



Hai și tu să oferi o șansă la viață!

Vă așteptăm miercuri, 27 septembrie, între orele 8:30-12:30 la Spitalul Municipal de Urgență Caransebeș să va alăturați campaniei "Împreună dăruim viață"! Pe lângă satisfacția de a face un bine celor greu încercați se adaugă și beneficiul material, un card cu suma de 66,90 lei, o zi liberă de la serviciu și analize gratuite. Donarea de sânge poate salva vieți! 450 de mililitri de sânge, în atât stă, uneori, salvarea unei vieți, iar din sângele donat o singură dată poți ajuta până la 3 persoane!

Condiții de eligibilitate

Pentru a putea dona sânge trebuie să îndeplinești următoarele condiții:

- să ai vârsta cuprinsă între 18-60 ani;
- să fii cetățean român sau rezident în România;
- să ai greutatea ≥ 50 kg;
- să ai tensiunea arterială între 10 și 18 mmHg;
- să nu fi suferit intervenții chirurgicale în ultimele 6 luni;
- să nu fii în evidență cu diverse afecțiuni în tratament (diabet, boli cardio-vasculare, hematologice, renale, infecțioase sau parazitare, reumatologice, neurologice, alergii etc.);
- să nu ai predispoziție la sângerare prelungită în caz de leziuni;
- femeile să nu fie: însărcinate, în perioada de lăuzie, de alăptare sau în perioada menstruală.

Recomandări generale:

Recomandări înainte de donare

Să nu se consume băuturi alcoolice cu cel puțin 48 de ore înaintea donării.

Recomandări în ziua donării

- Mic dejun bogat în vitamine (fructe, legume), fără grăsimi și fără proteine animale (unt, produse lactate, carne) și cu aport de lichide: ceai, apă, sucuri naturale de fructe, cafea.
- Nu se fumează înainte și după donare timp de o oră.

Recomandări după donare

- Se recomandă repaus de minimum 10 minute și creșterea consumului de lichide în următoarele 24 de ore.

- Numărul de donări de sânge integral permise într-un an nu poate depăși 5 pentru bărbați și 3/4 pentru femei.
- Intervalul dintre două donări de sânge integral este de cel puțin 8 săptămâni.

Criterii de excludere permanentă

- afecțiuni cardiovasculare (inclusiv hipertensiunea arterială cronică în tratament, angină pectorală); traumatisme craniene cu sechele; etilism cronic; schizofrenie; epilepsie; hepatită cronică, ciroză hepatică;
- sifilis; pancreatită; cancer, leucemii; diabet zaharat; tuberculoză; hiperlipidemie; astm bronșic; alergii severe; boli endocrine; lupus eritematos diseminat și alte colagenoze; psoriazis generalizat;
- persoanele pensionate medical, indiferent de diagnosticul de pensionare.

Criterii de excludere temporară:

- boli infecțioase (osteomielită, toxoplasmoză, gripă, malarie);
- anemie; examinare endoscopică, transfuzii, intervenții chirurgicale (în ultimele 6 luni), tatuaje (în ultimele 6 luni), contact apropiat cu persoane cu hepatită, HIV;
- vaccinare; sarcină, alăptare; tratamente dentare (în ultimele 6 luni);
- consum de alcool în ultimele 48 de ore;
- **consum de medicamente;**

Tipuri de donări, durata procedurilor, intervalul dintre donări:

- **donarea de sânge total** presupune colectarea a 450 ml de sânge printr-o puncție venoasă, durata procedurii este de aproximativ 10 minute. Intervalul minim dintre donările de sânge total este de 8 săptămâni. Numărul de donări permise pe an este de 4 pentru femei și 5 pentru bărbați.
- **donarea de trombocite (trombocitaferază)** este aceea prin care sângele donatorului este trecut printr-un aparat care separă trombocitele, restul sângelui întorcându-se la donator. Intervalul minim între donări de trombocite este de 4 săptămâni.
- **donarea de plasmă (afererză/plasmaferază)** este aceea prin care sângele donatorului este trecut printr-un aparat care separă plasma și reintroduce apoi sângele în corpul donatorului, fără anemierea acestuia. Intervalul minim dintre donările de plasmă este de 2 săptămâni. Intervalul minim dintre o donare de plasmă și o donare de sânge total este de 4 săptămâni. Intervalul minim dintre o donare de sânge total și o donare de plasmă este de 1 lună.

Identificarea donatorului

Persoanele care doresc să doneze sânge, trebuie să aibă la ele un document de identitate, în original: cartea de identitate, pașaport, carnet de conducere, care să nu fie expirate.

