

# ДОЛЖЕН ЗНАТЬ КАЖДЫЙ ДОНОР!



## НЕЛЬЗЯ НАКАНУНЕ ДОНАЦИИ:

- ✘ приём острой и жирной пищи, сметаны, сливочного масла, яиц, халвы, орехов, кофе, майонеза;
- ✘ спиртные напитки, в том числе пиво и энергетики (за 48 часов);
- ✘ приём лекарственных препаратов, особенно анальгетики и аспирин (за 72 часа);
- ✘ курить за 2 часа до процедуры.

## НЕОБХОДИМО:

- ✓ лёгкий ужин и завтрак, обильное питьё;
- ✓ приходите в чистом и опрятном виде, тёплые вещи сдавать в гардероб;
- ✓ перед процедурой обязательно посетить туалет. Попить чай в буфете;
- ✓ полноценный сон и отдых накануне донации.

## ПОСЛЕ дОНАЦИИ:

- ✚ не снимайте повязку в течение 2-х часов, старайтесь её не мочить;
- ✚ пейте как можно больше жидкости;
- ✚ ограничьте физические и спортивные нагрузки;
- ✚ кушайте больше белковой пищи (мясо, рыба, фасоль);
- ✚ любые прививки делать не ранее, чем через 10 дней.



## **ПОСТОЯННЫЕ** противопоказания:

- ✘ ВИЧ-инфекция, гепатиты, сифилис, СПИД;
- ✘ туберкулёз, онкология, наркомания, алкоголизм;
- ✘ психиатрические заболевания, эпилепсия;
- ✘ сердечно-сосудистые заболевания, болезни крови;
- ✘ язвенная болезнь желудка, мочекаменная болезнь;
- ✘ снижение слуха и зрения, псориаз и др.

## **ВРЕМЕННЫЕ** противопоказания:

- ✘ оперативные вмешательства, в т.ч. аборты - 6 месяцев;
- ✘ контакт с больным гепатитом, нанесение татуировки, иглоукалывание, прокалывание ушей, роды - 1 год;
- ✘ простудные заболевания и воспалительные процессы в стадии обострения, прививки - 1 месяц;
- ✘ удаление зуба, период менструации - 10 дней;
- ✘ приём лекарственных препаратов - 2 недели;
- ✘ отвод по клиническим анализам - от 1 до 6 месяцев.

## **ДОНОРСТВО БЕЗВРЕДНО!**

Донором может быть каждый дееспособный здоровый человек в возрасте от 18 лет, вес которого не менее 50 кг.

Донору обязательно при себе иметь паспорт с указанием местной прописки, флюорографию.

Интервалы между различными видами донорства:

- между кроводачами 60 дней;
- между плазмодачами и тромбоцитозферезом 14 дней;
- между кроводачей и плазмодачей 30 дней.