



Medexpress, 2022-08-05 09:00

Krew potrzebna w wakacje



Sz szczególnie w okresie wakacyjnym nie można zapomnieć o oddawaniu krwi. Latem wzrasta zapotrzebowanie na nią z uwagi na zwiększoną liczbę wypadków drogowych oraz fakt, że część dawców przebywa na urloпах. Regionalne stacje krwiodawstwa przypominają o zgłaszaniu się do oddawania krwi w każdym momencie roku.

Wakacje sprzyjają odpoczynkowi, ale nie mogą sobie na to pozwolić regionalne stacje krwiodawstwa, kiedy niedobory krwi i jej składników utrzymują się najdłużej. Krew może oddać każda zdrowa osoba w wieku od 18 do 65 lat. Zanim jednak udamy się do stacji krwiodawstwa, w ciągu doby poprzedzającej oddanie krwi należy wypić ok. 2 l płynów (woda mineralna, soki). Jest to konieczne w celu uzyskania dobrego ciśnienia w naczyniach krwionośnych. Należy również być wyspanym oraz spożyć lekki posiłek (np. pieczywo, chuda wędlina, ser biały, dżem) oraz wykluczyć z diety tłuszcze pochodzenia zwierzęcego: mleko, masło, kiełbasę, pasztet, śmietanę, rosół, tłuste mięso oraz jajka orzeszki ziemne i ciasta kremowe.

Krew pełna pobierana jest nie częściej niż 6 razy w roku od mężczyzn i nie częściej niż 4 razy w roku od kobiet, z tym, że przerwa pomiędzy pobraniami musi wynosić 8 tygodni.

Okres wakacyjny to czas zwiększonego ruchu turystycznego (wzrost wypadków komunikacyjnych) oraz

wykonywanie odroczonego zabiegów operacyjnych (okres pandemii), co skutkuje wzrostem zapotrzebowania na krew. W bieżącym roku w naszym Centrum nastąpił wzrost ilości pobieranej krwi o ok. 10%, stąd też stan zapasów jest wystarczający i wszystkie zabiegi operacyjne i transplantacje są w pełni zabezpieczone. Nie było konieczności zmiany planowanych zabiegów operacyjnych - mówi Stanisław Dyląg, dyrektor RCKiK w Katowicach

Jednorazowo pobiera się tylko 450 ml pełnej krwi. Samo pobranie trwa zwykle 5-8 minut. Należy do tego doliczyć czas konieczny na wypełnienie ankiety, rejestrację, badania i wywiad lekarski, łącznie ok. 40-60 minut. Wszystkie grupy krwi są pożądane, bo istnieją biorcy o różnych grupach. Z użytecznego punktu widzenia najbardziej oczekiwana jest krew grupy O RhD- (ujemne), ponieważ w nagłych wypadkach, przy braku krwi właściwej grupy, może być przetoczona każdemu biorcy. Jest to jedna z rzadziej występujących grup krwi, którą posiada zaledwie ok. 6 proc. Polaków.

Obecnie, jak co roku w wakacje, do oddania krwi zgłasza się mniejsza liczba dawców. Obecnie stany zapasów krwi są na średnim poziomie, oprócz krwi grup O RhD (ujemny) i A RhD (ujemny). Do dawców tych grup krwi szczególnie apelujemy, ale też prosimy o oddawanie krwi wszystkich dawców - mówi Małgorzata Antończyk, Kierownik Działu Metodyczno-Organizacyjnego i Promocji, RCKiK we Wrocławiu.

Ww. dane potwierdza również Michał Szostek, Kierownik Dział Dawców i Pobierania z Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Warszawie - *aktualnie największe braki są w grupach A Rh- oraz 0Rh-. Oczywiście stany ciągle się zmieniają w zależności od zamówień oraz liczby dawców.*

Krew i jej składniki podawane są głównie osobom, u których występują braki krwi i jej składników w wyniku wypadku albo zabiegu operacyjnego, zaburzeń krzepnięcia, po oparzeniach i urazach, a także u pacjentów z chorobami rozrostowymi i nowotworami, w trakcie i po chemioterapii oraz u pacjentów wymagających transplantacji lub zabiegów kardiochirurgicznych.

Dzięki krwi możemy uratować komuś życie. Większość dawców podkreśla, że najważniejsza jest świadomość bezinteresownej pomocy drugiej osobie, gdyż człowiek jest jedynym źródłem leku, którego w żaden sposób nie można wyprodukować.

Źródło: www.rckik-warszawa.com.pl