Antecedentele medicale ale donatorului

Înainte de fiecare donare de sânge, potențialul donator completează Chestionarul pentru donatorul de sânge, asistat de un cadru medical instruit, care la final e semnat de donator și contrasemnat de medic. Criteriile de eligibilitate și excludere pentru donatorii de sânge total sunt stabilite prin norme speciale.

Persoanele eligibile sunt supuse unei evaluări a stării de sănătate de către un medic și un control biologic (recoltare de probe de sânge pentru stabilirea grupei sanguine, RH, valoarea hemoglobinei, a glicemiei etc.). Coroborarea datelor rezultate din chestionar, evaluarea medicală și biologică decid dacă persoana în cauză este aptă pentru donare sau nu. Persoanele declarate eligibile pentru donare vor fi direcționate către recoltarea propriu-zisă.

Cantitatea de sânge total recoltată este de 450-500 ml. care se reface cantitativ (ca volum) în câteva ore, iar calitativ (componente sanguine) în 2 săptămâni.

Siguranta donatorului

Este protejată, în primul rând, la evaluarea de care donatorul beneficiază înainte de donare: autoevaluare (completarea chestionarului, evaluarea medicală și biologică), etapa în care persoanele bolnave sunt îndepărtate de la donare pentru siguranță atât a donatorului cât și a primitorului; Este protejată, în al doilea rând, prin condițiile asigurate la recoltare: trusa de recoltare sterilă de unică folosință desigilată la vedere, în prezența donatorului, care garantează că nu există risc de contaminare cu boli transmisibile prin sânge în cadrul actului de recoltare.

Donatorii au dreptul să primească rezultatele testelor efectuate cu ocazia donării: grupa sanguină, RH, teste hepatita B și C; HIV, HTLV (ptr. leucemie), VDRL (sifilis), probe hepatice cu asigurarea confidențialității conținutului.

În cazul depistării unor rezultate patologice, în urma efectuării controlului biologic al sângelui donat, donatorul respectiv are dreptul să fie informat și să primească consiliere din partea unei persoane responsabile, desemnate în acest scop din cadrul instituțiilor de profil.

Sângele recoltat, care în urma testelor se constată a fi necorespunzător pentru utilizare, cu risc potențial de îmbolnăvire a primitorului, este îndepărtat.

Beneficii pentru sănătatea donatorului:

1. înainte de donare beneficiazi întotdeauna de un control medical și câteva analize de sânge. Hemoglobina se verifica la fiecare donare, glicemia si hemoleucograma se fac la indicația medicului, iar grupa sanguină se verifică doar la prima donare.
2. după donare, din sângele donat, se fac alte analize, al căror rezultat poate fi ridicat personal de donator (după 3 zile lucrătoare).
3. donarea regulată produce îmborsăvirea sângelui și întărirea sistemului imunitar, diminuarea riscului de boli cardiovasculare și chiar de cancer, conform unor studii medicale, de specialitate.
4. donând regulat se realizează reglarea nivelului mărit al trigliceridelor și colesterolului, ceea ce influențează benefic ficatul.

5. cu ocazia unei donări de sânge total se produce arderea a 650 calorii.
6. donatorii recurenți înregistrează o creștere a rezistenței organismului la eventuale șocuri hemoragice.
7. la bărbați, femeile post-menopauză ca de altfel la toate persoanele cu exces de fier, prin donarea regulata se produce o reglare a nivelului fierului din sânge (excesul de fier este un factor de risc cardiovascular).

Administrarea sângelui în funcție de grupa sanguină

Cel mai bine este să se administreze sânge de aceeași grupă sanguină și același Rh, mai ales atunci când se transfuzează cantități mari. Este dificil să se găsească sânge compatibil atunci când se alternează grupele de sânge. Însă când sângele izogrup, izoRh (grupa și Rh identice) nu este disponibil, se respectă următoarele reguli:

- **Grupa 0** poate primi eritrocite (globule roșii) doar de la 0, iar plasma, de la toate grupele.
- **Grupa A** poate primi eritrocite de la grupele 0 și A, iar plasma de la A și AB.
- **Grupa B** poate primi eritrocite de la 0 și B, iar plasma de la B și AB.
- **Grupa AB** poate primi eritrocite de la toate grupele, iar plasma doar de la AB. Persoanele cu Rh negativ (15% din populație) trebuie să primească obligatoriu sânge Rh negativ, iar cele cu Rh pozitiv pot primi sânge Rh pozitiv sau negativ.