



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej

„Udowodnij, że w Twoich żyłach płynie błękitna krew” - Zostań ratownikiem życia i weź udział w akcji krwiodawstwa

Komenda Powiatowej Policji w Limanowej organizuje kolejną akcję oddawania krwi.

17 lutego br. w godzinach **od 8 do 12 w świetlicy Komendy Powiatowej Policji w Limanowej** będzie można oddać krew.

- Każdy z nas może pomóc tym, którzy oczekują na ten dar. Pamiętajmy, że nasza krew, nasze zaangażowanie może uratować czyjeś życie. Zapraszamy wszystkich do wzięcia udziału w tej akcji, warto się dzielić, zwłaszcza czymś tak cennym jak krew - zachęca Komenda Powiatowej Policji w Limanowej na swojej stronie internetowej limanowa.policja.gov.pl.

*- To niezwykle ważna informacja. Dzięki niej wiele osób może zostać uratowanych otrzymując od drugiej osoby dar życia w postaci krwi - mówi **Jan Puchała**, Starosta Limanowski. - Zawsze wspieram działania ważne dla życia i zdrowia ludzkiego.*

Kto może oddać krew?

Osoby od 18 do 65 roku życia:

- które ważą co najmniej 50 kilogramów;
- u których w ciągu ostatnich 6 miesięcy nie wykonano akupunktury, tatuażu, przekłucia uszu lub innych części ciała;
- które w ciągu ostatnich 12 miesięcy nie miały wykonanych żadnych zabiegów operacyjnych, endoskopowych i innych diagnostycznych badań (np. gastroskopii, panendoskopii, artroskopii, laparoskopii);
- które w ciągu ostatnich 12 miesięcy nie były leczone krwią i preparatami krwiopochodnymi.

Trzeba być wyspanym i wypoczętym, zdrowym, to znaczy nie mieć objawów przeziębienia, nie brać aktualnie żadnych leków, przy czym zasada ta nie dotyczy większości suplementów diety czyli np. popularnych preparatów witaminowych czy środków antykoncepcyjnych.

Należy jednak poinformować lekarza kwalifikującego o wszystkich przyjmowanych suplementach diety oraz lekach. Przed przyjściem do centrum krwiodawstwa trzeba zjeść lekki posiłek, w ciągu 24 godzin przed pobraniem wypić ok. 2 l płynów i wziąć ze sobą dokument ze zdjęciem, najlepiej dowód osobisty. Przed oddaniem krwi należy także ograniczyć palenie papierosów i nie pić alkoholu, również w dniu poprzedzającym oddanie krwi.

Informacje o przeciwwskazaniach do oddania krwi

Przeciwwskazania do oddawania krwi, które prowadzą do dyskwalifikacji czasowej. Zaliczamy do nich m.in. wykonanie tatuażu, przekłucie uszu lub innych części ciała; wykonanie niektórych badań diagnostycznych i zabiegów, a także leczenie krwią i/lub jej składnikami w ciągu ostatnich 6. miesięcy. Ponadto krwi nie można oddawać np. po zabiegu usunięcia zęba, leczeniu kanałowym i innych drobnych zabiegach chirurgicznych do 7. dni.

Półroczny okres wykluczenia obejmuje osoby po operacjach i innych zabiegach medycznych wykonywanych sprzętem wielokrotnego użytku i przebiegających z naruszeniem skóry lub błon śluzowych, po wykonaniu tatuażu, akupunktury, zakładaniu kolczyków, po badaniach endoskopowych.

Krwi nie odda też osoba, której wartość ciśnienia tętniczego nie mieści się w granicach 90/60 – 180/100 mm Hg.

Przeszkodą do oddawania krwi jest także niedawno przebyta infekcja wirusowa lub przeziębienie. Ponadto nie można oddawać krwi do 2. tygodni po przebyciu grypy, zakażenia grypopochodnego i gorączce powyżej 38. stopni C oraz dwa tygodnie po zaprzestaniu przyjmowania antybiotyków.

Czasowa dyskwalifikacja na okres od 2. dni do 4. tygodni dotyczy także osób po szczepieniach.

Lekarza przeprowadzającego wywiad należy bezwzględnie poinformować o wszelkich lekach, które są aktualnie przyjmowane, gdyż niektóre z nich są powodem dyskwalifikacji do oddawania krwi. Zdawać by się mogło, że to mało istotny fakt, a tymczasem połknięcie nawet jednej aspiryny dyskwalifikuje dawcę aż na 5 dni.

Część czynników dyskwalifikacyjnych dotyczy wyłącznie kobiet. Dyskwalifikacja czasowa obejmuje panie w okresie miesiączkowania i do 3. dni po jego zakończeniu. Z oddawania krwi eliminuje także okres ciąży i okres karmienia piersią oraz 9. miesięcy po porodzie. Krew natomiast można bez przeszkód oddawać, gdy przyjmuje się doustne leki antykoncepcyjne oraz zastępczą terapię hormonalną w okresie menopauzy.

Istnieją także takie czynniki, które są powodem dyskwalifikacji stałej. Taka dyskwalifikacja jest równoznaczna z bezwzględnym przeciwwskazaniem do oddania krwi do końca życia.

