



**СЛУЖБА  
КРОВИ**

ГОСУДАРСТВЕННАЯ ПРОГРАММА  
РАЗВИТИЯ ДОНОРСТВА КРОВИ  
И ЕЕ КОМПОНЕНТОВ



# СТАНЬ ДОНОРОМ

**ТЫ МОЖЕШЬ СПАСТИ  
ЖИЗНЬ ЧЕЛОВЕКА**



**Станция переливания крови ФМБА России**



**г. Екатеринбург, ул. Соликамская, д. 6**



**Регистратура +7 (343) 322 73 48**



**ekbspk**



**ekbspk**



**службакровифмба66.рф**

## КТО МОЖЕТ СТАТЬ ДОНОРОМ



Дееспособный гражданин РФ



Возраст от 18 лет



Вес не менее 50 кг (ИМТ 18,5 – 40)



Температура тела не более 37°C



Не имеющий абсолютных  
или временных противопоказаний



Соблюдавший диету  
перед сдачей крови

## КАК СТАТЬ ДОНОРОМ

Прийти на станцию переливания  
крови с паспортом или другим  
удостоверением личности



Заполнить анкету в регистратуре



Пройти осмотр врача на станции



Пройти экспресс-анализ крови на  
уровень гемоглобина и группы  
крови/резус-фактора на станции



Врач на приеме принимает решение  
о допуске к донации



## РЕКОМЕНДАЦИИ ДО СДАЧИ



- |   |   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>⊘ жирное / жареное / соленое / копченое</li> <li>⊘ молочное / масло</li> <li>⊘ колбасу / сосиски</li> <li>⊘ яйца</li> <li>⊘ авокадо / бананы / цитрусовые / свеклу</li> <li>⊘ соусы (кетчупы, майонез, сметана)</li> <li>⊘ семечки / орехи / халву</li> <li>⊘ алкоголь и энергетики</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>✔ сладкий чай с вареньем</li> <li>✔ соки, морсы, компоты</li> <li>✔ крупы и каши на воде</li> <li>✔ макароны на воде без масла</li> <li>✔ хлеб, сухари, сушки</li> <li>✔ фрукты (кроме бананов и фиников)</li> </ul> |
|---|---|

## ЗАПРЕЩЕНЫ ПЕРЕД СДАЧЕЙ

**48** часов  
алкоголь

**72** часа  
лекарства,  
содержащие  
аспирин и  
анальгетики

**1** час  
курение

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПОСЛЕ СДАЧИ

- ♥ Посидите расслабленно в течение 10–15 минут
- ♥ Воздержитесь от курения 1 час
- ♥ Не снимайте повязку в течение 2–3 часов
- ♥ Избегайте в день взятия крови тяжелых физических и спортивных нагрузок, подъема тяжестей
- ♥ Полноценно и регулярно питайтесь, особенно в течение двух суток после донации и выпивайте не менее 2-х литров жидкости в день: сок, воду, некрепкий чай, морс
- ♥ Употребление алкоголя не рекомендуется
- ♥ Ограничений по вождению автомобиля в день кроводачи нет. За руль мотоцикла можно садиться через 2 часа после донации

## ГДЕ ПРИМЕНЯЕТСЯ ДОНОРСКАЯ КРОВЬ

- ✚ при хирургических операциях
- ✚ при родах
- ✚ при потере крови
- ✚ при тяжелых травмах и ожогах
- ✚ для лечения анемии
- ✚ для лечения лейкемии и раковых заболеваний
- ✚ при болезни печени
- ✚ для лечения сбоев в свертываемости крови
- ✚ для лечения шокового состояния

Также из крови и её компонентов делают лекарства для больных некоторыми тяжелыми заболеваниями – например, гемофилией.

