



CENTRUL DE TRANSFUZIE SANGUINĂ MARAMUREȘ

430245, Baia Mare, str. G. Coșbuc, nr. 20/C

Operator de date cu caracter personal nr. 35403

Tel: 0362808019; fax: 0362808020; 0262219447; e-mail: ctsmm@yahoo.com

GHIDUL DONATORULUI DE SÂNGE

Dacă doriți să donați sânge, trebuie să aflați că este foarte simplu și sigur să faceți acest lucru.

Donarea de sânge este un act voluntar, anonim și neremunerat. Donatorul de sânge este orice cetățean român cu domiciliul în România sau orice cetățean al Uniunii Europene care are reședința în România, în deplină stare de sănătate fizică și mentală, care se supune regulilor prelevării de sânge total și componente sanguine de origine umană.

Pentru a deveni donator de sânge trebuie să îndepliniți următoarele condiții:

- orice persoană care dorește să doneze sânge trebuie să se prezinte, pentru identificare, cu un document valabil (ex. BI/CI, carnet de conducere sau pașaport, etc.);
- vârsta cuprinsă în intervalul 18 – 65 ani (maxim 60 de ani în cazul donatorilor inițiali);
- greutate minimă 50 kg;
- tensiunea arterială: TAD 60 – 100 mm Hg, TAS 100 - 180 mm Hg;
- pulsul regulat, 50-100 bătăi-minut;
- hemoglobina în intervalul 12.5-17.5 g/dl femeile, 13.5 – 19.5 g/dl bărbații;
- temperatură corporală < 37,5°C;
- pat vascular corespunzător (să aibă vene vizibile, bine conturate și flexibile);
- să nu fi avut în ultimele 6 luni intervenții chirurgicale, examinări endoscopice cu instrumente flexibile, transfuzie de sânge/componente sanguine, transplant de celule/țesuturi de origine umană tatuaje, piercing, implant dentar, etc.
- în caz de temperatură > 37,5°C, afecțiuni gripale trebuie să treacă 2 săptămâni de la dispariția simptomelor;
- femeile să nu fie însărcinate, să nu fie în perioada de alăuzie, alăptare (mama poate dona sânge după un an de la naștere dacă nu mai alăptează sau după 18 luni de la naștere în cazul în care mama mai alăptează); în perioada menstruală și 5 zile după menstruație donarea de sânge este contraindicată; să treacă minim 6 luni în cazul în care sarcina nu a fost dusă la termen;
- să nu prezinte afecțiuni cardiovasculare, afecțiuni ale sistemului nervos central, tendință patologică la sângerare, afecțiuni hematologice, renale, metabolice (diabet zaharat) și endocrine, reumatologice și imunologice, dermatologice, boli profesionale, boli infecțioase (hepatite virale, etc.), parazitare, afecțiuni maligne, TBC, ulcer, care contraindică donarea de sânge;
- persoanele pensionate medical nu pot dona sânge;

- să fie școlarizați (pentru a putea completa chestionarul de autoexcludere, pentru a citi și înțelege drepturile și obligațiile ce îi revin ca donator de sânge);
- fără consum degrăsimi, alcoolcu 48 de ore înainte de donare;
- să fie odihnit (donarea este contraindicată după schimbul de noapte).

**Vor fi suspendate de la donare pentru 1 lună, persoanele care în ultimele 28 de zile au călătorit în zone endemice pentru variola maimuței; au intrat în contact cu o persoană confirmată sau suspectă a fi infectată cu variola maimuței.*

Înainte de a dona sânge:

- dimineața înainte de donare să serviți obligatoriu un mic dejun ușor (fără grăsimi), să vă hidratați bine (2 căni de apă sau ceai);
- nu fumați înainte și după donare cel puțin o oră.