Lista czynników dożywotnio wykluczających z uczestnictwa w krwiodawstwie jest bardzo długa. Do najczęstszych należą: poważne, aktywne, przewlekłe lub nawracające choroby układu krążenia, choroby układu pokarmowego, oddechowego, moczowego, nerwowego, choroby skóry, choroby zakaźne (np. WZW typu B, WZW typu C, wirusowe zapalenie wątroby w wywiadzie, żółtaczka pokarmowa), nowotwory złośliwe, choroby krwi, cukrzyca, choroby tarczycy, nadnerczy itp. Krwi nie mogą oddawać również nosiciele wirusa HIV oraz osoby z zespołem nabytego upośledzenia odporności (AIDS). Z krwiodawstwa muszą zrezygnować także osoby, które ze względu na swoje ryzykowne zachowania seksualne są szczególnie narażone na zakażenie poważnymi chorobami przenoszonymi drogą krwi. Do tej grupy zaliczają się: narkomani, osoby uprawiające prostytucję, osoby często zmieniające partnerów seksualnych, osoby mające partnerów seksualnych z wyżej wymienionych grup ryzyka.

Krwiodawcami nie zostaną też osoby z zaburzeniami psychicznymi i zaburzeniami zachowania wynikającymi z używania substancji psychotropowych.

Dyskwalifikacja czasowa

- Okres miesiączkowania i do 3 dni po zakończeniu.
- 7 dni po zabiegu usunięcia zęba, leczeniu przewodowym i innych drobnych zabiegach chirurgicznych.
- Do następnego dnia po leczeniu zęba i wizycie u stomatologa.
- 2 lata od potwierdzonego wyleczenia brucellozy i gorączki Q.
- 3 lata po zakończeniu leczenia i braku objawów malarii (pod warunkiem, że badania immunologiczne lub metodami biologii molekularnej dają wyniki negatywne).
- 2 lata po przebyciu gorączki reumatycznej, jeśli nie wystąpiła przewlekła choroba serca.
- 2 lata od potwierdzonego wyleczenia zapalenia szpiku.
- 6 miesięcy od całkowitego wyleczenia z toksoplazmozy.
- 6 miesięcy od wyleczenia mononukleozy zakaźnej.
- 6 miesięcy po porodzie lub po zakończeniu ciąży.
- 6 miesięcy po przetoczeniu krwi i jej składników.
- 6 miesięcy po przeszczepie ludzkich komórek i tkanek.
- Co najmniej 2 tygodnie po przebyciu choroby zakaźnej i uzyskaniu prawidłowych wyników badań klinicznych i laboratoryjnych.

- 2 tygodnie po przebyciu grypy, zakażenia grypopochodnego i gorączce powyżej 38o C.
- 2 tygodnie po zaprzestaniu przyjmowania antybiotyków.
- Kontakt z chorobami zakaźnymi dyskwalifikuje na czas równy inkubacji danej choroby (zwykle 4 tygodnie).
- Bliski kontakt w warunkach domowych z chorym na wirusowe zapalenie wątroby dyskwalifikuje na okres 6 miesięcy.
- Okres pozbawienia wolności i 6 miesięcy po odbytej karze więzienia.
- Po szczepieniach okresowo na czas uzależniony od rodzaju szczepionki: 4 tygodnie od szczepienia szczepionkami z osłabionymi bakteriami i wirusami przeciw BCG, odrze, różyczce, żółtej febrze, nagminnemu zapaleniu ślinianek przyusznych, nagminnemu porażeniu dziecięcemu, durowi brzuszemu, cholercze.
- 48 godzin od szczepienia szczepionkami z zabitymi bakteriami, riketsjami, wirusami przeciw cholercze, durowi brzuszemu, krztuścowi, durowi plamistemu, nagminnemu porażeniu dziecięcemu.
- 48 godzin od szczepienia przeciwko wirusowemu zapaleniu wątroby typu A lub B (bez kontaktu z chorobą).
- 1 tydzień w przypadku szczepienia przeciwko wirusowemu zapaleniu wątroby typu B (bez kontaktu z chorobą).
- 3 miesiące po biernym uodparnianiu surowicami odzwierzęcymi.
- 48 godzin od przyjęcia anatoksyny błonicowej i tężcowej.
- 48 godzin od przyjęcia szczepionki przeciw wściekliźnie i kleszczowemu zapaleniu mózgu, a 1 rok w przypadku ryzyka zakażenia.
- Przyjmowanie leków może wskazywać na istnienie choroby powodującej dyskwalifikację, dlatego należy wyjaśnić przyczynę stosowanego leczenia. Okres przyjmowania leków z wyjątkiem witamin, doustnych leków antykoncepcyjnych oraz leków hormonalnych stosowanych w okresie menopauzy. W przypadku przyjmowania innych leków, aby oddać krew należy uzyskać zgodę lekarza (np. zażywanie aspiryny lub leków zawierających kwas acetylosalicylowy dyskwalifikuje przez 5 dni od ostatniego zażycia).

Dyskwalifikacja stała

Poważne choroby układu krążenia aktualne lub przebyte, między innymi:

- Wady serca (poza wadami wrodzonymi całkowicie wyleczonymi).
- Choroba niedokrwienna mięśnia sercowego.
- Stan po zawale mięśnia sercowego.
- Zaburzenia rytmu serca.
- Niewydolność krążenia.
- miażdżyca znacznego stopnia.
- Choroby pochodzenia naczyniowo-mózgowego (np. stan po udarze mózgu).
- Poważne choroby układu pokarmowego (w tym schorzenia wątroby), oddechowego, moczowego, nerwowego (szczególnie padaczka, nawracające choroby psychiczne, organiczne schorzenia układu nerwowego oraz przewlekłe choroby OUN – ośrodkowego układu nerwowego).
- Poważne choroby skóry (w tym łuszczyca).
- Choroby krwi i układu krwiotwórczego, zaburzenia krzepnięcia w wywiadzie.
- Choroby metaboliczne i układu endokrynnego np. cukrzyca, choroby tarczycy, nadnerczy itp.
- Choroby układowe np. kolagenozy.
- Nowotwory złośliwe.

źródło: [artykuł opublikowany na stronie Starostwa Powiatowego w Limanowej.](#)