**К сожалению, до сих пор ученые не изобрели никаких заменителей человеческой крови. Это значит, что всем нуждающимся в переливаниях крови могут помочь только доноры!**

## КАК ЧАСТО МОЖНО СДАВАТЬ КРОВЬ

**МУЖЧИНАМ**

**ЖЕНЩИНАМ**



## ИНТЕРВАЛЫ МЕЖДУ РАЗЛИЧНЫМИ ВИДАМИ ДОНОРСТВА (ДНЕЙ)

	Кроводача	Плазмаферез	Тромбоцитаферез
Кроводача	60	30	30
Плазмаферез	14	14	14
Тромбоцитаферез	14	14	14

## ОТВЕТЫ НА ЧАСТЫЕ ВОПРОСЫ

### **Сколько раз нужно сдать кровь, чтобы стать Почетным донором России?**

- ☉ 40 и более раз сдать кровь и/или ее компоненты (кроме плазмы)
- ☉ более 25 раз сдать кровь и/или ее компоненты + плазму, чтобы в сумме получилось 40 сдач
- ☉ менее 25 раз сдать кровь и/или ее компоненты + плазму, чтобы в сумме получилось 60 сдач
- ☉ плазму 60 раз



**Обратите внимание:** для получения статуса Почетный донор России, учитываются только безвозмездные донации.

### **Я принимаю препараты, которых нет в списке временных противопоказаний для отвода от донорства. Я могу сдать кровь?**

Решение о допуске на донацию принимает врач. Обратите внимание, что поводом для отвода может быть именно причина приёма препаратов, т.е. заболевание или состояние, которое вы компенсируете препаратами. Вам необходимо максимально честно отвечать на вопросы врача.

### **Что я получу за сдачу крови?**

Донор, сдавший кровь (компоненты), получит:

- ☉ Денежную компенсацию на питание в размере 5% от установленного прожиточного минимума
- ☉ Справку на 2 выходных дня по месту работы
- ☉ Высокую самооценку и моральное удовлетворение от осознания того, что Вы помогли спасти жизни людям

Кроме того у донора, будет постоянный контроль состояния своего здоровья благодаря регулярным осмотрам врача и лабораторным исследованиям крови

### **Достаточно ли у меня крови, чтобы часть отдать на донорство?**

У взрослого человека 4-5 литров крови. Во время кроводачи берут 450 мл крови - это составляет 8% всей крови организма, которые восстанавливаются в течение 72 часов. Более того, регулярная кроводача не только полностью безопасна, но и стимулирует иммунную и кроветворную системы.

## ОТВЕТЫ НА ЧАСТЫЕ ВОПРОСЫ

### **Могу ли я заразиться вирусной инфекцией во время кроводачи?**

Это невозможно, т.к. кровь не соприкасается с кровью другого человека. При проведении процедуры используются одноразовые инструменты и материалы, что полностью исключает возможность взаимодействия организма донора с внешней средой.

При процедуре донорства тромбоцитов используется замкнутая одноразовая система, когда аппарат для тромбоцитафереза заряжается непосредственно перед каждым донором.



**С донорами работают только высококвалифицированные медицинские специалисты донорской службы с многолетним опытом.**

### **Что будут делать с моей кровью?**

Кровь каждого донора основательно исследуется. Сначала определяется группа крови по АВ0-системе, резус-принадлежность и Kell принадлежность. Это необходимо для того чтобы пациент получил подходящий ему компонент крови. Затем, чтобы обеспечить безопасное переливание, проводится исследование на наличие гемотрансмиссивных инфекций.

Целиком донорскую кровь не используют. Каждая дозу крови разделяют на эритроцитную взвесь и плазму. Пациент получает именно тот компонент, который ему необходим. Таким образом, кровь одного донора может спасти жизнь нескольким пациентам.

Эритроцитную взвесь используют во время обычных операций, при потере крови, травмах и для лечения анемии. Плазму используют при болезни печени, потере крови, для лечения сбоев в свертываемости крови, и лечения шокового состояния.

### **Сколько времени занимает процедура сдачи крови?**

С заполнением анкеты, предварительным анализом крови, приемом врача, чаепитием и самой донацией:

- ☉ Цельная кровь 30 минут – 1 час
- ☉ Плазма 1,5 часа
- ☉ Тромбоциты 2,5 часа

## ДОНОРСТВО И ТК РФ

ТК РФ Статья 186. **Гарантии и компенсации работникам в случае сдачи ими крови и ее компонентов**