Etapele donării:

- completarea chestionarului de către donator;
- întocmirea fișei donatorului;
- examenul medical al donatorului;
- măsurarea tensiunii arteriale, a pulsului;
- controlul biologic înainte de donare (grupă sanguină, hemoglobină, glicemie)
- recoltarea de sânge;
- repaus post-donare obligatoriu timp de 10-15 minute și compresie la locul puncției.

- La o donare de sânge se recoltează 450 ml sânge, cantitate care se reface ca volum în câteva ore, celular în doua săptămâni.

- Trusa de recoltare este sterilă și de unică folosință; NU există riscul de contaminare;

- În primele 24 de ore după donare este recomandat să se crească consumul de lichide și proteine, să se evite efortul fizic intens;

- Numărul maxim de donări de sânge total/an: pentru bărbați 5 donări/an, pentru femeie 4 donări/an, la un interval de minimum 8 săptămâni;

- În cazul donării de trombocite prin procedura de afereză, intervalul între două donări succesive de acest tip este de minimum 4 săptămâni;

- Dacă apar sângerări sau vânătăi sub piele (hematom), aplicați comprese reci pe locul respectiv.

- Rezultatele testelor sunt confidentiale.

- Sunteți informați în ceea ce privește rezultatele patologice.

Argumente PRO-DONARE:

- Sângele donat de dumneavoastră poate contribui la salvarea vieții unui copil, unei mame, unui tată, unui frate sau surori.
- O donare de sânge poate salva 3 vieți!
- Sângele donat de dumneavoastră va fi întotdeauna necesar și poate fi de folos cuiva.
- Procedura de donare este simplă, sigură și inofensivă.
- Este un lucru demn de urmat, uman, corect, care nu cere un efort mare pentru a-l face.
- E un mod de a fi admirat de cei din jur pentru gestul care l-ai făcut.
- E un mod de a te implica activ în nevoile comunității, de a susține sănătatea comunității.
- E un mod de a arăta că ești receptiv la suferința altor oameni.

Beneficiile donării de sânge:

- Efectuarea testelor de laborator din sângele recoltat: hemoglobină, glicemie, grup sanguin OAB/Rh D, hepatită B, C, HIV, HTLV, ALT, lues, etc. și eliberarea Buletinelor de analiză la cerere;
- Donatorii de sânge cu donări repetate beneficiază anual de un control biologic extins: hemoleucogramă, colesterol, HDL colesterol, trigliceride, calciu, magneziu, glucoză, uree, creatinină, acid uric, proteine totale, ALT, AST, GGT, fosfatază alcalină, bilirubină totală, fier;
- După donare, sângele este înprospătat, imunitatea organismului crește; riscul de a face accident vascular cerebral, infarct miocardic, cancer, se reduce cu până la 30%;
- Crește rezistența la șoc hemoragic în cazul pierderilor de sânge suferite în accidente rutiere;
- La fiecare donare de sânge se pierd 650 de calorii;
- Monitorizarea stării de sănătate;
- Adeverință pentru 1 zi liberă de la locul de muncă, sau o zi scutire pentru elevi, studenți și militari în ziua donării;
- Adeverință pentru reducerea cu 50% a abonamentului pe o lună pentru transportul în comun, pentru persoanele cu domiciliul în Baia Mare care donează la Centrul de Transfuzie Sanguină Maramureș;
- 1 card valoric cu suma de 66.99 lei.

Gestul donării de sânge completează personalitatea fiecăruia dintre noi, dovedind empatie, dăruire și dragoste! Donează puțin din sângele tău pentru a schimba prezentul și a oferi viitor altcuiva!

Sângele reprezintă un dar neprețuit, care nu poate fi cumpărat, ci poate fi donat de la o persoană la alta. Este ceva ce poți oferi „din inimă„!

Fără ajutorul donatorilor de sânge mulți oameni nu ar mai fi în viață!

Nu fi nepăsător pentru că mâine, cineva drag ție poate avea nevoie de sânge!

Vă așteptăm la donare, să dăm șansă vieții!!!