



Zostać Honorowym Dawcą to apel do wszystkich aktualnych i nowych dawców... krwi, osocza, szpiku, organów.

Bo dzielić się tym co najważniejsze – częścią siebie w czasie powszechnego niepokoju – to duży altruizm i wiara w drugiego człowieka.

Każdy z nas może być potrzebującym biorcą lub pomocnym dawcą, dlatego tak ważne jest propagowanie prospołecznych postaw, budujących świadomość solidarności z drugim człowiekiem. O dojrzałości psychicznej decyduje podejmowanie własnych, autonomicznych decyzji oraz posiadanie umiejętności społecznych i emocjonalnych. Decyzja o oddawaniu krwi, szpiku czy organów jest w istocie decyzją podejmowaną w wieku pełnoletnim, jednak to postawa pełna empatii i odwagi mobilizuje ludzi do czynów, które ratują ludzkie życie.

Aby dokonać oceny danego zjawiska, zbudować postawę wobec niego, konieczne jest dysponowanie wiedzą o nim. Konieczność edukacji społecznej jest zatem niezbędna. Zapoznaj się, aby wiedzieć.

<p style="text-align: center;">Dawcy Krwi</p> 	<p style="text-align: center;">Jeśli pokonałeś COVID-19</p> <p style="text-align: center;">ODDAJ OSOCZE</p> <p style="text-align: center;">i pomóż wyzdrowieć innym!</p>	<p style="text-align: center;">Dawcy szpiku</p> 
<p>Krew to żywa tkanka, której do tej pory nie udało się zsyntetyzować. Nie ma więc możliwości uzyskania jej w inny sposób niż od dawcy. Sprawdź czy możesz zostać dawcą, zapoznaj się z wytycznymi, które mówią, kto może a kto nie może oddawać krwi: przeciwwskazania do oddawania oraz przykładowe ankiety dla kandydatów na dawców. Jeżeli stwierdzisz, że możesz oddać krew, zaplanuj dzień w którym to zrobisz.</p> <ul style="list-style-type: none"> • wybierz dzień, przed którym będziesz mógł wypocząć – wyspać się, • koniecznie zjedz lekki posiłek przed oddaniem krwi (unikaj pokarmów zawierających dużą ilość tłuszczu), • pij dużo soków owocowych i wody, • unikaj nadmiernego wysiłku fizycznego przed 	<p>Twoje osocze zawiera przeciwciała, które mogą wspomagać leczenie chorych na COVID-19 z ciężkimi, zagrażającymi życiu objawami zakażenia. Oddaj je w najbliższym Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa. Uratuj zdrowie i życie drugiemu człowiekowi!</p> <p>Kto może oddać osocze?</p> <p>Osocze może zostać pobrane od osób, które:</p> <ul style="list-style-type: none"> • spełniają podstawowe kryteria kwalifikacji dla dawców krwi określone w Rozporządzeniu Ministra Zdrowia z dnia 11 września 2017r. w sprawie warunków pobierania krwi od kandydatów na dawców krwi i dawców krwi (Dz.U. 2017 poz.1741); • przechorowały COVID-19, bądź przeszły bezobjawowe zakażenie wirusem SARS-CoV-2 (potwierdzone testami, bądź wpisem w 	<p>Procedura zarejestrowania się jako dawca szpiku trwa około 30-40 minut.</p> <p>Można zgłosić się w Regionalnym Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w autobusie RCKiK lub podczas ekip stacjonarnych.</p> <p>Nie trzeba wcześniej uzgadniać wizyty. Zgłaszając się należy mieć przy sobie dokument ze zdjęciem (dowód osobisty, prawo jazdy, paszport). Przed zgłoszeniem można zjeść śniadanie i wypić co najmniej jedną szklankę płynu (herbata, kawa, woda lub sok). Po zarejestrowaniu i wypełnieniu kwestionariusza i deklaracji woli – (kwestionariusz powinien być wypełniony w dniu, w którym dawca się zgłasza) kandydat na dawcę kierowany jest na badanie lekarskie, aby upewnić się, że zgłaszająca się osoba może być</p>