- ✍ В день сдачи крови и ее компонентов, а также в день связанного с этим медицинского осмотра работник освобождается от работы.
- ✍ В случае, если по соглашению с работодателем работник в день сдачи крови и ее компонентов вышел на работу (за исключением работ с вредными и (или) опасными условиями труда, когда выход работника на работу в этот день невозможен), ему предоставляется по его желанию другой день отдыха.
- ✍ В случае сдачи крови и ее компонентов в период ежегодного оплачиваемого отпуска, в выходной или нерабочий праздничный день работнику по его желанию предоставляется другой день отдыха.
- ✍ После каждого дня сдачи крови и ее компонентов работнику предоставляется дополнительный день отдыха. Указанный день отдыха по желанию работника может быть присоединен к ежегодному оплачиваемому отпуску или использован в другое время в течение года после дня сдачи крови и ее компонентов.
- ✍ При сдаче крови и ее компонентов работодатель сохраняет за работником его средний заработок за дни сдачи и предоставленные в связи с этим дни отдыха.

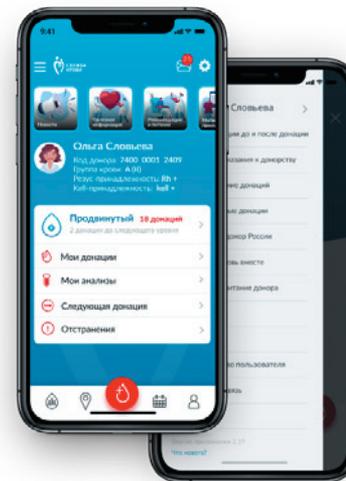
## ПРИЛОЖЕНИЕ СЛУЖБА КРОВИ

### СКАЧАЙТЕ ПРИЛОЖЕНИЕ СЛУЖБА КРОВИ

После донации получите в регистратуре уникальный код

Введите его в приложение и вам будут доступны результаты врачебного осмотра и лабораторных исследований.

Также вы сможете следить за статистикой по совершенным донациям, планировать последующие и мн. другое



## ПОЧЕМУ ДОНОРСТВО ДОБРОВОЛЬНО И БЕЗВОЗМЕЗДНО?

🔥 Кровь не должна становиться коммерческим продуктом.

**!** Когда донорство крови является источником финансовой выгоды, возрастает риск привлечения к донорству людей, нуждающихся в деньгах. Многочисленные исследования показывают, что материальная мотивация доноров — это основной фактор риска. При сдаче крови, зачастую эти люди скрывают истинное состояние здоровья, и как следствие возрастает риск забора инфицированной крови. Конечно, такая кровь сразу выявляется и уничтожается, но таким образом время и инструменты расходуются впустую.

- 🔥 Добровольные доноры являются основой обеспечения безопасных запасов крови и ее компонентов для последующего её переливания.
- 🔥 Делать добро за деньги невозможно, высшая ценность жизни — бескорыстная помощь другому человеку.
- 🔥 Увеличение количества безвозмездных доноров в стране — это показатель улучшения социального климата, показатель усиления позиций гражданского общества.

## ДОНОРСТВО КОСТНОГО МОЗГА (СТВОЛОВЫХ КЛЕТОК)

Трансплантация костного мозга один из эффективных методов лечения злокачественных заболеваний крови и тяжелых состояний. К нему прибегают тогда, когда стандартная химиолучевая терапия неэффективна, и добиться ремиссии заболевания другими путями нельзя. В этом случае неправильно работающий костный мозг заменяют донорским.

Донор костного мозга подбирается по признаку иммунологической совместимости с больным.

Вступить в регистр потенциальных доноров костного мозга может любой дееспособный гражданин РФ в возрасте от 18 до 45 лет лет, не имеющий медицинских противопоказаний.

### 5 ПРОСТЫХ ШАГОВ ДЛЯ ВСТУПЛЕНИЯ В РЕГИСТР:

1. Принять осознанное решение
2. Приехать на станцию переливания крови
3. Заполнить анкету и соглашение
4. Сдать 5–10 мл крови для определения набора генов, отвечающих за тканевую совместимость
5. Вы в регистре, вы — потенциальный донор костного мозга!

Немаловажным фактором для донорства костного мозга является возраст: чем моложе донор, тем выше концентрация гемопоэтических стволовых клеток в трансплантате и их «качество».

