

DONAREA DE SÂNGE, CEI 7 PAȘI

**DONAREA DE SÂNGE TOTAL CONSTĂ ÎN
RECOLTAREA UNEI CANTITĂȚI DE 450 ML
ÎN TIMP DE 8-10 MIN !**

Condițiile pentru potențialii donatori

GENERALE

- Vârsta între 18 – 65 de ani;
- Greutate corporală minimă de 50 kg (femei și bărbați);
- Tensiunea arterială cuprinsă între 100 mmHg – 180 mmHg;
- Pulsul regulat, cu valoare cuprinsă între 60 – 100 de bătăi pe minut;
- Fără vaccinări recente, tratament medicamentos , afecțiuni cronice în tratament
- Pentru femei – nu se donează în perioada menstruală și 5 zile după această perioadă

Obsevație - Aceste criterii reprezintă cadrul general de admisibilitate a donatorilor , conform OMSP 1193 / 2007 cu modificările sale ulterioare. *Decizia finală privind aptitudinea de donare aparține medicului .*

IMPORTANT !

Înainte de donare:

- Odihnă (7 – 8 ore de somn) și hidratare corespunzătoare (apă, ceai, sucuri naturale de fructe, supe)
- Mic dejun bogat în vitamine (fructe, legume), fără grăsimi și fără proteine animale (unt, produse lactate, carne)
- Nu se fumează cu cel puțin o oră înainte de a dona
- Nu se consumă alcool (cu 48 de ore înainte), energizante, băuturi acidulate, grăsimi, dulciuri concentrate
- Fără tratamente - nu se iau medicamente precum aspirina, anticoagulante, antidiabetice etc.
- Să prezinte o stare bună de sănătate fizică și mentală – fără afecțiuni cronice în tratament, fără intervenții chirurgicale sau stomatologice, etc

La donare:

- Se prezintă un act de identitate în original (carte de identitate, pașaport, carnet de conducere)
- Se asigură o îmbrăcăminte adecvată pentru recoltare (bluză cu mâneci largi)
- Se răspunde corect și sincer la întrebările din chestionar și în interviul medical
- Se consultă materialele informative și se solicită orice informație privind donarea de sânge

După donare:

- Repaus de minimum 10-15 minute imediat postdonare
- Nu se fumează , nu se conduc autovehicule 1-2 ore postdonare
- Creșterea consumului de lichide în următoarele 24 de ore (apă, ceai, sucuri , supe)
- Se evită 12 ore efortul fizic intens, conducerea autovehiculelor, consumul de alcool
- Alimentație adecvată pentru refacerea potențialului biologic



