

Opublikowano: Konstancin-Jeziorna (www.konstancinjeziorna.pl)

Krwiodawcy i dawcy szpiku poszukiwani - kolejna akcja

2022-09-12



Zachęcamy do udziału w kolejnej akcji zbiórki krwi, którą w czwartek (15 września), organizuje konstanciński oddział Klubu Honorowych Dawców Krwi Legion. Tego dnia będzie można też przejść kwalifikację i zostać potencjalnym dawcą szpiku. Zapraszamy w godz. 9.00-13.00 przed ratusz.

Klub Honorowych Dawców Krwi Legion oddział w Konstancinie-Jeziornie już po raz szósty organizuje w naszym mieście akcję honorowego oddawania krwi. Tym razem odbędzie się ona w najbliższy czwartek (15 września) w godz. 9.00-13.00. Ambulans Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa ponownie stanie przed Urzędem Miasta i Gminy (od ul. Piaseczyńskiej 77). Zbiórce krwi towarzyszyć będzie po raz kolejny akcja rejestracji potencjalnych dawców szpiku. Zachęcamy mieszkańców do udziału.

Jak zostać krwiodawcą?

Oddawać krew mogą osoby od 18. do 65. roku życia o wadze 50 i więcej kilogramów. Wystarczy wypełnić formularz i przejść badania. Trzeba też pamiętać, aby na dwie godziny przed zgłoszeniem się do punktu krwiodawstwa oraz poprzedniego dnia zjeść lekkie niskotłuszczowe posiłki. W ciągu 24 godzin przed pobraniem krwi należy wypić też ok. 2 l płynów, obowiązuje również 48-godzinna abstynencja. 450 ml krwi odpowiada 4500 kcal, dlatego po donacji dawca otrzymuje 8 tabliczek czekolady. Oprócz słodkiego ekwiwalentu krwiodawcy przysługuje: zwolnienie z pracy w dniu, w którym oddaje krew i na czas okresowego badania lekarskiego; zwrot kosztów przejazdu do stacji krwiodawstwa i utraconego zarobku oraz odliczenie od podatku dochodowego darowizny (ekwiwalent pieniężny za pobraną krew).

Jak zostać dawcą szpiku?

Potencjalnym dawcą krwiotwórczych komórek macierzystych może zostać prawie każdy zdrowy człowiek pomiędzy 18 a 55 rokiem życia. Najważniejsze, aby był w dobrej kondycji fizycznej i nie cierpiał na znaczną otyłość oraz na choroby przewlekłe. Nie może również należeć do określonych grup ryzyka, wśród których są m.in. osoby cierpiące na choroby endokrynologiczne, choroby krwi i szpiku oraz uzależnione od alkoholu lub narkotyków. Sama weryfikacja potencjalnych dawców, nie jest trudna ani bolesna. Polega ona na wypełnieniu ankiety dotyczącej zdrowia oraz kondycji kandydata oraz pobraniu wymazu z błony śluzowej policzka, na podstawie którego później oznacza się cechy zgodności tkankowej (antygeny HLA).

Adres źródłowy: <https://www.konstancinjeziorna.pl/index.php/news/krwiodawcy-i-dawcy-szpiku-poszukiwani-kolejna-akcja>