

INFORMÁCIE O DAROVANÍ KRVI

Prečo darovať krv?

Potreba krvi je veľká. Približne 180 000 transfúzných jednotiek červených krviniek sa každoročne spotrebuje iba na Slovensku. Obete úrazov a nehôd, ľudia podstupujúci operácie, pacienti liečiaci sa na leukémii a nádorové ochorenia, a tiež



na ochorenia krvných buniek, tí všetci potrebujú krv. Celosvetovo je za jeden rok pacientom podaných viac ako 26,5 milióna jednotiek krvných zložiek.

Darovanie krvi je skutočným „darom života“, ktorý zdravý jedinec môže poskytnúť ľuďom chorým a po úrazoch. Je to veľmi prospešný, bezpečný a jednoduchý humánný krok.

Celý proces darovania krvi trvá, od registrácie až po odchod domov, približne hodinu a samotný odber len 5 – 15 minút, počas ktorých daruje darca 450 ml krvi. Krv je ďalej spracovaná (rozdeľovaná) na jednotlivé



zložky, ktoré môžu pomôcť zachrániť ľudské životy. Červené krvinky, prenášače kyslíka, zachraňujú životy pacientov počas operácií a po úrazoch. Plazma, tekutá zložka krvi, je určená pre pacientov trpiacich poruchami zrážania krvi. Tretia zložka, krvné doštičky, zastavuje

krvácanie pri rezných poraneniach a pri otvorených krvácaniach. Často sa podávajú pacientom liečiacich sa na nádorové ochorenia a aj pacientom po transplantácii.

Predtým ako sa rozhodnete darovať krv



Na webovej stránke si nájdite pre vás najbližšie transfúziologické pracovisko a zistite si, v akom čase je možné absolvovať odber.

Pokiaľ ste sa rozhodli darovať krv, musíte spĺňať všeobecné základné kritériá:

- Musíte mať vek od 18 do 60 rokov. Pokiaľ ste pravidelným darcom, môžete darovať krv až do svojich 65 rokov.
- Musíte mať telesnú hmotnosť minimálne 50 kg.
- Nesmiete byť nosičom vírusu HIV (mať AIDS)
- Nemôžete byť po prekonaní hepatitídy (žltacky) typu B a C.
- Nemôžete trpieť na iné závažné a chronické ochorenia.



Krv nedarujte v prípade (resp. trvalo nemôžete darovať krv):

- Užívania drog vnútrožilovo či vnútro svalovo teraz alebo v minulosti.

- Poskytovanie alebo prijímanie platených sexuálnych služieb.



- Pohlavného styku medzi mužmi.
- Promiskuitného spôsobu života s častým striedaním sexuálnych partnerov.
- Užívania anabolických steroidov, ktoré nie sú predpísané lekárom.
- Liečby poruchy zrážania krvi krvnými prípravkami.

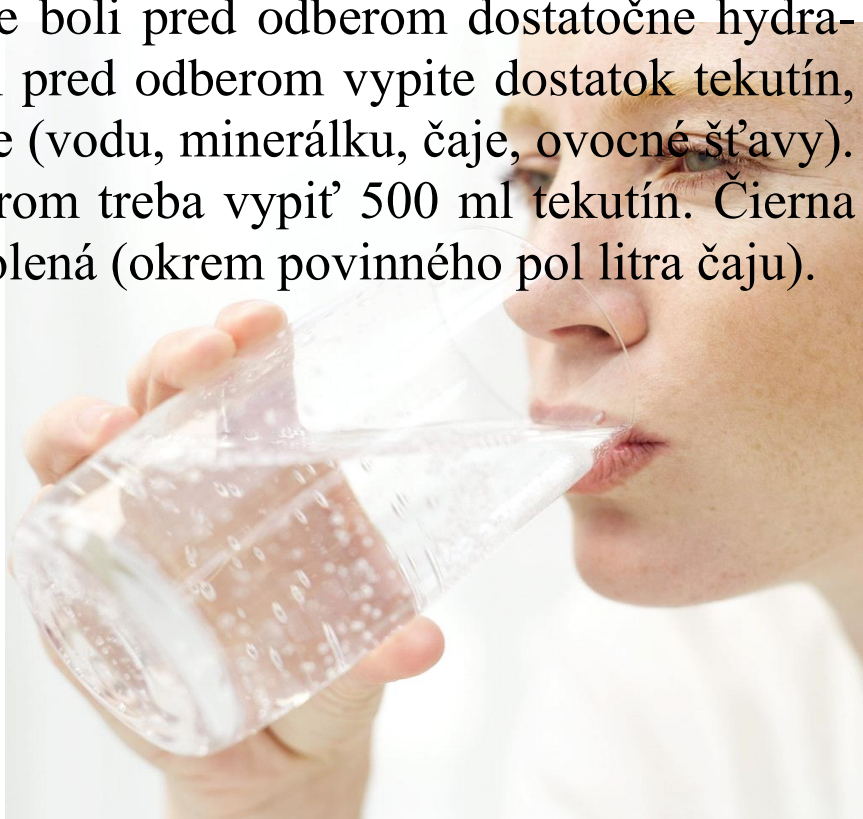
Darovanie krvi nie je spôsobom otestovania sa na nosičstvo krvou prenosných chorôb! Pamätajte na to ešte predtým, než sa rozhodnete stať sa darcom krvi.