<p>oddaniem krwi,</p> <ul style="list-style-type: none"> • udaj się do wybranego miejsca poboru krwi, jeżeli wybierasz się po raz pierwszy zabierz ze sobą kogoś do towarzystwa, poczujesz się pewniej, a przede wszystkim bezpieczniej, • po oddaniu krwi zastosuj się do poleceń personelu (odpocznij kilkanaście minut w RCKiK, zjedz czekoladę, wypij sok), • skorzystaj z dnia wolnego, jaki przysługuje Ci w dniu oddania krwi, • unikaj nadmiernego obciążenia ręki, z której pobrano krew, • jedz regularnie posiłki; pamiętaj, aby dieta była bogatsza w węglowodany tego dnia, jedz czekoladę, • dużo odpoczywaj: pamiętaj, że nie jesteś maszyną, oddanie krwi jest obciążeniem dla Twojego organizmu, • unikaj szybkiej zmiany pozycji z leżącej na stojącą, najpierw usiądź dopiero po chwili wstawaj, • staraj się nie wykonywać ciężkich prac domowych, 	<p>aplikacji gabinet.gov.pl), zostały uznane za wyleczone i czują się zdrowe, czyli minęło co najmniej:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 28 dni od zakończenia objawów; • 18 dni od zakończenia izolacji w przypadku osób, które przeszły zakażenie w sposób bezobjawowy; • są w wieku 18-65 lat; • w przypadku przeprowadzonej w przeszłości transfuzji oraz kobiet po przebytej ciąży w wywiadzie wymagane będą dodatkowe badania, które wykonane zostaną przez Centra Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa. <p>Warto wcześniej wykonać kontakt telefoniczny z Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa, ponieważ szczegóły pobrania są ustalane indywidualnie z każdym dawcą. Nie są wymagane jakiegokolwiek dodatkowe badania wykonywane indywidualnie przez dawcę. Niezbędne badania dla dawców zapewnione są przez</p>	<p>dawcą szpiku.</p> <p>Następnie pobrane zostają dwie próbki (12 ml) krwi żyłnej do badań antygenów HLA z krwi z jednej próbki wykonane zostanie w specjalistycznym laboratorium badanie antygenów zgodności tkankowej druga próbka zostaje zamrożona i będzie przechowywana jako próbka archiwizacyjna.</p> <p>Wyniki badań wraz z danymi dawców umieszczane są w polskim Centralnym Rejestrze Niepokrewnionych Dawców Szpiku i Krwi Pępowinowej, a następnie udostępniane całemu światu poprzez zgłoszenie do światowego rejestru Bone Marrow Donors Worldwide (BMDW). Po podjęciu decyzji o przeszczepie ośrodek w którym przebywa pacjent przeszukuje całą bazę dawców na świecie – obecnie jest to nieco ponad 25 milionów dawców.</p> <p>Dawcą szpiku można być do ukończenia 55 roku życia jednak samego zarejestrowania się w Bazie należy dokonać do 45 roku życia.</p> <p>Szpik i zawarte w nim komórki macierzyste wytwarzają niezbędne dla zdrowia i życia</p>
--	--	--

- unikaj nadmiernego wysiłku fizycznego.

Jeśli masz jakiegokolwiek wątpliwości, zawsze pytaj fachowy personel: to najlepszy i najpewniejszy sposób uzyskania merytorycznych wyczerpujących informacji ☺

źródła:

<https://krwiodawcy.org/>

<https://www.rckik.poznan.pl/>

**APEL
O ODDAWANIE
KRWI!**

Potrzebne są
wszystkie grupy

**Pamiętaj! Oddawanie krwi
jest bezpieczne**

Ministerstwo Zdrowia
Twoja Krew może żyć
www.rckik.pl

publiczną służbę krwi.