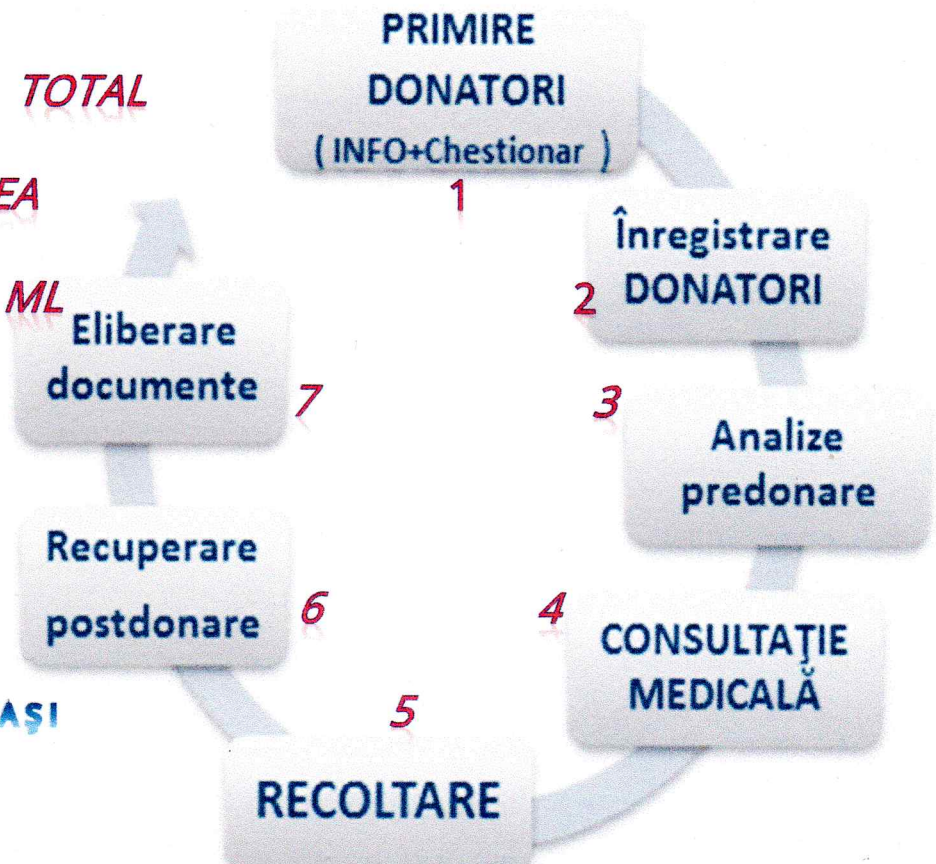
CIRCUITUL ÎN DONAREA DE SÂNGE

DONAREA DE SÂNGE TOTAL

CONSTĂ ÎN RECOLTAREA
UNEI CANTITĂȚI DE 450 ML
ÎN TIMP DE 8-10MIN !

DONAREA DE SÂNGE, CEI 7 PAȘI

La ce să te aștepti



1. În primul rând, veți completa un formular de înregistrare (fișa donatorului) cu numele, data nașterii și informațiile de contact - adresa de domiciliu și telefonul. Anexate sunt un chestionar cu întrebări privind istoricul medical - prezența unor boli, utilizarea medicamentelor, anumite comportamente, călătoriile recente etc., precum și un material informativ. Veți răspunde sincer și corect la întrebări și veți putea obține informații privind donarea de sânge.
2. Se înregistrează datele donatorului în sistemul informatic. Trebuie să dovedești identitatea dvs., deci obligatoriu veți prezenta un act de identitate cu fotografie (CI, pașaport sau carnet de conducere).
3. Urmează la ANALIZE PREDONARE puncția capilară - din deget vi se va lua o picătură de sânge pentru a se determina Hemoglobina și grupa sanguină cu Rh, eventual glicemia.
4. În cadrul CONSULTAȚIEI MEDICALE vi se face un examen sumar- medicul vă va verifica tensiunea arterială, pulsul și temperatura, rezultatele analizelor și veți discuta despre eventuale probleme de sănătate menționate în chestionar. Dacă îndepliniți condițiile veți primi - *apt pentru donare*.
5. La RECOLTARE are loc donarea de sânge propriu-zisă. Un asistent medical vă va invita pe un pat de donare și va efectua puncția venoasă. În primul rând vi se recoltează eprubetele pentru testările obligatorii privind bolile transmisibile și apoi 450 ml sânge total. Durata unei donări este de 8-10 min. Postdonare veți rămâne pe patul de recoltare aproximativ 10 min, pentru refacere.
6. Pentru o refacere completă și o supraveghere corectă vă recomandăm să rămâneți în zona de RECUPERARE POSTDONARE timp de 10-15 minute. Consumați lichide, mâncați din gustările pregătite. Ulterior, la reluarea activităților, nu aveți voie să ridicați greutăți, să împingeți obiecte grele sau să faceți exerciții fizice intense timp de aproximativ 5 ore după donarea de sânge.
7. După donarea cu succes veți primi documentele necesare - adeverințele pentru ziua liberă, pentru reducerea la transport și tichetele valorice.