

Как подготовиться к донации?

Перед донацией донор направляется в лабораторию для проведения первичного клинико-лабораторного исследования крови: определение уровня гемоглобина, группы крови, количества тромбоцитов и ретикулоцитов, содержания общего белка в сыворотке крови.

После проведения клинико-лабораторного исследования крови донор направляется на приём к врачу-трансфузиологу, который проводит медицинское обследование донора, осуществляет допуск к донации и определяет объём взятия крови и её компонентов.

Донор должен вести здоровый образ жизни, соблюдать режим труда и отдыха. Донация возможна только после полноценного ночного сна, недопустима дача крови и её компонентов после ночной смены.

Накануне и в день сдачи крови запрещено употреблять жирную, жареную, острую и копченую пищу, колбасные изделия, а также мясные, рыбные и молочные продукты, яйца и масло (в т.ч. растительное), шоколад, орехи и финики, авокадо, свеклу, бананы.

Лучше пить сладкий чай с вареньем, соки, морсы, компоты, минеральную воду и есть хлеб, сухари, сушки, отварные крупы, макароны на воде без масла, овощи и фрукты, за исключением авокадо, свеклы, бананов.

За 48 часов до визита в учреждение службы крови нельзя употреблять алкоголь, а за 72 часа – принимать лекарства, содержащие аспирин и анальгетики.

В день проведения процедуры до донации следует воздержаться от курения.

Лучше всего на кровопотерю организм реагирует именно в утренние часы, чем раньше происходит донация, тем легче переносится эта процедура.

После 12:00 сдавать кровь рекомендуется только постоянным донорам.

Не стоит планировать сдачу крови непосредственно перед экзаменами, соревнованиями, на время особенно интенсивного периода работы и т.п.

Донорство безвредно для здоровья людей. Всё, что соприкасается с донором в лаборатории, операционной, однократного применения, что полностью исключает инфицирование донора. Мужчины могут сдавать кровь 5 раз в году, женщины — 4 раза.