<http://www.twojakrew.pl/kampania-edukacyjna->



[koronawirus/](#)

komórki krwi: czerwone krwinki (erytrocyty), białe krwinki (leukocyty) oraz płytki krwi. Wytwarzanie komórek krwi przez szpik jest procesem złożonym. Samoodtworzeniu się komórek wytwórczych szpiku służą komórki macierzyste krwi. Ich obecność jest niezwykle ważna, chociaż stanowią one jedynie ok. 0,1% wszystkich komórek obecnych w szpiku. Komórki macierzyste mogą być pomocne przede wszystkim w leczeniu chorób układu krwiotwórczego, chorób nowotworowych oraz metabolicznych. W związku z tym, że zabieg przeszczepienia krwiotwórczych komórek macierzystych dla pacjenta jest dużym obciążeniem jest on dokonywany tylko u osób dla których istnieją medyczne wskazania do przeprowadzenia tego rodzaju zabiegu. Polega on na zastąpieniu patologicznego szpiku pacjenta krwiotwórczymi komórkami macierzystymi zdrowego dawcy.

http://darszpiku.pl/ds_wordpres/jak-zostac-dawca/

<https://krwiodawcy.org/dawstwo-szpiku>

SOLIDARNIE DLA TRANSPLANTACJI, bo przeszczepienie jest najlepszą i często jedyną metodą leczenia niewydolności narządów!

Tak niewiele trzeba by uratować komuś życie. Wystarczy podpisać oświadczenie woli i tym sposobem wyrazić zgodę na życie dla kogoś kto na organ oczekuje. Podpisać oświadczenie woli możesz tutaj: <https://www.dawca.pl/klub-dawcy/deklaracja-dawcy>

OŚWIADCZENIE WOLI
Wyrażam zgodę na pobranie po śmierci moich tkanek i narządów do przeszczepienia.

PODPIS POSIADACZA KARTY

Oświadczenie ma charakter informacyjny i nie narusza ustawy z dnia 1 lipca 2005 o pobieraniu, przechowywaniu i przeszczepianiu komórek, tkanek i narządów.

Z dopiskiem DAWCA.PL
KRS: 0000241772

POLSKIE TOWARZYSTWO PROGRAMÓW ZDROWOTNYCH

Dawca
Bądź świadomym dawcą narządów

IMIĘ I NAZWISKO _____
PESEL _____

OŚWIADCZENIE WOLI

To prosty druk, który jest deklaracją świadomej zgody człowieka na to, by po jego śmierci pobrać organy do przeszczepu. Dzięki nim bowiem będzie można uratować życie i zdrowie drugiego człowieka.

Masz dar uzdrawiania. Transplantacja to życie.

www.drugiezycie.org.pl

Organizatorzy: Patroni:

Wyrażam zgodę, by po śmierci, moje organy i tkanki zostały użyte do transplantacji - ratowania życia innych ludzi.
Proszę, by rodzina uszanowała moją decyzję.

Oświadczenie woli

IMIĘ _____
NAZWISKO _____
DATA URODZINA _____
PESEL _____
ADRES _____
DATA _____
PODPIŚĆ _____

Aktualnie na świecie i w Polsce wykonuje się przeszczepienia nerki, nerki z trzustką, samej trzustki, wątroby, serca oraz płuc. Osobną dziedziną jest przeszczepianie tkanek oka (rogówki), innych tkanek (np. kości, ścięgien) oraz komórek krwiotwórczych pochodzących ze szpiku lub krwi. Przeszczepianie przywraca niektóre funkcje ciała ludzkiego przez przeniesienie komórki, tkanki lub narządu od dawcy do biorcy. W warunkach zdrowia narządy i tkanki mają prawidłową anatomię i czynność. W warunkach choroby ten dobrostan ulega zachwianiu. Wiele ciężkich chorób nie poddaje się leczeniu i prowadzi do zupełnej niewydolności komórek, tkanek, narządów, układów i ostatecznie śmierci człowieka. W części tych przypadków można uratować chorego dzięki przeszczepieniu.

<https://zgodanazycie.pl/>

Zachęcamy wszystkich, którym być może brakuje jeszcze odwagi do wstąpienia w grono Dawców. Warto obalić mity związane z obawami związanymi z możliwym dyskomfortem, z pewnością doświadczymy satysfakcję z postawy dojrzałej i godnej naśladowania.

