

Kto może oddać krew?

Osoby od 18. do 65. roku życia:

- które ważą co najmniej 50 kilogramów,
- u których w ciągu ostatnich 4 miesięcy nie wykonano tatuażu, przekłucia uszu lub innych części ciała, akupunktury o ile nie została wykonana przez wykwalifikowaną osobę przy użyciu jałowych jednorazowych igieł,
- które w ciągu ostatnich 4 miesięcy nie miały wykonanych żadnych zabiegów operacyjnych, endoskopowych i innych diagnostycznych badań (np. gastroskopii, panendoskopii, artroskopii, laparoskopii),
- które w ciągu ostatnich 4 miesięcy nie były leczone krwią i preparatami krwiopochodnymi.

W dniu oddania krwi należy być wyspanym i wypoczętym oraz zdrowym, czyli:

- nie mieć objawów przeziębienia,
- nie brać aktualnie żadnych leków (nie dotyczy to większości suplementów diety czyli np. popularnych preparatów witaminowych czy środków antykoncepcyjnych, należy jednak poinformować o tym osobę kwalifikującą).

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 tożsamości 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

Niektóre przeciwwskazania do oddawania krwi prowadzą do dyskwalifikacji czasowej:

- 4 miesiące po wykonaniu tatuażu,
- 4 miesiące po zabiegu akupunktury, o ile nie została wykonana przez wykwalifikowaną osobę przy użyciu jałowych jednorazowych igieł,
- 4 miesiące po przekłuciu uszu lub innych części ciała,
- 4 miesiące po operacjach i innych zabiegach medycznych wykonywanych sprzętem wielokrotnego użytku i przebiegających z naruszeniem skóry lub błon śluzowych,
- 4 miesiące po wykonaniu niektórych badań, np. endoskopowych,
- 7 dni po zabiegu usunięcia zęba, leczeniu kanałowym,
- 1 tydzień po małych zabiegach chirurgicznych,
- 24 godziny od zakończenia leczenia lub wizyty u stomatologa,
- 2 lata od potwierdzonego wyleczenia brucelozy i gorączki Q,
- 3 lata po dniu ustąpienia objawów i zakończenia leczenia malarii; pobranie krwi jest po tym czasie możliwe tylko, jeżeli wyniki badania testem immunoenzymatycznym będą negatywne,
- 2 lata od ustąpienia objawów gorączki reumatycznej, jeśli nie wystąpiła przewlekła choroba serca,
- 2 lata od potwierdzonego wyleczenia zapalenia szpiku i kości,
- 6 miesięcy od potwierdzonego wyleczenia z toksoplazmozy,
- 6 miesięcy od wyleczenia mononukleozy zakaźnej,

- 6 miesięcy po porodzie lub po zakończeniu ciąży,
- 4 miesiące po przetoczeniu krwi i jej składników,
- 4 miesiące po przeszczepie ludzkich komórek i tkanek,
- co najmniej 2 tygodnie po przebyciu choroby zakaźnej i uzyskaniu prawidłowych wyników badań klinicznych i laboratoryjnych,
- 2 tygodnie od dnia ustąpienia objawów gorączki ponad 38 st. C, grypy, infekcji grypopodobnej,
- 2 tygodnie po zaprzestaniu przyjmowania antybiotyków,
- kontakt z osobą chorą na chorobę zakaźną – na czas odpowiadający dwukrotnemu okresowi inkubacji, a w przypadku narażenia na zakażenie kilkoma czynnikami chorobotwórczymi – dyskwalifikacja jak dla choroby o najdłuższym okresie inkubacji,
- bliski kontakt w warunkach domowych z chorym na wirusowe zapalenie wątroby lub nosicielami wirusów zapalenia wątroby dyskwalifikuje na okres 4 miesięcy,
- okres pozbawienia wolności i 4 miesiące po tym okresie,
- po szczepieniach okresowo na czas uzależniony od rodzaju szczepionki (od 48 godzin do 3 miesięcy).

Przyjmowanie leków

Osobę przeprowadzającą wywiad należy bezwzględnie poinformować o wszelkich lekach, które są aktualnie przyjmowane – mogą one wskazywać na istnienie choroby powodującej dyskwalifikację, dlatego należy wyjaśnić przyczynę stosowanego leczenia. Dotyczy to także takich leków, jak np. aspiryna – jej zażycie dyskwalifikuje na następnych 5 dni.

Nie dotyczy to jednak leków takich jak witaminy, doustne leki antykoncepcyjne oraz leki hormonalne stosowane w okresie menopauzy.

Kto nie może zostać dawcą?

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), nowotwory złośliwe, choroby krwi i układu krwiotwórczego, cukrzyca leczona insuliną, choroby układu endokrynnego, 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,
- krwiodawcami nie zostaną też osoby z zaburzeniami psychicznymi i zaburzeniami zachowania wynikającymi z zażywania substancji psychotropowych.

Pełną listę czynników dożywotnio wykluczających z uczestnictwa w krwiodawstwie znajdziesz [tutaj](#) . Ostateczną decyzję o zakwalifikowaniu do oddawania krwi może podjąć tylko osoba kwalifikująca Krwiodawców w jednostce organizacyjnej publicznej służby krwi po przeprowadzeniu badania lekarskiego. Tylko ona ma bezpośredni kontakt z badaną osobą, może ocenić jej stan ogólny, wyniki badań, może zapoznać się z dokumentacją medyczną, a

razie potrzeby zasięgnąć opinii lekarza specjalisty, i to ona ponosi odpowiedzialność za kwalifikację do oddawania krwi.

Jakie są sposoby pobierania krwi?

- Pobranie krwi pełnej (metoda konwencjonalna)

Krew pełna może być pobierana nie częściej niż 6 razy w roku od mężczyzn i nie częściej niż 4 razy w roku od kobiet, z tym że przerwa pomiędzy pobraniami nie może być krótsza niż 8 tygodni.

Jednorazowo od osoby ważącej co najmniej 50 kg można pobrać ok. 450 ml krwi pełnej (1 jednostka), która zawiera krwinki czerwone, krwinki płytkowe, krwinki białe i osocze. Krew pobiera się z pojedynczego wkłucia do żyły, do jednorazowych pojemników z tworzywa sztucznego.

Zabieg trwa ok. 10 minut.

- Odseparowanie określonych składników z krwi pełnej (afereza)

Jest to zabieg polegający na uzyskaniu krwinek czerwonych (erytroafereza), płytek krwi (trombafereza), osocza (plazmafereza) lub granulocytów – rodzaju białych krwinek (leukaferaza), z krwi pełnej.

W zależności od rodzaju aferezy, zmienia się czas trwania zabiegu, dopuszczalna objętość pobrania i okres minimalnej przerwy pomiędzy pobraniami.