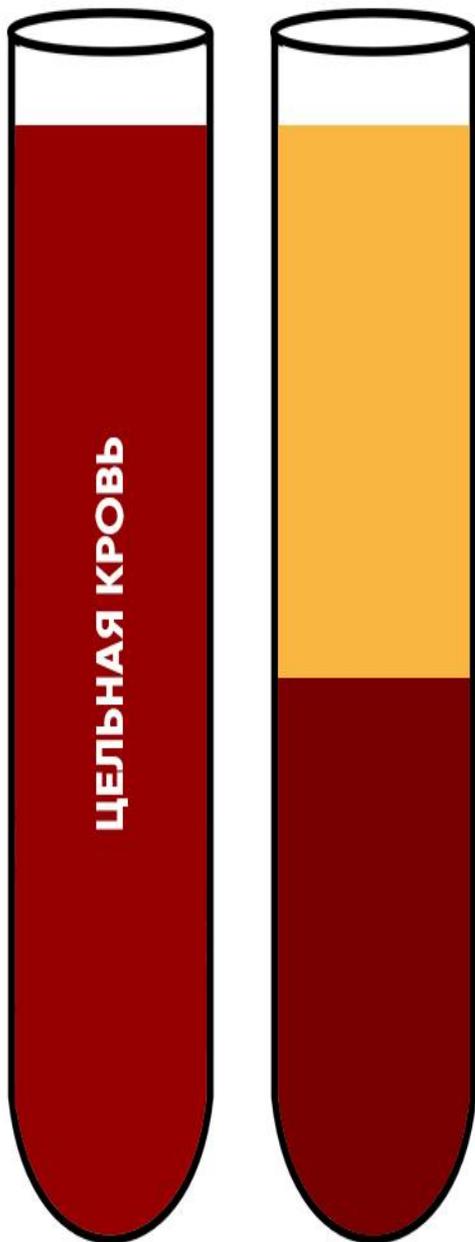
Донор-это человек,  
стремящийся  
помочь другим,  
не являющийся  
бездушным и злым,  
спасающий жизни  
тысячи людей,  
всего лишь сдавая  
кровь.



Уровень активности доноров в различных регионах (на 1000 тыс. населения)

- < 10
- 10-20
- 15-20
- 20-25
- > 25





## КОМПОНЕНТЫ КРОВИ

## ДЛЯ ЧЕГО ИСПОЛЬЗУЮТСЯ

Плазма крови

**55 %**

При массивных кровотечениях, ожогах, для производства важнейших медицинских препаратов

**45 %**

Клетки крови

**41 %**

Эритроциты

**3 %**

Лейкоциты

**1 %**

Тромбоциты

При анемии (в том числе при большой кровопотере)

По показаниям лечащего врача при ряде онкологических заболеваний

При массивных кровотечениях, онкологических заболеваниях



исходная донация	последующая донация		
	кроводача	плазмадача	тромбоциты
кроводача	60 дней	30 дней	30 дней
плазмадача	14 дней	14 дней	14 дней
тромбоциты	14 дней	14 дней	14 дней

# Совместимости групп крови

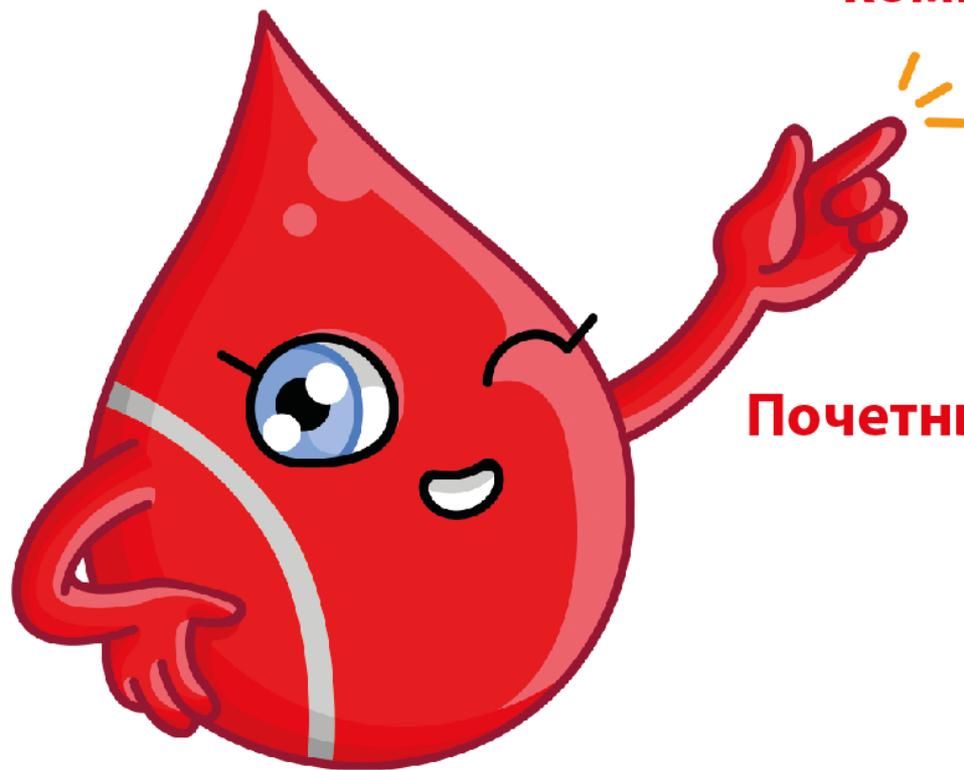
Группа крови	Может отдавать кровь группам	Может принимать кровь групп
I	I, II, III, IV	I
II	II, IV	I, II
III	III, IV	I, III
IV	IV	I, II, III, IV

