

ALTE INFORMAȚII PENTRU DONATORI

Donarea de sînge este inofensivă sută la sută, nu te poți infecta cu HIV/SIDA sau alte infecții.

Se utilizeaza un ac steril si de unica folosinta pentru fiecare donare.

Senzatia de lesin sau oboseala dupa donare este foarte rar întâlnita.

Puteti dona doar daca starea de sanatate va permite si va simtiti bine.

Vi se vor pune cîteva întrebări legate de starea de sanatate si vi se va face un mic examen medical – temperatura, puls, tensiune.

Rezultatele testelor ramîn confidentiale.

Rezultatele testelor de laborator ramîn a fi confidentiale. Donatorii de sînge/componente sanguine, sunt în drept de a afla rezultatele testelor de laborator a sîngelui după donare. La solicitarea informației, obligatoriu se va prezenta actul de identitate.

Informația poate fi obținută în orice punct de colectare a sîngelui.

Pentru a beneficia de o experienta placuta în urma donarii, donatorii sunt rugati sa stea cîteva minute dupa donare; sa evite exercitiile ori ridicarea de greutati în următoarele 5 ore de la donare.

Calitatea sîngelui.

Asigurarea calitatii rezervelor de sînge se face printr-un proces ce presupune testari riguroase, procesare atenta, etichetare, stocare si un atent control al calitatii.

BIBLIOTECA PUBLICĂ S.TĂTĂREȘTI



*DoneaZA și tu!
Gangele tau salveaZA trei vieți*

ȘI TU AI PUTEA FI UN ÎNGER!

10 argumente PRO donare

1. Sîngele donat de tine poate contribui la salvarea vietii unui copil nou-nascut, unei mame, unui tata, unui frate sau surori. O donatie de sînge poate salva chiar trei vieti.
2. Poti fi sigur ca sîngele donat de tine va fi întotdeauna necesar si poate fi de folos chiar cuiva apropiat tie.
3. Sîngele reprezinta un dar nepretuit, care nu poate fi cumparat cu bani, ci poate fi doar donat de la o persoana la alta.
4. E ceva ce poti oferi „din inima”, desi uneori nu este suficient pentru toata lumea, care are nevoie.
5. E un mod de a fi admirat de cei din jur pentru gestul care l-ai facut.
6. E un mod de a arata ca esti receptiv la suferintele altor oameni.
7. Donînd sînge, intri în familia mare a donatorilor si poti fi sigur, ca atunci cînd va fi nevoie, vei fi ajutat.
8. Procedura de donatie e simpla, rapida si inofensiva. Îti va lua doar o jumătate de ora.
9. E un lucru demn de urmat, uman, corect, care nu cere un efort mare pentru a-l efectua.
10. Vei pasi mai usor dupa donare, vei fi mai „usor” cu aproape o jumătate de kilogram.

Cine poate fi donator

CE TREBUIE SĂ CUNOASCĂ PERSOANELE CARE POT FI DONATORI DE SANGE:

- **Vîrsta** cuprinsa între **18-60 ani**;
- **Greutate** corporala minima **50 kg**;
- **Tensiunea arteriala**: maxima nu depaseste 180 mmHg, iar minima 100 mmHg;
- **Valoarea hemoglobinei** nu este mai joasa de 125g/l pentru femei si nu mai putin de 135 pentru barbati;
- Nu prezinta afectiuni de genul: boli de piele, sechele pulmonare, operatie de ulcer, tendinta de sîngerare anormala, s.a;
- **Intervalul de timp** între doua donari de sînge nu poate fi mai mic de **60 zile**.

Ce trebuie să faceți înainte, în timpul și după donare

Înainte de donare:

- Odihniti-va bine în noaptea de dinaintea donarii.
- Mîncati ceva usor înainte de donare.
- Consumati mai multe lichide pentru a înlocui volumul pe care îl veti dona. Evitati însa ceaiul, cafeaua sau alte bauturi ce contin cofeina.
- Consumati alimente bogate în fier – carne rosie, peste, ficat, fasole, cereale îmbogățite cu fier, stafide sau prune.
- Evitati mîncarurile grase ca hamburgerii, cartofii prajiti ori înghetata înainte de donare. Testele pentru infectii facute asupra sîngelui donat, pot fi afectate de grasimi – lipide – ce apar în sînge la cîteva ore dupa ce au fost consumate mîncarurile grase.

În timpul donarii:

- Purtati haine cu mîneci care se pot ridica usor mai sus de cot.
- Relaxati-va!

După donare:

- Imediat dupa donare puteti servi un sandwich si un suc daca simtiti nevoia
- Rehidratati-va consumând lichide.
- Daca va simtiti ametit, întindeti-va, preferabil cu picioarele mai sus, pîna cînd senzatia trece.
- În cazurile rare cînd mai au loc usoare sîngerari dupa îndepartarea bandajului, apasati locul respectiv si tineti bratul ridicat timp de 3-5 minute.
- Daca apar sîngerari sau vîntai sub piele, aplicati comprese reci pe locul respectiv în primele 24 de ore.

Bucurati-va de senzatia ce apare atunci cînd realizați ca e posibil sa fi salvat chiar si trei vieti numai cu o singură donație de sînge.