Pre ženy nie je vhodné ísť darovať krv počas menštruácie, resp. tesne pred ňou alebo po nej.

V prípade, že si nie ste istí, či ste vhodným kandidátom na darovanie krvi, vopred zavolajte do transfúziologického pracoviska a vašu situáciu skonzultujte s lekárom.

Príprava na darovanie krvi

Je nutné, aby ste boli pred odberom dostatočne hydratovaní. 24 hodín pred odberom vypite dostatok tekutín, minimálne 2 litre (vodu, minerálku, čaje, ovocné šťavy). Ráno pred odberom treba vypiť 500 ml tekutín. Čierna káva je tiež povolená (okrem povinného pol litra čaju).



Nehladujte! Na odber krvi netreba prísť nalačno! Večer pred odberom a taktiež tesne pred odberom nejedzte tučné jedlá (syry, maslo, smotanu, mäsové jedlá a výrobky, údeniny...). Vhodné je jesť ľahké sacharidové jedlá: ovocie, zeleninu, sucháre, netukové pečivo, džem, med...





Pred odberom krvi nefajčite (minimálne 6 hodín), nepite alkohol (aspoň 12 – 14 hodín) a 24 hodín pred odberom sa nevystavujte príveľkej psychickej a telesnej námahe, vynechajte tréningy a návštevu posilňovne.

Alkohol, tučné jedlá, telesná námaha a niektoré lieky môžu prechodne spôsobiť zvýšenú aktivitu pečňových enzýmov (ALT). Dbajte na to, aby ste boli oddýchnutí, čerství, po výdatnom spánku, pretože váš fyzický stav sa odzrkadlí na kvalite vašej krvi.



Proces darovania krvi

Príchod do transfúziologického zariadenia a registrácia

Preukážete sa občianskym preukazom a vašou kartou poistenca a pokiaľ nie ste prvodarca, aj vašou kartou darcu krvi.

Vyplníte dotazník pre darcu krvi, plazmy a krvných buniek, ktorý zahŕňa vaše osobné identifikačné údaje a rôzne dôležité otázky týkajúce vášho zdravia, životného štýlu, rizikových faktorov a vami prekonaných chorôb.

Treba ho vyplniť pravdivo, bez akéhokoľvek zatajania závažných skutočností, ktoré by mohli spôsobiť ujmu na zdraví darcu (vyvolanie epileptických kŕčov pri epilepsii, zlyhanie srdca pri závažných srdcových ochoreniach, atď.), ale aj prípadného príjemcu transfúzneho lieku, ktorého organizmus je väčšinou oslabený.

Pýtajte sa na všetko, čomu v dotazníku nerozumiete! Je veľmi dôležité, aby ste porozumeli všetkým položeným otázkam.



Celý dotazník sa nachádza na webovej stránke, kde si ho môžete vopred pozrieť. Vypĺňa sa pri každej jednej návšteve transfúziologického zariadenia.

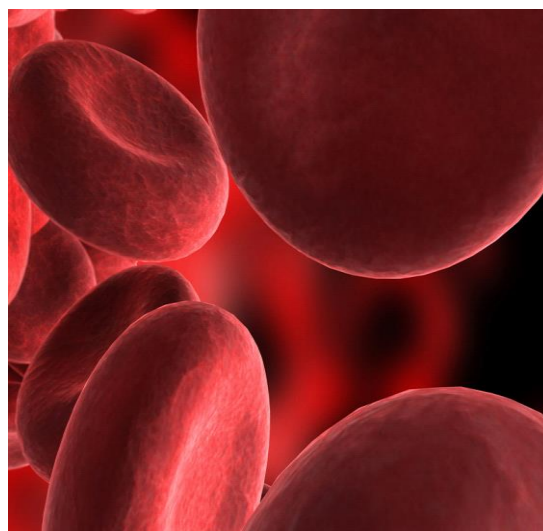
Vyšetrenie pred darovaním krvi



Počas tohto vyšetrenia sa odoberie vzorka krvi z lakt'ovej žily (v transfúziologickom zariadení), alebo z prsta (väčšinou v teré-ne). Z tejto vzorky sa vyšetří krvný obraz, alebo len hladina hemoglobínu (červeného krvného farbiva).

