

15 лет назад в России был утверждён Национальный день донора. Памятную дату установили в честь первого переливания крови, которое произвели ещё в начале 19 века. Этот метод спасения человеческой жизни признали не сразу: потребовалось немало времени, чтобы путём проб и ошибок доказать его эффективность и исключительную ценность для медицины.

Донором называют человека, который по доброй воле, из-за сердечной отзывчивости дает свою кровь людям. Это слово произошло от латинского «donare», что означает - «дарю». Миллионы людей обязаны своей жизнью тем, кого они никогда не видели – тем, кто добровольно отдает свою кровь во благо и спасение других. Те, кого однажды спасла донорская кровь, наверняка, много раз про себя говорили «спасибо» тому неизвестному, что который заново подарил жизнь.

Работники СОГБУ «Пожарно-спасательный центр» не остались в стороне и совершенно безвозмездно вступили в ряды доноров, благодаря которым люди, чья жизнь находится под угрозой, получают шанс на спасение.

«Ничего страшного в этой процедуре нет — здоровый человек переносит забор крови без каких-либо последствий, конечно человек должен сам прийти к донорству и понять, действительно ли он хочет помогать другим людям и вести при этом здоровый образ жизни. Люди, сдающие кровь, совершают гражданский акт, не задумываясь, кому именно поможет их кровь, не рассчитывая на вознаграждение. А именно те, кто совершает такие поступки бескорыстно, исполняя свой человеческий долг, и формируют гражданское общество.» - говорит заместитель директора Холиков Юрий Анатольевич, он является активным донором вот уже несколько лет.

Спасатель кинологического отряда, профессиональной аварийно-спасательной службы Екатерина Батурина вместе с мужем Александром регулярно посещают Смоленский Центр Крови.

«В России очень много людей нуждаются в переливании крови. Кровь и её компоненты необходимы больным тяжелых онкогематологических заболеваний, среди которых большой процент детей, препараты необходимы женщинам в послеродовом периоде, пациентам, попавшим в ДТП. Я хочу поблагодарить всех доноров — людей, дарящих жизнь, за их щедрые сердца, за желание помочь другим в беде, и искренне пожелать здоровья. Ну а тем, кто решился в первый раз на сдачу крови – удачи. Кто знает, может именно ваша кровь станет для кого-то тем самым шансом, последней надеждой на жизнь...» -подытожила Екатерина.

Смоленский центр крови рад Вам всегда!
214014, г. Смоленск, ул. Ковтюха, д. 6. Режим работы: Понедельник – пятница с 7.30 до 16.30 суббота и воскресенье выходной

<https://bloodsmol.ru/kontakty/>

<https://vk.com/smolsck>

Как подготовиться к донации?

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. Натощак сдавать кровь не нужно!

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, КРОМЕ 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.

Также за час до процедуры донации следует воздержаться от курения.

Медики установили, что лучше всего на кровопотерю организм реагирует именно в утренние часы. И чем раньше происходит донация, тем легче переносится эта процедура. После 12:00 сдавать кровь рекомендуется только постоянным донорам.

Не следует планировать донацию после ночного дежурства или просто бессонной ночи.

Не планируйте сдачу крови непосредственно перед экзаменами, соревнованиями, сдачей проекта, на время особенно интенсивного периода работы и т. п.

При себе необходимо иметь оригинал паспорта.

Следование этим несложным правилам особенно важно при сдаче тромбоцитов или плазмы, их нарушение повлияет на качество заготавливаемых компонентов крови

Что касается самочувствия во время кроводачи, то у некоторых людей наблюдается легкое головокружение. Недомогание может быть незначительным понижением давления. Однако обычно организм здорового человека с этим легко справляется.

После совершения донации

Непосредственно после сдачи крови посидите расслабленно в течение 10–15 минут.

Если вы чувствуете головокружение или слабость, обратитесь к медперсоналу. Самый простой способ помочь себе: лечь на спину и поднять ноги выше головы, либо сесть и опустить голову между колен.

Воздержитесь от курения в течение часа после донации.

Не снимайте повязку в течение 3–4 часов, старайтесь, чтобы она не намокла.

Избегайте в этот день тяжелых физических и спортивных нагрузок, подъем тяжестей, в т.ч. и сумок с покупками.

Полноценно и регулярно питайтесь в течение двух суток после донации и выпивайте не менее двух литров жидкости в день: соки, воду, некрепкий чай. Употребление алкоголя не рекомендуется.

Ограничений по вождению автомобиля в день кроводачи нет. За руль мотоцикла можно садиться через 2 часа после донации.

Как часто можно сдавать кровь?

В целях безопасности донорства также важно соблюдать правила, установленные медиками. Так, мужчины могут сдавать кровь не более 5 раз в год, женщины — не более 4.

Материал подготовлен на основе информации открытых источников

<http://smolspas.ru/>
[Юрий Холиков](#)
[#Пожарноспасательныйцентр](#) [#Смоленск](#) [#ПСЦ](#) [#СОГБУ](#) [#ПСО](#) [#Спасатели](#) [#СпасателиСмоленска](#)
[#ПожарныеСмоленска](#)
[#ПожарныеРоссии](#)
[#Огнеборцы](#)
[#АСО](#)
[#ВодолазыСмоленска](#)
[#СаперыСмоленска](#)
[#УМЦ](#)
[#КинологиСмоленска](#)
[#донор](#)
[#ядонор](#)
[#кровь](#)
[#службакрови](#)
[#доноркрови](#)
[#donor](#)
[#yadonor](#)
[#донорство](#)
[#деньдонора](#)
[#помощь](#)
[#спасижизнь](#)
[#здоровье](#)
[#добро](#)
[#россия](#)
[#жизнь](#)
[#сподвижникидобра](#)
[#новости](#)
[#донорствокрови](#)
[#медицина](#)
[#оставайсядонором](#)
[#сдатькровь](#)
[#благотворительность](#)

Автор: superadmin
21.04.2022 08:24



