

KIEDY MOŻESZ ZOSTAĆ DAWCĄ

**18-65
LAT**

**ważysz
ponad 50 kg**



**posiadasz
dokument ze
zdjęciem
i nr PESEL**



**jesteś
zdrowy**



**w ciągu ostatnich
6 miesięcy nie robiłeś
tatuażu, akupunktury,
nie miałeś przebitych
uszu lub innych
części ciała**



**NA 24 GODZINY
PRZED
ODDANIEM KRWI**

Nie pij alkoholu

Ogranicz palenie

zjedz lekki posiłek

Wypij dużo płynów

Wyśpij się

Unikaj wysiłku

Nie jedz tłustych potraw



Dziś, jutro, za miesiąc...

Pani Basia, kuzyn Wojtek, sąsiadka, synek koleżanki...

Każdy kiedyś może potrzebować krwi.

Nie da się jej niczym zastąpić. Można się nią podzielić.

Na Twoją krew i jej składniki czekają chorzy oraz poszkodowani w nieszczęśliwych wypadkach. Jest wiele chorób, które leczy się uzupełniając brakujące elementy krwi. Krwotoki, przeszczepy organów, choroby hematologiczne wymagają przetaczania składników krwi. Podczas zabiegów chirurgicznych, kiedy ubytek krwi jest duży, często potrzebna jest transfuzja. Jednym źródłem krwi jest zdrowy człowiek.

Jak wygląda pobranie krwi?

Samo oddawanie krwi trwa ok. 20 min. W dniu poprzedzającym oddanie krwi należy zjeść lekkostrawną kolację, a w dniu donacji – śniadanie z jak najmniejszą zawartością tłuszczu. Należy zwrócić uwagę na uzupełnienie płynów (woda, soki, herbata) już w dniu poprzedzającym oddanie krwi, aby nawodnić organizm. Po zarejestrowaniu się w Centrum Krwiodawstwa przechodzi się obowiązkowe badania lekarskie, a także pobierana jest próbka krwi, w celu upewnienia się, czy dana osoba może zostać Honorowym Krwiodawcą. Podczas pobrania właściwego zazwyczaj oddaje się tzw. jednostkę (450 ml) krwi pełnej.

Ważne: krew pobierana jest wyłącznie przy użyciu jednorazowego sprzętu, tak więc nie istnieje ryzyko zarażenia się żadną chorobą.

**DOŁĄCZ DO TYCH, KTÓRZY RATUJĄ ŻYCIE I ZDROWIE
– ZOSTAŃ HONOROWYM DAWCĄ KRWI!**

**ZAPRASZAMY DO UDZIAŁU
W WAKACYJNEJ WOJEWÓDZKIEJ
AKCJI HONOROWEGO ODDAWANIA KRWI
W DNIU 22.08.2018 R., W GODZ. 8.30 – 14.00
W LUBELSKIM URZĘDZIE WOJEWÓDZKIM UL. SPOKOJNA 4**

Lublin, dnia 1 sierpnia 2018 roku

„Wakacyjna wojewódzka akcja honorowego oddawania krwi”

Szanowni Państwo,

w odpowiedzi na apel Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Lublinie oraz w związku z corocznym, wzrastającym zapotrzebowaniem na krew i składniki pochodne w okresie letnim, Wojewoda Lubelski Pan Przemysław Czarnek zaprasza wszystkich zdrowych i pełnoletnich mieszkańców województwa lubelskiego do aktywnego udziału w wakacyjnej wojewódzkiej akcji zbiórki krwi.

Zbiórka krwi odbędzie się w środę, 22 sierpnia 2018 roku w godzinach 8.30-14.00, w Sali Kolumnowej Lubelskiego Urzędu Wojewódzkiego w Lublinie (ul. Spokojna 4).

Jestem przekonana, że wspólnie podjęte działania na rzecz osób potrzebujących pomocy będą nie tylko integrować nas wokół idei honorowego krwiodawstwa, ale także umacniać świadomość godności i wagi życia każdego człowieka oraz należnego mu szacunku. Dlatego też zachęcam Państwa do aktywnego udziału w akcji oraz zwracam się z uprzejmą prośbą o rozpowszechnienie niniejszego zaproszenia za pośrednictwem wszelkich możliwych kanałów komunikacyjnych Państwa jednostki (strona internetowa, Facebook, Twitter).

Łączę wyrazy szacunku,

