

I. Do zarejestrowania kandydata na dawcę krwi potrzebne są:

- 1/ Dokument ze zdjęciem potwierdzający tożsamość z aktualnym miejscem zameldowania i nr PESEL (np. dowód osobisty, prawo jazdy, legitymacja ubezpieczeniowa, paszport /nowy wzór z nr PESEL/, książeczka wojskowa)
- 2/ Ukończone 18 lat (maksymalny wiek - 65 lat)
- 3/ Masa ciała **powyżej 50 kg dla** dawców krwi pełnej lub jej składników otrzymanywanych metodą aferezy i **powyżej 70 kg dla** dawców krwinek czerwonych met. Erytroaferezy.
- 4/ Obywatelstwo RP, a w przypadku obcokrajowców dokument z numerem PESEL oraz znajomość języka polskiego w mowie i piśmie umożliwiającą samodzielne przeczytanie, zrozumienie i wypełnienie kwestionariusza

II. Nie można oddawać krwi czasowo przez podane poniżej okresy czasu:

- 1/ **Przez okres 6 miesięcy** w następujących sytuacjach:
 - po dużym zabiegu operacyjnym
 - po przeszczepie ludzkich komórek lub tkanek
 - po przetoczeniu krwi lub jej składników
 - po nakłuciach ciała igłami w celu wykonania tatuażu, akupunktury, a także przekłucie różnych części ciała w celu założenia kolczyka itp
 - po opuszczeniu zakładu karnego (areszt, więzienie)
 - po przypadkowym kontakcie błon śluzowych z krwią ludzką lub narzędziami zanieczyszczonymi ludzką krwią np. ukłucie igła
 - po badaniu endoskopowym (gastroskopia, rektoskopia, kolonoskopia, bronchoskopia, artroskopia itp.) i po biopsjach diagnostycznych narządów
 - po kontakcie z chorym na wirusowe zapalenie wątroby (tj. tzw. żółtaczkę zakaźną) zwłaszcza z powodu bliskiego kontaktu w warunkach domowych
 - po powrocie z obszaru, w którym występują endemicznie choroby tropikalne oraz z krajów o dużej częstości występowania nosicieli przeciwciał anti-HIV i chorych na AIDS np. Afryka Środkowa i Zachodnia czy Tajlandia
- 2/ **7 dni** po małym zabiegu chirurgicznym jeśli nie było powikłań (usunięcie zęba, leczenie kanałowe, szycie rany, itp. - uważa się za małe zabiegi chirurgiczne)
- 3/ **24 godziny** po leczeniu stomatologicznym i/lub po wizycie u higienistki stomatologicznej
- 4/ W ostrych chorobach układu oddechowego i pokarmowego lub w zaostrzeniach stanów przewlekłych (np. w chorobie wrzodowej, bieguncie, w zapaleniu oskrzeli, zatok) **na czas trwania objawów i leczenia oraz 2 tygodnie** po ustąpieniu objawów
- 5/ Wirus Zachodniego Nilu (WNV)– **1 miesiąc** od opuszczenia terenu, gdzie występują przypadki przeniesienia wirusa na ludzi , ale w przypadku wystąpienia objawów zakażenia – **4 miesiące** od dnia zakończenia leczenia.
Kraje, w których wystąpiły przypadki zakażenia WNV to: Afryka Południowa i Zachodnia, Izrael, Indie, Południowe Republiki Rosji a także prowincje Ferrara i Bolonia we Włoszech (niezależnie od terminu pobytu) oraz USA, Kanada, Meksyk (jeżeli pobyt był w okresie od 1 czerwca do 30 listopada)
- 6/ **4 tygodnie** po kontakcie z chorymi na inne choroby zakaźne (lub przez czas równy okresowi wylegania danej choroby zakaźnej)
- 7/ nie mogą oddawać krwi osoby pracujące w oddziałach chorób zakaźnych
- 8/ na czas istnienia objawów nie mogą oddawać krwi osoby z zapalnymi i uczuleniowymi chorobami skóry, z ostrymi uczuleniami i **w okresie odczulania**, ze świeżymi zmianami ropnymi, grzybiczymi i wirusowymi (**opryszczka wargowa**)
- 9/ **5 dni** po przyjęciu **aspiryny** i innych leków zawierających kwas acetylosalicylowy (sachol, scorbolamid, acard, polocard itp.)
- 10/ **2 tygodnie** po przebyciu choroby zakaźnej licząc od daty pełnego wyzdrowienia

z wyjątkiem chorób wymienionych poniżej:

