



*oddając krew
ratujesz życie*

CHCESZ WIEDZIEĆ WIĘCEJ?

Zajrzyj na stronę
www.pck.pl

do zakładki

EDUKACJA/KRWIODAWSTWO

Jeśli chcesz oddać krew,
weź ze sobą dowód osobisty
lub inny dokument tożsamości
ze zdjęciem i nr PESEL.



*Stale potrzebna i ważna
jest krew każdej grupy.*

Także Twoja!



UPRAWNIENIA KRWIODAWCÓW

Krwiodawstwo jest oparte na zasadzie dobrowolnego i bezpłatnego oddawania krwi. Krwiodawca nie otrzymuje za oddaną krew i jej składniki pieniędzy. Jednak aby docenić poświęcenie za oddaną część siebie, jako wyraz wdzięczności zostały przez państwo stworzone uprawnienia. W zależności od nabytego tytułu dotyczą one Honorowych Dawców Krwii lub dawców z tytułem „Zasłużony Honorowy Dawca Krwii”.

Podstawowe uprawnienia Honorowych Dawców Krwii:

- zwolnienie od pracy w dniu, w którym oddaje krew, i na czas okresowego badania lekarskiego dawców krwi na zasadach określonych w odrębnych przepisach, zwrot utraconego zarobku na zasadach wynikających z przepisów prawa pracy,
- zwrot kosztów przejazdu do Centrów Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa na zasadach określonych w przepisach w sprawie diet i innych należności z tytułu podróży służbowych na obszarze kraju, koszt przejazdu ponosi Centrum,
- posiłek regeneracyjny po oddaniu krwi lub jej składników o wartości kalorycznej 4.500 kalorii,
- dawcom rzadkich grup i dawcom, którzy przed pobraniem zostali poddani zabiegowi uodpornienia lub innym zabiegom w celu uzyskania osocza lub surowic diagnostycznych, przysługuje oprócz wymienionych uprawnień ekwiwalent pieniężny za pobraną krew i związane z tym zabiegi,
- możliwość odliczenia darowizny na cele krwiodawstwa w danym roku podatkowym,
- każdy krwiodawca może uzyskać bezpłatnie wyniki swoich badań laboratoryjnych.

Jeśli oddałeś krew lub jej składniki, w tym osocze po chorobie COVID-19, podczas stanu zagrożenia epidemicznego albo stanu epidemii, przysługują Ci:

- 2 dni zwolnienia od pracy lub czynności służbowych – w dniu oddania krwi lub jej składników oraz w dniu następnym,

- 33% ulgi na przejazdy środkami publicznego transportu zbiorowego – jeśli oddałeś krew lub jej składniki co najmniej 3 razy.
Ulge na przejazdy potwierdza zaświadczenie wydane przez Regionalne Centrum, Wojskowe Centrum lub Centrum MSWiA. Zawiera ono: datę wydania, imię i nazwisko dawcy krwi, informację o oddaniu krwi lub jej składników co najmniej 3 razy. Uprawnienie przysługuje przez 6 miesięcy od dnia wystawienia zaświadczenia.

Każdej kobiecie, która oddała co najmniej 5 litrów krwi i każdemu mężczyźnie, który oddał co najmniej 6 litrów krwi oraz każdemu kto oddał odpowiadającą tej objętości ilość innych składników krwi, przysługuje tytuł i odznaka „Zasłużonego Honorowego Dawcy Krwii”.

Dodatkowe przywileje przysługujące Zasłużonemu Honorowemu Dawcy Krwii:

- uprawnienie do korzystania poza kolejnością ze świadczeń opieki zdrowotnej oraz usług farmaceutycznych udzielanych w aptekach; szybszy dostęp przysługuje również w przypadku ubiegania się o sanatorium,
- uprawnienie do otrzymania bezpłatnych leków umieszczonych w wykazie leków podstawowych i uzupełniających do wysokości limitu oraz leków, które zasłużony dawca może stosować w związku z oddawaniem krwi (wg listy ogłaszanej przez Ministra Zdrowia); można je będzie otrzymać bezpłatnie jedynie na podstawie wystawionej recepty,
- po otrzymaniu tytułu ZHDK i oddaniu określonej ilości krwi lub jej składników możliwość uzyskania zniżek w komunikacji miejskiej (różne przepisy w różnych miastach),
- zniżki i ulgi w schroniskach, hotelach, sklepach i punktach usługowych zrzeszonych wokół inicjatywy „Dawcom w Darze”. Więcej szczegółów znajdziesz na www.dawcomwdarze.pl

Osobom, które oddały 20 litrów krwi lub odpowiadającą tej objętości ilość innych składników może być dodatkowo nadana odznaka „Honorowy Dawca Krwii – Zasłużony dla Zdrowia Narodu”.



