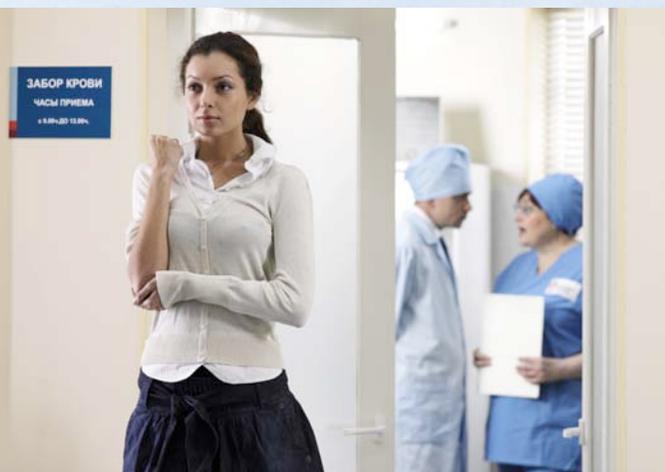


# Кто может стать донором

Донором может стать любой здоровый гражданин России старше 18 лет, вес которого превышает 50 кг и у которого отсутствуют противопоказания к сдаче крови\*.

\* Противопоказания могут быть абсолютными (отвод от сдачи крови на всю жизнь) или временными (отвод от сдачи крови на определенное время, по истечении которого человек может быть донором). Полный список противопоказаний можно посмотреть на сайте [www.yadonor.ru](http://www.yadonor.ru).



## Чем Вы можете помочь?

Проблема нехватки доноров крови касается каждого из нас и решается только совместными усилиями. Каждый может внести свой незаменимый вклад в общее благородное дело.

Например, Вы можете:

- Сдать кровь и в дальнейшем делать это регулярно – чем больше постоянных доноров будет в России, тем больше гарантий, что в критический момент Вам и Вашим близким не придется самим заниматься поиском доноров.
- Рассказать своим друзьям и родственникам – возможно, среди них тоже найдутся желающие сдавать кровь.
- Инициировать выездную акцию Службы крови у себя на предприятии – при наличии определенного количества потенциальных доноров и соответствующего помещения выездная бригада Службы крови готова взять кровь у Вас и Ваших коллег прямо на рабочем месте.
- Присоединиться к донорскому движению в качестве волонтера и помочь с распространением информации и привлечением новых добровольных доноров крови.

Если у Вас появились вопросы или сомнения, лучше всего обсудить их со специалистом – просто позвоните по телефону горячей линии **8 800 333 3330**. Также дополнительная информация о донорстве и контакты ближайшей к Вам станции переливания крови есть на сайте [www.yadonor.ru](http://www.yadonor.ru)

ПОНИМАТЬ,  
ЧТО НЕТ  
НИЧЕГО  
ВАЖНЕЕ  
ЖИЗНИ

# Что такое донорство крови?

**Донорство крови – это добровольное жертвование собственной крови или ее компонентов для последующего переливания нуждающимся больным или получения медицинских препаратов. В ходе короткой несложной процедуры из вены у донора берут 450 мл цельной крови.**

В настоящее время вместо переливания цельной крови используют ее компоненты: плазму, эритроциты, тромбоциты. Сдача тромбоцитов и плазмы занимает больше времени (до полутора часов): во время процедуры у донора забирается цельная кровь, из нее извлекается нужный компонент, оставшаяся кровь возвращается обратно донору.



# Кому и зачем необходима донорская кровь?

Ежегодно в донорской крови нуждаются около 1,5 млн россиян, в частности:

- Жертвы автомобильных аварий.
- Женщины во время родов.
- Больные во время различных операций.
- Больные онкогематологическими заболеваниями.

Также кровь и ее компоненты необходимы для производства лекарственных препаратов для больных гемофилией и некоторыми другими тяжелыми заболеваниями – эти препараты должны приниматься ими на протяжении всей жизни. Это значит, что в определенный момент

**донорская кровь может понадобиться практически каждому из нас.**

К сожалению, до сих пор ученые не изобрели никаких заменителей человеческой крови. Нуждающимся в переливаниях крови

**могут помочь только доноры.**

# Мифы и правда о донорстве

**Доноров крови в России не хватает.**

На каждую тысячу жителей у нас приходится не больше 14 доноров, а нужно не менее 26! Это значит, что от нехватки донорской крови могут погибнуть люди, которых можно спасти.

Так происходит из-за того, что большинство людей знают о донорстве очень мало и потому доверяют самым необоснованным мифам и слухам.

Например:

**Миф 1:** во время сдачи крови можно заразиться какой-нибудь неприятной болезнью.

**Правда:** сдача крови практически на 100 % безопасна для донора! Для забора донорской крови используются только стерильные одноразовые инструменты. Безопасность донора и его здоровье – главный приоритет работы станций переливания во всем мире.

**Миф 2:** отдавать свою кровь – вредно для собственного здоровья. **Правда:** сдача крови не наносит абсолютно никакого вреда организму донора. Наоборот, приносит некоторую пользу – например, снижается риск возникновения сердечно-сосудистых заболеваний.

**Миф 3:** сдача крови – это долгая и мучительная процедура, к тому же станции переливания работают только в неудобное время, когда все люди заняты на учебе или на работе. **Правда:** сдача цельной крови занимает не более 15 минут, сдача компонентов крови (плазмы, тромбоцитов) длится дольше, но не более полутора часов. А станции переливания, где можно сдать кровь, сейчас работают и по субботам.

Наконец, **самый опасный миф** – «Меня это не касается». **Правда: Любому человеку может в какой-то момент понадобиться донорская кровь.** И если сегодня этот человек не станет донором, то завтра может оказаться, что и ему никто не поможет.