- Bruceloza, Gorączka Q..... – **2 lata** od pełnego wyzdrowienia
- Toksoplazmoza..... – **6 miesięcy** od dnia potwierdzonego wyleczenia
(po ujemnych wynikach przeciwciał klasy IgM)
- Gruźlica..... – **2 lata** od potwierdzonego wyleczenia
- Gorączka reumatyczna.. .. – **2 lata** od ustąpienia objawów, jeżeli nie wystąpiła przewlekła choroba serca
- Grypa, infekcja grypopodobna, gorączka >38°C – **2 tyg.** po ustąpieniu objawów
- Zapalenie szpiku..... – **2 lata** od potwierdzonego wyleczenia
- Rzeżączka – w okresie choroby oraz **1 rok** od zakończenia leczenia
- Mononukleozą zakaźną – **6 miesięcy** od czasu wyzdrowienia
- Malaria – **12 miesięcy** po powrocie z terenów gdzie endemicznie występuje malaria oraz 3 lata po zakończeniu leczenia (**konieczna konsultacja z lekarzem Działu Dawców**)
- Borelioza – **6 miesięcy** po wyleczeniu i po ujemnych testach wykonanych metodami PCR lub Real-Time

11/ **po szczepieniach ochronnych** w wymienionych poniżej okresach czasu:

- **4 tygodnie** - BCG, choroba Heine'go-Medina (szczepionka doustna), odra, różyczka, żółta febra, świnka, szczepionki z żywymi atenuowanymi zarazkami duru brzuszego i cholery
- **48 godzin** - szczepionki z zabitymi zarazkami cholery, duru brzuszego, krztuśca (kokluszu), duru plamistego (Rickettsje), grypy, świnki (szczepionka parenteralna)
- **48 godzin** - WZW typu A (jeżeli nie było kontaktu z osobą chorą)
- **1 tydzień** - WZW typu B (jeżeli nie było kontaktu z osobą chorą)
- **48 godzin** - wścieklizna, kleszczowe zapalenie mózgu, jeśli nie było kontaktu z osobą chorą.

W razie kontaktu okres dyskwalifikacji 12 miesięcy

- **48 godzin** po podaniu anatoksyny (błonica, tężec), 3 miesiące po uodparnianiu surowicami odzwierzęcymi

16/ **przez cały okres** stosowania leków i na czas po odstawieniu leku zależny od jego rodzaju (Konieczna konsultacja z lekarze Działu Dawców) **z wyjątkiem** witamin, doustnych środków antykoncepcyjnych oraz leków hormonalnych stosowanych w okresie menopauzy. **2 tygodnie** od zakończenia leczenia **antybiotykami**

17/ nadciśnienie tętnicze nie pozwala na oddawanie krwi jeżeli wartości ciśnienia przekraczają granice **180/100 mmHg** z tym, że lekarz może wyrazić zgodę na oddawanie krwi przez osoby przyjmujące leki obniżające ciśnienie (**z wyjątkiem beta-blokerów**) pod warunkiem normalizacji ciśnienia tętniczego krwi.

18/ **5 lat** od wyleczenia po przebyciu kłębkowego zapalenia nerek, w innych ostrych zapalnych chorobach nerek - po potwierdzonym całkowitym wyleczeniu.

19/ W przypadku astmy czy niewyjaśnionych duszności krew można oddawać jeżeli przynajmniej w ciągu ostatnich **5 lat** nie było duszności i nie były stosowane żadne leki przeciwastmatyczne

20/ Kobiety **nie mogą** oddawać krwi:

- w okresie miesiączki i przez **3 dni** od jej zakończenia
- w okresie ciąży i karmienia piersią
- **6 miesięcy** po porodzie lub poronieniu o ile zakończyła się laktacja i wystąpiła pierwsza miesiączka

24/ Nie można oddawać krwi będąc pod wpływem alkoholu, narkotyków oraz w stanie nadmiernego pobudzenia nerwowego. Po wypiciu alkoholu krew można oddać najwcześniej po upływie **czterech dni**.

