



Daruj život...

... daruj krev

V poslední době klesají zásoby krve transfuzního oddělení FN Plzeň. Jelikož jsme dobrovolní hasiči a chceme pomáhat druhým, máme nyní příležitost. Odběrem půl litru krve, můžete pomoci až 3 lidem. Aktuálně na transfuzním oddělení běží kampaň ČČK a společnosti BubbleStar CZ s.r.o., kde všichni bezplatní dárci po registraci obdrží nápoj Bubbletea zdarma. Více na www.zajdemnakrev.cz. Odběr není bolestivý a nezabere ani tolik času. Vždy myslíte na to, že i Vy jednou můžete potřebovat transfuzi.

Uvažujete o dárcovství krve a nevíte, co Vás čeká? Pak jsou následující řádky určeny právě Vám.

Zdravotní kritéria

K pravidelnému odběru krve se může dárci dostavit, pokud:

- není právě nemocen, není v pracovní neschopnosti a cítí se dobře
- nebyl v posledním týdnu na trhání zubu
- neužíval v posledním týdnu žádné léky (kromě antikoncepce, léků na vysoký tlak)
- neužíval v posledním měsíci antibiotika
- nebyl v posledním měsíci na očkování
- neměl v posledním měsíci alergické potíže ani neužíval léky na alergii
- je minimálně 14 dní po lehkém nachlazení, výsevu oparu či aftů a alespoň měsíc po závažnějším infektu se zvýšenou tělesnou teplotou
- neměl v posledním měsíci přisáté klíště
- nebyl v úzkém kontaktu (např. v rodině) s infekční chorobou
- nebyl v posledních 6 měsících na operaci či jiném chirurgickém zákroku
- nemá aktuálně sádru, dlahu, ortézu či obvaz (v případě konzervativně řešených úrazů)

- nenechal si v posledních 6 měsících dělat tetování, piercing
- neprodělal v posledních 6 měsících endoskopické vyšetření (žaludek, střeva)
- od posledního porodu uplynulo alespoň 12 měsíců, po ukončení kojení 6 měsíců
- u žen - není právě probíhající menstruace, není těhotná



Případné nejasnosti můžete konzultovat s lékařem na telefonu 377 402 823 nebo 377 402 818 (6:30-14:00).

Jak se připravit

- vydatný pitný režim předchozí den (3-4l) i v den odběru
- nechodit nalačno (vhodná sladká snídaně, káva + dostatek jiných tekutin)
- nejméně 14 hodin před odběrem nekonzumovat alkohol a příliš tučnou stravu
- alespoň 2 hodiny před odběrem nekouřit
- s sebou OP (popř. pas) a průkazku zdravotní pojišťovny (nutné české zdravotní pojištění)
- zprávu ošetřujícího lékaře pouze v případě sledování v některé odborné ambulanci (jinak není nutná)

Dotazník pro dárce krve

Po příchodu na Transfuzní oddělení si dárce v šatně pročte Poučení dárce krve a vyplní dotazník. Dotazník dárce je pro bezpečnost dárců i bezpečnost krve, určené jinému člověku, velmi důležitý dokument. Má obsahovat pravdivé údaje o aktuálním zdravotním stavu dárce i všechny podstatné údaje z minulosti.

Vyplněné dotazníky se archivují a mohou být zpětně kontrolovány.

Z hlediska dodržení pravidel prosíme dárce, aby dotazník vyplňovali přímo na transfuzním oddělení těsně před odběrem. Potřebujete-li si odpovědi na některé otázky předem promyslet, stáhněte si vzor dotazníku. Děkujeme za pochopení.

Prováděná vyšetření



Sdružení hasičů Čech, Moravy a Slezska

OSH Plzeň – sever

Odborná rada Ochrany obyvatelstva

- před odběrem krevní obraz (u prvodárců i orientačně krevní skupina), krevní tlak, puls, tělesná teplota, váha
- vyšetření lékařem střediska dárců krve (zhodnocení předodběrových výsledků spolu s vyplněným dotazníkem) a rozhodnutí o uschopnění či neuschopnění k vlastnímu odběru krve
- po odběru testy infekčních markerů (hepatitis B, C, HIV, syphilis), přesné dourčení krevní skupiny, vyloučení protilátek proti červeným krvinkám

I přes uvedený způsob vyšetření nejsme schopni zaručit příjemci krve - pacientovi - úplnou bezpečnost (např. proto, že test může být založen na průkazu protilátek a dárci může trvat určitou dobu, než si protilátku po nakažení vytvoří). Z tohoto důvodu trváme na vyplnění odběrového dotazníku a pečlivém přečtení poučení pro dárce. Pomáháte nám tak snížit riziko přenosu infekce na pacienta.