## ОТВЕТЫ НА ЧАСТЫЕ ВОПРОСЫ О ДОНОРСТВЕ КОСТНОГО МОЗГА

### **Где находится костный мозг и что это такое?**

Костный мозг – это полужидкая субстанция, важный орган кроветворной системы, ткань, находящаяся внутри кости, которая играет ключевую роль в выработке клеток крови. Костный мозг - ключевое звено иммунной системы. В организме он локализован в бедренных костях, ребрах, в костях черепа и позвоночнике. Ткань костного мозга содержит уникальные по своей морфологии кроветворные (стволовые, гемопоэтические) клетки.

### **Я не донор крови. Могу ли я стать донором костного мозга?**

Да, можете. Если вы здоровы и нет медицинских противопоказаний.

### **Есть ли вознаграждение за донорство костного мозга?**

Во всем мире донорство стволовых клеток костного мозга анонимно, добровольно и безвозмездно. Вознаграждение - это осознание того, что Вы спасли жизнь человеку. Чаще всего ребенку. Вы, как донор, совершаете высокоморальный поступок, за который Вам навсегда будет благодарен пациент и его родственники.

### **Я в регистре, но мне не позвонили. Я не подошел?**

Не совсем так. С момента забора крови до момента донорства гемопоэтических стволовых клеток может пройти несколько лет. Ваши данные остаются в регистре. Проверьте не меняли ли вы номер телефона и место жительства? Если меняли, сообщите нам об этом.

## ВЫЕЗДНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СТАНЦИИ

**Выездная деятельность** - это организованный выезд мобильной бригады врачей и медицинских специалистов на предприятия / организации / в ВУЗы города и области для приёма доноров на территории, где они работают или учатся.

- ✚ Если в вашей компании / организации / ВУЗе есть от 40 до 60 человек желающих сдать кровь, то мобильная бригада Службы крови может приехать к вам на донорский день.
- ✚ Если в вашей компании / организации / ВУЗе есть от 10 до 25 человек желающих сдать кровь, то автобус Службы крови может забрать на сдачу крови, на станцию и привезти обратно.

Свяжитесь со специалистом по данному направлению

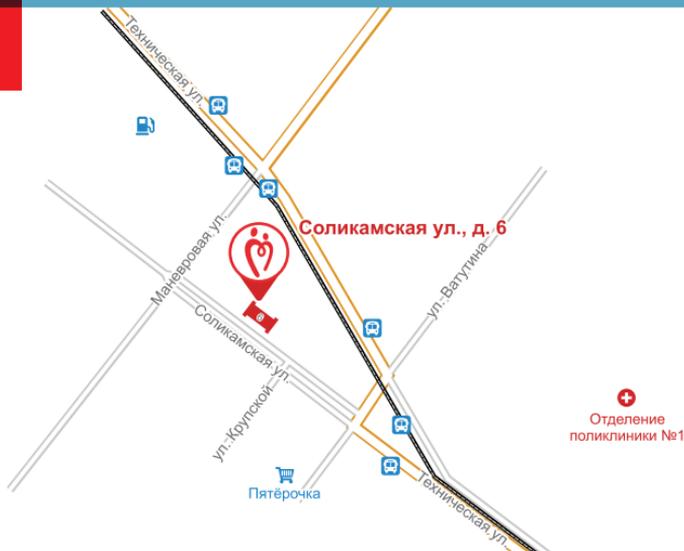
по эл.почте:

✉ [sk.solovyeva@mail.ru](mailto:sk.solovyeva@mail.ru)

или на сайте

🌐 [службакровифмба66.рф](http://службакровифмба66.рф)

## КОНТАКТЫ



### ПРИЁМ ДОНОРОВ:

ПН-СБ\* с 8.00 до 12.00

\*По субботам прием: в 1-ю и 3-ю субботу месяца  
по предварительной записи

### ВЫДАЧА РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЙ КРОВИ:

ПН-ПТ с 08.00 до 12.00 и с 16.00 до 19.00,  
СБ с 08.00 до 12.00

 г. Екатеринбург, ул. Соликамская, д. 6

**Остановка «Ватутина»**

Трамваи 7, 10, 12, 13, 24

Автобусы 6, 14, 57, 57"А", 68, 82, 83