III. Dyskwalifikują na stałe z oddawania krwi lub jej składników:

1/ Żółtaczką zakaźną (WZW) lub każda inna niewyjaśniona postać żółtaczką

- 2/ Choroby serca takie jak: wady serca, choroba wieńcowa, stan po zawale serca, zaburzenia rytmu, zapalenia serca, niewydolność krążenia, astma sercowa.
- 3/ Choroby naczyń krwionośnych: miażdżyca znacznego stopnia, stan po udarze mózgu, choroby tętnic, nawracające zapalenia żył.
- 4/ Choroby układu oddechowego przewlekłe lub nawracające jak np.: zapalenie oskrzeli, czynna astma oskrzelowa, czynna gruźlica
- 5/ Choroby układu pokarmowego: przewlekłe biegunki, ostre i przewlekłe choroby wątroby, stan po resekcji (usunięciu) żołądka.
- 6/ Przewlekłe choroby układu moczowego i płciowego (z wyjątkiem kamicy nerkowej).
- 7/ Choroby układu nerwowego jak: padaczka, nerwica wegetatywna, choroby psychiczne, organiczne schorzenia układu nerwowego (także wtedy, gdy prowadzone jest leczenie w poradni specjalistycznej lub przyznana jest renta inwalidzka)
- 8/ Nawracające omdlenia albo napady drgawkowe
- 9/ Przewlekłe choroby skóry aktywne lub nawracające jak np.: łuszczyca, sklerodermia
- 10/ Choroby układu immunologicznego i dawcy uodporniani krwinkami czerwonymi
- 11/ Obecność w krwi przeciwciał o istotnym znaczeniu klinicznym (np. anty Rh, Kell, Kidd)
- 12/ Choroby gruczołów dokrewnych i zaburzenia przemiany materii jak np.: nadczynność i niedoczynność tarczycy (w okresie przyjmowania hormonów), choroba Gravesa-Basedowa, choroba Cushinga, **Cukrzyca**, Dna moczanowa i in.
- 13/ Jaskra
- 14/ Choroby układowe np. kolagenozy (LE), nowotwory złośliwe,
- 15/ Choroby krwi i układu krwiotwórczego oraz skłonność do przedłużonych krwawień, zaburzenia krzepnięcia krwi w przeszłości
- 16/ Kiła - zarówno wrodzona jak i nabyta niezależnie od czasu zachorowania
- 17/ Choroby tropikalne m.in. Babeszjoza, Gorączka Chagasa (*Trypanosoma cruzi*), Ozena, Promienica, Tularemia, Kala Azar (leiszmanioza trzewna), przewlekła postać Gorączki Q
- 18/ Gąbczaste zwyrodnienie mózgu (TSE) (np. choroba Creutzfeldta-Jakoba, wariant choroby Creutzfelda –Jakoba), na które narażone są:
 - Osoby, których wywiad rodzinny wskazuje na zagrożenie TSE
 - Osoby, którym wykonano w przeszłości przeszczep rogówki oka lub opony twardej albo były leczone hormonem wzrostu uzyskanym z ludzkich przysadek
 - Osoby, które w okresie od 01-01-1980 roku do 31-12-1996 roku przebywały łącznie przez 6 miesięcy lub dłużej w Wielkiej Brytanii, Francji lub Irlandii.
 - Osoby, którym po 01.01.1980 r przetoczono krew lub jej składniki na terenie Wielkiej Brytanii, Francji lub Irlandii
- 19/ Osoby nadużywające alkoholu, leków psychoaktywnych i po leczeniu odwykowym
- 20/ Osoby, z dodatnimi wynikami testów w kierunku: antygenu HBs, przeciwciał anti-HBc, HBV-RNA, RNA-HCV i przeciwciał anti HCV, RNA-HIV, przeciwciał anti-HIV i kiły, HTLV I iII
- 21/ Osoby, które ze względu na swoje **zachowania seksualne** należą do grup podwyższonego ryzyka zakażenia poważnymi chorobami, mogącymi przenosić się drogą przetoczenia krwi
- 22/ Chorzy na hemofilię otrzymujący preparaty czynników krzepnięcia.
- 23/ Biorcy ksenoprzeszczepów (przeszczep tkanek odzwierzęcych)
- 24/ Wszelkie leki w zastrzykach stosowane bez przepisu lekarza
- 25/ Jednoczesne nieterminowe donacje w różnych punktach pobrań krwi

