

## **Кровь во имя жизни.**

**14 июня отмечается Всемирный день донора крови.** Это — особый день, отмечаемый в честь безвозмездных доноров крови. Целями этого события являются повышение осведомленности о необходимости безопасной крови и ее продуктов и, конечно же, выражение благодарности донорам, добровольно и безвозмездно предоставляющим свою кровь для спасения человеческих жизней.

Дата приурочена ко дню рождения австрийского врача и иммунолога Карла Ландштейнера (1868-1943), удостоенного в 1930 году Нобелевской премии по физиологии и медицине за открытие групп крови у человека.

**«Донорство»** - слово, происходящее от латинского **donar**, которое означает добровольный отказ здорового человека (донора) от своего органа (крови) в пользу больного, который в нем нуждается. Донору крови предоставляется исключительная возможность подарить свою кровь незнакомому человеку и спасти его жизнь. Искусственной альтернативы продуктам крови на данный момент не существует. Пожертвованная донорами кровь используется при сложных хирургических операциях или родах, кровотечениях, тяжелых травмах, ожогах и др. заболеваниях. Кровь одного донора разделяется на компоненты и, благодаря этому, может спасти жизнь 4-5 человекам.

### **Кто может стать донором?**

Донором может быть здоровый, весящий не меньше 50 кг. человек 18-65 лет. Первый раз можно сдать кровь до 60 летнего возраста.

### **Что необходимо для донора?**

Донор должен следовать здоровому образу жизни. Перед сдачей крови он должен хорошо отдохнуть. За неделю до сдачи крови желательно воздержаться от употребления алкоголя. Непосредственно перед сдачей крови нельзя курить во избежание попадания никотина в кровь. Накануне следует исключить из рациона жирную пищу (сало, масло, жирные мясо и рыбу, сметану, яйца), так как кровь насыщается жировыми веществами и становится непригодной для переливания больным. В эти дни можно употреблять нежирные отварные мясо и рыбу, а также каши и картофель, овощи и фрукты. За 3 часа до сдачи крови необходимо поесть.

Если донор перед сдачей крови употреблял лекарства, необходимо об этом сообщить лаборанту, который измеряет давление и принимает решение о возможности сдачи крови пациентом.

### **Безопасна ли сдача крови?**

Сдаваемое количество крови не вредит здоровью донора, объем крови восстанавливается за 24 часа. При заборе крови используются одноразовые системы, во избежание заражения донора. Между двумя сдачами крови должен быть двухмесячный перерыв. Женщины могут сдавать кровь до 4 раз, а мужчины – до 5 раз в год.

### **Кто не может быть донором?**

Донором не может быть носитель вируса иммунодефицита человека (ВИЧ) или лицо, которое подозревает у себя наличие ВИЧ, поскольку будущим переливанием крови подвергает опасности жизнь пациента. Кровь не могут сдавать беременные, кормящие грудью матери и люди, переболевшие желтухой.

После процедуры рекомендуется воздерживаться от интенсивных физических нагрузок, побольше пить и полноценно питаться. Для восстановления давления нужно съесть шоколад, гематоген, выпить кофе.

В 2015 г. благодаря донорам в Луганской Народной Республике было заготовлено 10896 литров цельной крови и 6511,6 л плазмы. За 1-й квартал 2016 г. заготовлено цельной крови 3351,6 литров, плазмы 1857,2 литра.