Vlastní odběr krve

Vlastní odběr krve probíhá na odběrovém křesle za pečlivého dohledu Vaší odběrové sestry.

Celkové množství odebrané krve: 450 ml +/- 10%

Doba vlastního odběru: cca 8-12 min

Bezpečnost: Veškerý používaný materiál je jednorázový, tzn. je použit pouze pro jednoho dárce. Nehrozí žádné riziko přenosu jakékoliv infekce na dárce. Výkon provádí speciálně vyškolená zdravotní sestra, které dárce oznámí jakékoliv potíže či eventuální změny zdravotního stavu.

Možné komplikace a jak jim předejít:



Sdružení hasičů Čech, Moravy a Slezska
OSH Plzeň – sever
Odborná rada Ochrany obyvatelstva

- krevní výron (krvácení do podkoží) po vpichu. Důležité je řádné stlačení místa vpichu, ponechat kompresivní obvaz dostatečně dlouhou dobu (min. 4h).
- celková reakce, event. kolapsový stav se objevuje nejčastěji u dárců hladovějících, dehydratovaných (t.j. dárců, kteří nejsou dostatečně zavodněni).
Je způsoben nepřizpůsobením organismu dárce, resp. jeho krevního oběhu, ztrátě cirkulujícího objemu tekutiny v krevním řečišti. Prevencí je dostatečný příjem tekutin den před i v den provádění odběru.

Těsně po odběru

Dárce po odběru neopouští příliš rychle odběrové křeslo, poté dostává potvrzení, občerství se u nás (hrazeno občerstvení v hodnotě 60Kč) a transfuzní oddělení opouští cca po 30 minutách, je-li bez potíží. Alespoň 12 hodin po odběru by dárce neměl vykonávat činnost vyžadující zvýšenou námahu či pozornost (sport, práce ve výškách, řízení dopravních prostředků, zvedání těžkých předmětů atd.). Důležitý je vydatný přísun tekutin i po odběru. Obinadlo je třeba si ponechat alespoň 4 hodiny, zabrání vzniku hematomu.

Celková doba strávená na transfuzním oddělení (registrace, vyšetření krevního obrazu před odběrem, vlastní odběr, občerstvení)

min. 1,5 hod., závisí na aktuálním počtu dárců a počtu využívaných odběrových lůžek.

Pořadí dárců určuje lékař – přednostně odebíráme dárce pro aferetické odběry, telefonicky pozvané dárce pro konkrétního příjemce, dále může být pořadí



Sdružení hasičů Čech, Moravy a Slezska
OSH Plzeň – sever
Odborná rada Ochrany obyvatelstva

upraveno dle aktuálních požadavků klinických pracovišť, krevních skladů a úseku zpracování krve.

Příčiny prodloužení pobytu:

- Kumulace většího počtu dárců v krátkém časovém intervalu.
- Příjem většího počtu prvodárců (delší evidence, laboratorní vyšetření, lékařská prohlídka i odběr).
- Nezbytné opakování patologických nálezů předodběrového vyšetření.
- Řešení zdravotních komplikací ve vyšetřovně lékaře SDK a v odběrové místnosti.

V těchto případech prosíme o trpělivost, a pokud Vám příčiny dlouhé doby čekání nejsou jasné, žádejte vysvětlení v evidenci, eventuálně u lékaře.

Po odběru dodržte dostatečně dlouhou dobu k odpočinku a doplňte hlavně dostatek tekutin. Předejdete možným komplikacím.

Frekvence odběrů

Ženy: max. 3x ročně (po 4 měsících)

Muži: max.4x ročně (po 3 měsících)