INNE INFORMACJE DLA KRWIODAWCÓW

1. Krwiodawca każdorazowo przed oddaniem krwi wypełnia kwestionariusz dawcy, ma pobieraną próbkę krwi do badań laboratoryjnych celem wykonania: morfologii. Następnie jest badany przez lekarza, który kwalifikuje go do oddania krwi. Do poszczególnych pracowni dawca wchodzi na wezwanie mając przy sobie kwestionariusz i dokument tożsamości. (nad wejściem do pracowni zapala się lampka sygnalizacyjna)
2. Łączny pobyt w RCKiK od zarejestrowania do zakończenia oddawania krwi może trwać **ok. 1 godziny**. (Z wyjątkiem dawców oddających osocze metodą plazmaferezy automatycznej i dawców płytek krwi)
3. Krew przefiltrowana (lipemiczna) nie nadaje się do celów leczniczych, dlatego każdy krwiodawca w dniu poprzedzającym oddanie krwi powinien spożyć lekkostrawną kolację a do oddania krwi zgłosić się po lekkim beztłuszczowym śniadaniu.
4. Krew pełna może być pobierana nie częściej niż 6 razy w roku (w okresie 12 miesięcy) od mężczyzn i nie częściej niż 4 razy w roku (w okresie 12 miesięcy) od kobiet, z tym że przerwa pomiędzy pobraniami nie może być krótsza niż 2 miesiące. Jednorazowo od osoby ważącej 50 kg lub więcej pobiera się 450 ml krwi (tzw. 1 jednostka krwi) (Patrz informacja: „Dlaczego 450 ml?”)
5. Osocze metodą plazmaferezy automatycznej w ilości 600 ml może być pobierane nie częściej niż co 2 tygodnie. Od jednego dawcy można pobrać w ciągu jednego roku nie więcej niż 25 litrów osocza Po oddaniu Krwi Pełnej osocze można oddać już po miesiącu. W celu pobrania osocza dawca musi się zgłosić w Centrum nie później niż na 2 godziny przed zakończeniem pracy rejestracji
6. Zabiegi trombaferezy (pobranie płytek krwi) mogą być wykonywane nie częściej niż 12 razy w roku. Przerwy pomiędzy tymi zabiegami nie powinny być krótsze niż 4 tygodnie. Za zgodą lekarza w szczególnych przypadkach przerwy pomiędzy zabiegami mogą być skrócone. W celu pobrania płytek krwi dawca musi się zgłosić w Centrum do godz. 13⁰⁰ (od poniedziałku do piątku). Po oddaniu Krwi Pełnej osocze można oddać już po miesiącu.
7. Zabiegi erytroaferezy (pobranie krwinek czerwonych) mogą być wykonywane nie częściej, niż co 2 miesiące przy pobraniu jednej jednostki krwinek i nie częściej, niż co 6 miesięcy przy pobraniu dwóch jednostek krwinek
8. **Uprzejmie informujemy, że krwiodawca w każdej chwili może zrezygnować i wycofać zgodę na oddanie krwi bez żadnych następstw na oddawanie krwi w przyszłości**

ZALECENIA DLA KRWIODAWCÓW PO ODDANIU KRWI

1. Bezpośrednio po oddaniu krwi nie powinno się prowadzić pojazdów mechanicznych. Wymagany jest co najmniej **30 minutowy** odpoczynek, zjedzenie przynajmniej połowy czekolady i wypicie ok. **0,5 l** płynu. Nie należy w dniu oddania pić alkoholu ani wód gazowanych.
2. Jazda rowerem po oddaniu krwi jest możliwa co najmniej po upływie **3 godzin**

3. Osoby pracujące w zawodach: pilot, maszynista, kierowca-operator dźwigu, pracujący na wysokości mogą powrócić do pracy po **12-tu** godzinach od oddania krwi. Dotyczy to również osób uprawiających sport wysiłkowy.
4. W czasie **24 godzin** po oddaniu krwi nie należy dźwigać ciężarów, wykonywać większych wysiłków fizycznych i uprawiać sportu wyczynowego ze względu na możliwość krwawienia do tkanek (pod skórę) z nakłutej żyły i wytworzenia krwiaka.
5. Po oddaniu krwi w rejestracji drukowane są dla dawców zaświadczenia o oddaniu krwi dla członka rodziny i zwolnienia z pracy na dzień oddania krwi. Dla osób nie zakwalifikowanych do oddania krwi drukowane są zaświadczenia godzinowe na czas pobytu w RCKiK.
6. Krew pobrana od każdego dawcy (po oddaniu 450 ml) jest badana w kierunku nosicielstwa wirusów żółtaczk zakaźnej (WZW) typu B i C (HBs i HCV), wirusów HIV typu 1 i 2, a także wykonywany jest test kiłowy. Po tygodniu od oddania krwi można uzyskać bezpłatnie wydruk wykonanych badań laboratoryjnych (morfologii krwi, testów wirusologicznych) i wpis grupy krwi do dowodu osobistego, książeczki wojskowej i książeczki usług medycznych (RUM- po uprzednim wklejeniu zdjęcia)
7. **Wyniki badań wydawane są tylko osobie, której dotyczą.** W tym celu należy zgłosić się w rejestracji dawców. **Wydanie wyników innej osobie jest możliwe po wypełnieniu przez dawcę upoważnienia** (druki dostępne w rejestracji) i potwierdzeniu przez pracownika RCKiK autentyczności danych wpisanych przez osobę upoważniającą.
8. W każdym przypadku dodatnich wyników badań wirusologicznych dawca jest powiadamiany listownie o zaistniałej sytuacji i otrzymuje zaproszenie do RCKiK celem wykonania badań uzupełniających lub tylko po odbiór uzyskanych wyników i otrzymanie skierowania do lekarza POZ czy poradni specjalistycznej celem dalszej diagnostyki i leczenia.
9. Zgodnie z obowiązującymi przepisami o dodatnich wynikach badań wirusologicznych powiadamiany jest SanEpid.
10. Lekarz Działu Dawców udziela ponadto wszystkich niezbędnych informacji dotyczących dalszego postępowania.