<b>Группа крови и резус-фактор</b>	<b>Как часто встречается</b>
<b>O +</b>	<b>40 %</b>
<b>O -</b>	<b>7 %</b>
<b>A +</b>	<b>34 %</b>
<b>A -</b>	<b>6 %</b>
<b>B +</b>	<b>8 %</b>
<b>B -</b>	<b>1 %</b>
<b>AB +</b>	<b>3 %</b>
<b>AB -</b>	<b>1 %</b>

# Я могу быть **ДОНОРОМ**, если:



Знаете, что донор получает за **безвозмездную** сдачу?



**компенсация** на питание ✓

**+2** дня к отпуску ✓

ВОЗМОЖНОСТЬ СТАТЬ  
**Почетным донором России** ✓

# ПАМЯТКА ДОНОРА

## До сдачи

72  
часа



не принимайте  
лекарства,  
содержащие  
аспирин  
и анальгетики

48  
часов



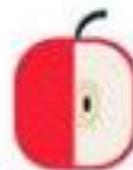
воздержитесь  
от употребления  
алкоголя

24  
часа



не употребляйте жирную, острую и  
копченую пищу, молочные продукты  
и яйца. Пейте сладкий чай, соки,  
минеральную воду и ешьте хлеб, сушки,  
отварные крупы, овощи и фрукты

УТРОМ



перед  
сдачей легко  
позавтракайте

1 час  
воздержитесь  
от курения



## После сдачи

5-10  
минут



расслабьтесь и посидите.  
Если почувствовали  
головокружение, обратитесь  
к персоналу



5-10  
минут



непосредственно перед сдачей  
донору положен сладкий чай

1 час



воздержитесь  
от курения

2  
часа



воздержитесь от вождения  
мотоцикла (на автомобиль  
ограничения нет)

3-4  
часа



не снимайте  
и не мочите  
повязку

24  
часа



избегайте  
физических нагрузок,  
не употребляйте  
алкоголь

48  
часов



обильно и регулярно  
питайтесь,  
употребляйте  
больше жидкости

10  
суток



не делайте  
никаких  
прививок

ПОЧЕТНЫЙ ДОНОР  
РОССИИ





Сдаёт цельную кровь более 25 донаций, добирает до 40 плазмой



Сдаёт только цельную кровь в количестве 40 донаций



Сдаёт цельную кровь менее 25 донаций, добирает до 60 плазмой



Сдаёт только плазму в количестве 60 донаций



Донация любого клеточного компонента (эритроцитов, тромбоцитов или гранулоцитов) приравнивается к донации цельной крови

- ✓ сдавшие кровь и (или) ее компоненты 25 и более раз и плазму крови столько раз, чтобы общее количество крово- и плазмадач составило 40;
- ✓ сдавшие безвозмездно кровь и (или) ее компоненты (эритроциты, тромбоциты) 40 раз и более;
- ✓ сдавшие кровь и (или) ее компоненты менее 25-ти раз и плазму крови столько раз, чтобы общее количество крово- и плазмадач составило 60 и более;
- ✓ сдавшие плазму крови 60 и более раз.

## льготы



Внеочередное лечение в государственных или муниципальных организациях здравоохранения в рамках Программы государственных гарантий оказания гражданам Российской Федерации бесплатной медицинской помощи



Первоочередное приобретение по месту работы или учебы льготных путевок для санаторно-курортного лечения



Предоставление ежегодного оплачиваемого отпуска в удобное для них время года



Ежегодная денежная выплата



Граждане Российской Федерации, награжденные нагрудным знаком "Почетный донор СССР" и постоянно проживающие на территории Российской Федерации, имеют право на меры социальной поддержки, определенные для лиц, награжденных нагрудным знаком "Почетный донор России" (п. 2 ст. 23 Федерального закона РФ от 20.06.2012г. №125-ФЗ "О донорстве крови и ее компонентов")



# СОВЕРШИТЕ „ТИХИЙ ПОДВИГ“ ВО ИМЯ ДРУГИХ

Дорогие доноры!  
Берегите себя-ежедневно и особенно в  
день сдачи крови.

Вы и так сделали невероятно важное  
дело!

Вы не просто сдали кровь-вы спасли чью-  
то жизнь.

Вы отдали частичку себя для того, чтобы  
сердце другого взрослого или пока еще  
совсем маленького человека продолжало  
биться.

Спасибо вам за то, что вы с нами!



Берегите свое здоровье!

С уважением к Вам и Вашему здоровью сотрудники отделения медицинской профилактики и Центра здоровья.