

Informácie pre darcov

Ak ste sa rozhodli pridať k darcom krvi, nepodceňujte prípravu. Ráno pred odberom je potrebné sa zdravo a výdatne naraňajkovať (pečivo, diétna šunka, chlieb s medom, zeleninový, alebo ovocný šalát - všetko bez mliečnych, mastných a údených jedál).

Večer pred spánkom vypite aspoň 2 poháre vody (čaju) a ráno vypite aspoň 0,5 - 1 liter tekutín (voda, minerálka, nesladený čaj). Kávu tiež môžete, ale keďže dehydruje, zapite ju dostatkom tekutín. Dobre sa vyspíte, nepožívajte alkohol a do darovania nefajčite.

Kto môže darovať krv?

- každý vo veku od 18 – 60 rokov,
- váži viac ako 50 kg,
- nemal posledné 2 týždne hnačky ani horúčky,
- je aspoň 3 týždne od posledného užitia antibiotík,
- je aspoň 48 hodín po očkovaní,
- počas posledných 6 mesiacov nebol operovaný, tetovaný, nepodstúpil akupunktúru, piercing,
- nemá v čase odberu prejavy alergie a v dňoch pred odberom neužíva antihistaminiká,
- neprekonal infekčnú žltáčku typu B a C a nie je jej nosičom, nie je nositeľom HIV a nemal kontakt s HIV pozitívnou osobou,
- nie je závislý od drog, alkoholu a iných návykových látok,
- ženy môžu darovať krv po skončení menštruácie a najskôr 6 mesiacov po pôrode, ukončení tehotenstva alebo dojčenia.

Ďalšie informácie:

- Neodporúča sa prísť po zvýšenej fyzickej, či psychickej záťaži (po darovaní sa tiež neodporúča fyzická námaha, alkohol),
- V Považskej Bystrici môžeme darovať krv v utorok a piatok v NsP – HTO v Považskej Bystrici od 6.30 do 9.00 hod.
- So sebou si prineste – občiansky preukaz, preukaz poistenca, prípadne preukaz darcu krvi.
- Žiaci, ktorí sa rozhodnú darovať krv počas vyučovania, oznámia svoju plánovanú absenciu triednemu učiteľovi alebo Mgr. Markovičovej.