*oddając krew
ratujesz życie*

Krew jest niezastąpiona.

**Co minutę potrzebny jest
litr krwi – to 2 dawców!**

**Każdego dnia potrzeba
ponad 1000 litrów krwi
- to aż 2000 dawców!**

Chcę oddać krew, ale...

...trochę się boję

Trema towarzyszy wielu kandydatom na krwiodawców. To zupełnie zrozumiałe! Pomyśl jednak, że **tysiące ludzi oddawało krew 50 lub 100 razy, a niektórzy nawet 150 razy**. Nie musisz być supermanem, aby oddać krew, jest to naprawdę bardzo proste.

...chyba mam jej zbyt mało

W żyłach dorosłego człowieka płynie około 5-6 litrów krwi. Zdrowi ludzie mogą oddawać ją regularnie. **Jednorazowo pobiera się jej tylko 450 ml** – kobiety bez uszczerbku na własnym zdrowiu mogą taką ilość oddać nie więcej niż 4 razy w roku, a mężczyźni nawet 6. Krew w Twoim organizmie podlega wymianie przez cały czas, niezależnie od tego czy ją oddajesz, czy nie. Oddana ilość szybko się zregeneruje.



...obawiam się, że zemdleję

Spróbuj, a przekonasz się, że oddawanie krwi nie jest takie straszne. **Wszyscy dawcy odpoczywają przez 15 minut po jej pobraniu**. Momenty słabości, to kwestia emocji, a nie ubytku życiodajnego płynu. Większość ludzi po oddaniu krwi przyznaje, że nie jest to wcale straszne i Ty z pewnością powiesz to samo! Jeżeli naprawdę potrzebne Ci wsparcie możesz do placówki służby krwi przyjść z przyjaciółmi – będzie wam rażniej.

...nie cierpię igieł

Aby zminimalizować ból w krwiodawstwie stosuje się igły o specjalnym profilu ostrza. **Nakłucie jest mało dokuczliwe.**

...to jest zbyt kłopotliwe

W każdym województwie jest kilka punktów poboru krwi. **Możesz wybrać taki, który znajduje się najbliżej Twojego miejsca zamieszkania** lub przyjść na akcję wyjazdową w swojej szkole, zakładzie pracy czy innym miejscu. W lokalnym oddziale PCK uzyskasz informację, gdzie i kiedy się ona odbędzie.

...oddam krew tylko, gdy będzie ona niezbędna

Zrób więc to dzisiaj, gdyż każdego dnia wielu chorych wymaga jej przetoczenia. **Co minutę w Polsce jest potrzebny litr krwi**. Życie każdego pacjenta wymagającego transfuzji będzie zagrożone jeśli w porę nie otrzyma tego życiodajnego płynu.

...mogę zarazić się wirusem HIV

Tego nie musisz obawiać się wcale. Wypożyczenie placówek służby krwi jest całkowicie sterylne. Krew od każdego dawcy pobierana jest przy użyciu sprzętu jednorazowego, a personel medyczny stosuje niezbędne środki ochrony osobistej.

...nie cierpię widoku krwi

Nie przejmuj się, nie musisz jej oglądać. Jest poza zasięgiem Twojego wzroku. **Zobaczysz tylko uśmiechnięte, życzliwe twarze.**



...nie wiem, czy nie jest za późno

Krew mogą oddawać osoby w wieku od 18 do 65 roku życia, które ważą co najmniej 50 kg. Jeżeli cieszysz się dobrym zdrowiem, za zgodą lekarza możesz oddawać krew jeszcze dłużej.

...ostatnio zdrowie mi nie dopisuje

Bez wątplenia nie możesz oddawać krwi podczas choroby lub przez pewien czas po poważnym zabiegu chirurgicznym. **Nie pobiera się nigdy krwi od osób, których stan zdrowia budzi wątpliwości**. Każdego kandydata na dawcę bada i kwalifikuje lekarz.

...mam za mało czasu

Oddanie jednej jednostki krwi trwa ok. 10 minut, a dla kogoś może oznaczać wiele lat życia. Pomyśl, a na pewno stwierdzisz, że warto poświęcić trochę czasu.