

MIKULÁŠKA KVAPKA KRVI

**Miesto: Kultúrny dom v Mikušovciach, veľká
zasadačka na poschodí**

Čas: 9.12.2017 od 8,00h do 10,00 h

**Kto sa môže zúčastniť darovania: každý, kto
splňa podmienky pre darovanie krvi. Prosíme,
pozorne si prečítajte priložené dokumenty.**

**Záujemcovia, prosíme, nahláste sa na telefónnom
čísle: 0918 588 916**

**Odber krvi príde vykonať Národná transfúzna služba Trenčín, pre
informácie pozrite aj na www.ntssr.sk**



Pomôžme, keď môžeme ☺





Národná transfúzna služba SR, pracovisko Trenčín
Legionárska 28, 911 71 Trenčín



Informačný leták **Kto môže byť darcom krvi?**

- každá duševne a fyzicky zdravá osoba **vo veku od 18 do 60 rokov** (pri pravidelnom darovaní do 65 roka) a váži viac ako **50 kg**
- osoba, ktorá **neprekonala infekčnú žltáčku typu B, C** a nebola posledných 6 mesiacov v styku s chorými na toto ochorenie (iné vážne **infekčné ochorenia** treba konzultovať s lekárom transfúziologického pracoviska)
- osoba, ktorá **nie je nosičom HIV** (vírus spôsobujúci ochorenie AIDS) **nemala v poslednom roku sexuálneho partnera HIV pozitívneho nepatrí k rizikovým skupinám prenosu HIV**, a to
 - **narkomani podávajúci si drogy vnútrožilovo alebo vnútrošvalovo**
 - **mužskí a ženskí prostitúti**
 - **jedinci používajúci neobvyklé sexuálne praktiky**
- osoba, ktorá **nie je závislá na alkohole a drogách** a drogy neužívala v minulosti
- osoba, ktorá je
 - **4 týždne po doužívaní ATB (antibiotík)**
 - **2 týždne bez hnačky, bez horúčky**
 - **1 týždeň po zubnom ošetrovaní (extrakcia zuba)**
 - **aktuálne bez herpesu**
 - **aktuálne mimo menzes (+/- 3 dni), tehotenstvo a dojčenie**
 - **6 mesiacov po väčšom operačnom zákroku**
 - **6 mesiacov po akupunktúre**
 - **6 mesiacov po tetovaní alebo piercingu**
 - **6 mesiacov po transfúzii krvi alebo plazmy**
 - **6 mesiacov po endoskopickom vyšetrení**
(gastrofibroskopia, rektoskopia, cystoskopia, vnútrožilová kanylácia)
 - **6 mesiacov po pôrode alebo ukončení gravidity a nekojí**
 - **4 týždne po návrate z Kanady, Egyptu, Portugalska** (West Nile virus)
 - **4 týždne po návrate z oblasti výskytu vtácej chrípky (juhových. Ázia)**
 - **6 mesiacov po návrate z tropických oblastí**
- osoba, ktorá **neužíva pravidelne dlhodobo lieky**, dovolené sú:
 - vitamíny
 - hormonálne antikoncepcia
 - postmenopauzálna a substitučná hormonálna liečba
 - hypnotiká užívané príležitostne pred spaním
 - príležitostne užívané analgetiká

Muži môžu darovať krv s odstupom 2 mesiacov po odbere maximálne 4x do roka.
Ženy môžu darovať krv s odstupom 3 mesiacov po odbere maximálne 3x do roka.



Národná transfúzna služba SR, pracovisko Trenčín
Legionárska 28, 911 71 Trenčín

Informačný leták

Poučenie - ako sa pripraviť na odber krvi?

Niektoré pokrmy môžu ovplyvniť zloženie krvi tak, že ju nemožno použiť pre liečebné účely.

Z tohoto dôvodu

- **Nejedzte 14 hodín pred odberom žiadne tučné jedlá!**

(maslo, mlieko, smotanu, syr, vajcia, masné mäso, slaninu, klobásu, mäsové polievky, smažené jedlá, čokoládu, orechy a pod.).

- **Nie je však vhodné, aby ste hladovali!**

Doporučujeme ľahké raňajky. Môžete jesť netukové pečivo, sucháre, chlieb s medom a zaváraninou, ovocie, zeleninu a pod.

- **V príjme tekutín sa neobmedzujte!**

Môžete vypiť šálku čiernej kávy, čaj, minerálku a ovocné šťavy. Nepite alkoholické nápoje!!

- **Doprajte si dostatok spánku, aby ste boli plní energie!**

- **Pred odberom nefajčite!!**

Naším cieľom je, aby ste mali príjemný pocit počas celého odberu krvi a aj úspešný zvyšok dňa po jeho absolvovaní.

Za spoluprácu a ochotu darovať krv ďakujeme.