Zisťuje sa, či je jeho hladina dostatočne vysoká na darovanie krvi. Sestra overí tiež vašu krvnú skupinu.

Spolu s vyplneným dotazníkom a výsledkom zo základného vyšetrenia krvi (krvný obraz, krvná skupina a hladiny hemoglobínu) prichádzate k lekárovi, ktorý prejde váš dotazník a overí niektoré otázky týkajúce sa vášho zdravia, životného štýlu a prekonaných chorôb. Všetky tieto informácie sú považujú sa za lekárske tajomstvo. Lekár vykoná

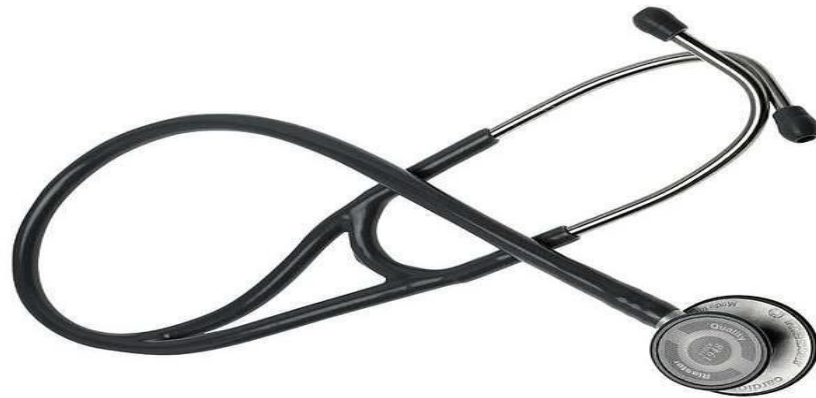


krátke vyšetrenie, zmeria vám tlak



krvi a pulz,
a srdce.

prípadne popočúva vaše pľúca



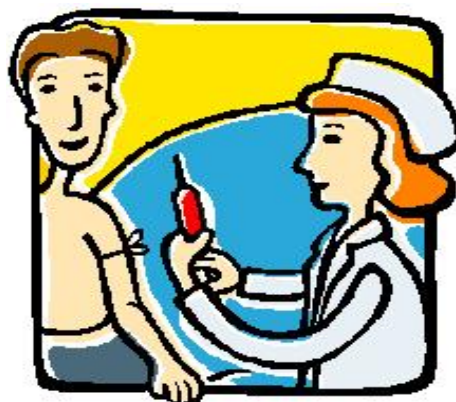


Trvalo vyradiť vás môže lekár pri závažných ochoreniach, ktorých následkom vznikajú zmeny vo vašom organizme, a pri ktorých by mohlo dôjsť ku poškodeniu zdravia príjemcu alebo darcu.

Počas čakania si darca doplní tekutiny a posilní sa sušienkou. Dôležité je, aby ste sa cítili príjemne.

Samotné darovanie krvi

Potom, ako je predodberové vyšetrenie hotové a v poriadku, môžete v odberovom boxe pristúpiť k odberovému lôžku, kde vám zdravotná sestrička vydezinfikuje oblasť lakt'ovej jamky dezinfekčným prostriedkom. Následne profesionálne a jednorazovým materiálom doberie krv z lakt'ovej žily. Zdravotnú sestru treba vopred upozorniť na vašu prípadnú alergiu na dezinfekčné prípravky. Všetky zdravotnícke nástroje a pomôcky používané pred alebo počas odberu krvi sú sterilné a jednorazové a po použití sa vyhadzujú.



Na začiatku odberu pocítite malé bodnutie, ale to trvá iba pár sekúnd, potom nie je dôvod obávať sa žiadnej bolesti. Počas odberu vám bude odobratých približne 450 ml krvi, ktorou sa naplní odberový vak s protizrá-

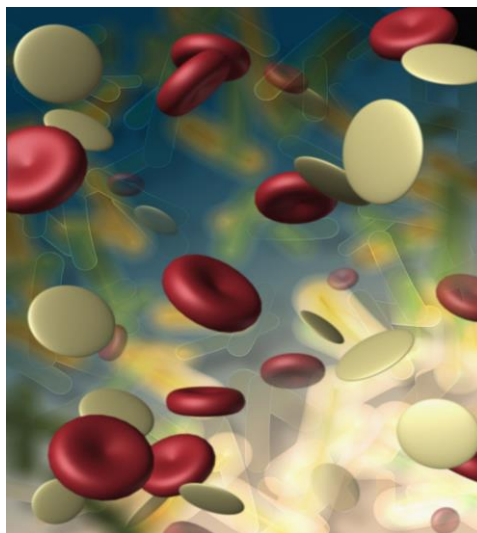


žavým činidlom približne za 5 až 15 minút. Tento odobratý objem krvi je pre darcu neškodný.

Po odbere sa odporúča zostať ležať na odberovom lôžku aspoň 15 minút. Počas tejto doby je krv znovurozdeľená (redistribuovaná) a vaše telo sa prispôsobuje poklesu objemu krvi po odbere.

Ober krvných doštičiek pomocou aferetického prístroja

Odber krvných doštičiek trvá približne 1 hodinu, podľa obsahu krvných doštičiek v krvi. Ich hodnota – množstvo musí byť vyššie ako pri odbere celej krvi. Odobierajú sa len krvné doštičky a malé množstvo plazmy (cca 140 ml) pomocou separátora tak, že prístroj opakovane odoberie malé množstvo krvi, oddelí z nej krvné doštičky a ostatné zložky krvi vráti späť darcovi. Po odbere krvných doštičiek klesne počet doštičiek asi o 10%, hodnoty sú po odbere stále v rámci normy. Odobraté množstvo krvných doštičiek sa obnoví do 5 dní.



Po darovaní krvi

Po odbere sa presuniete do bufetu, kde sa občerstvíte a zosilníte natoľko, aby ste mohli odísť. Dostanete strav-
né lístky na zakúpenie občerstvenia.



Po darovaní krvi odporúčame zvý-
šený príjem tekutín budúcich 24 až
48 hodín, vyhýbať sa zvýšenej
telesnej záťaži, zdvíhaniu ťažkých
predmetov a ťahovej záťaži na ra-
meno, z ktorého bol robený odber
minimálne na 5 hodín. Budúcich 24
hodín jedzte vyváženú stravu. Ne-
dporúča sa piť alkoholické nápoje
a fajčiť. Ihneď po odbere nie je
žiaduce viesť motorové vozidlo.

Aj napriek tomu, že darcovia majú
málokedy pocit fyzického diskomfortu po odbere, pred-
sa len môže dôjsť k zníženiu krvného tlaku, krúteniu
hlavy, až mdlobám. Ak by ste sa cítili slabý, ľahnite si
a počkajte, pokiaľ vám tento stav neprejde. Ak by ste
spozorovali krvácanie alebo krvavú podliatinu miesta
vpichu po námahe, alebo po odstránení náplasti, zo-
dvihnite rameno nad úroveň srdca a počkajte až do
zastavenia krvácania. Ak sa vám zdá podliatina výrazná,
alebo ste spozorovali krvácanie pod kožu, treba apli-
kovať studený obklad.

Ak by ste mali nejaké otázky týkajúce sa darovania krvi,
alebo by ste mali neočakávané problémy v spojitosti
s odberom, prosíme vás o kontaktovanie vášho transfú-
ziologického pracovníka.

Upozornenie

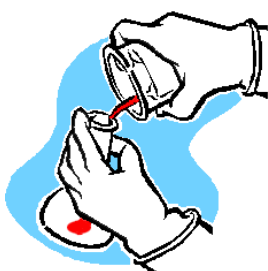
V prípade zmien vášho zdravotného stavu po darovaní krvi (napr. horúčka budúcich 7 dní po odbere, infekčné ochorenie...) ihneď nahláste túto skutočnosť lekárovi transfúziologického pracoviska kde ste darovali krv. V prípade návštevy vášho praktického lekára, upovedomte ho o dátume vášho posledného darovania krvi.



Možnosť samovyradenia

Ak ste už darovali krv, a počas odberu ste si uvedomili, že nespadáte do kritérií darcu, využite možnosť samovyradenia a vaša krv nebude spracovaná a jej zložky podané pacientom. Samozrejme urobíte tak bez udania akéhokoľvek dôvodu.

Ako je testovaná odobratá krv?



Každá jedna odobratá krv je testovaná a je z nej určená krvná skupina A, B, AB, 0, Rh faktor +/-, tiež protilátky proti červeným krvinkám ktoré by mohli byť príčinou problémov pre príjemcu.

Darovaná krv sa vyšetří na nasledovné testy na infekčné ochorenia:

- Povrchové antigény hepatitídy (žltacky) typu B (HbsAg)
- Protilátky proti vírusu hepatitídy (žltacky) typu B (anti HBC)
- Protilátky proti vírusu hepatitídy (žltacky) typu C (anti-HCV)
- HIV 1 a HIV 2 protilátky (anti-HIV-1 a anti-HIV-2) a antigénu p24 (testy na AIDS)
- Sérologický test na syfilis
- Stanovenie hladiny pečeňového enzýmu (ALT)



Pokiaľ bol nájdený patologický nález iba v jednom z týchto testov, darcovia sú informovaní a predvolaní do transfúziologického zariadenia, kde sa im odporúča navštíviť svojho praktického lekára.

Ďalšie predvolanie na darovanie krvi teda svedčí o negatívite všetkých testov pri vašom poslednom darovaní krvi.