**Dawcą krwi może zostać każdy zdrowy człowiek w wieku od 18 - 65 lat.**

Każda osoba zgłaszająca się do oddawania krwi lub jej składników musi legitymować się dokumentem ze zdjęciem potwierdzającym tożsamość i numerem PESEL, może to być dowód osobisty lub paszport.

Powinna być:

* wypoczęta,
* przed oddaniem spożyć lekkostrawny i niskotłuszczowy posiłek,
* wypić 1,5 do 2 litrów płynów w dniu poprzedzającym oddanie,
* nie spożywać alkoholu w dniu poprzedzającym oddanie,
* ograniczyć palenie papierosów,
* ważyć co najmniej 50kg,(dysproporcja pomiędzy wagą a wzrostem może być przyczyną dyskwalifikacji)
* posługiwać się językiem polskim w mowie i piśmie w stopniu, który umożliwi samodzielne zrozumienie treści kwestionariusza i wypełnienie go.

Zabieg pobrania krwi lub jej składników musi być **całkowicie bezpieczny** dla dawcy a przetoczenie uzyskanej krwi lub jej składników bezpieczne dla biorcy.



O czym musisz wiedzieć przed oddawaniem krwi

Twoja krew zostanie zbadana, aby stwierdzić, czy nie jesteś zakażony/a kiłą, AIDS (HIV), żółtaczką zakaźną B lub C. Jeśli test wypadnie dodatnio krew nie zostanie przetoczona. Jednak przy każdej infekcji pomiędzy momentem zakażenia i chwilą gdy staje się możliwe wykrycie go drogą badań laboratoryjnych, upływa pewien czas. W tym okresie w żadnym przypadku nie wolno oddawać krwi, ponieważ może być źródłem zakażenia, chociaż testy laboratoryjne są jeszcze ujemne. Nie oddawaj więc krwi jeśli przez ryzykowne kontakty lub zachowania naraziłeś/aś się na niebezpieczeństwo.

**Ryzyko stwarzają:**

1. Wcześniej lub aktualnie stosowane narkotyki w postaci zastrzyków.
2. Kontakty seksualne z osobami stosującymi narkotyki w postaci zastrzyków.
3. Kontakty seksualne z wieloma partnerami/partnerkami.
4. Kontakty seksualne z partnerem/partnerką, których znasz od niedawna.
5. Kontakty seksualne w celu zarobkowym.
6. Kontakty seksualne z osobami, u których testy w kierunku AIDS, kiły lub żółtaczki zakaźnej B lub C wypadły dodatnio.

Zdajemy sobie sprawę, że zadając te pytania wkraczamy w Twoją sferę prywatną. Jednak niewielkie ryzyko przeniesienia zakażenia drogą krwi można dalej zmniejszyć jedynie wtedy, gdy będąc dawcą dokładnie przemyślisz opisane tu sytuacje i skrupulatnie odpowiesz na postawione pytania. Twoje dane będą traktowane poufnie. Przy pozytywnych wynikach badań (wskazujących na infekcję) zostaniesz o tym poinformowany/a przez lekarza.

Jeżeli podczas kwalifikacji lekarskiej do oddania krwi pojawią się przyczyny, które spowodują, że nie będziesz mógł oddać krwi zostaniesz o tym poinformowany przez lekarza.

Przeciwwskazania do oddania krwi mogą być czasowe lub stałe

**Kwalifikacji zawsze dokonuje lekarz.**

**Pamiętaj decyzja lekarza jest wiążąca.**

Przedstawione przeciwwskazania nie są listą zamkniętą, pamiętaj ostatecznej kwalifikacji dokonuje lekarz.

***Pamiętaj!***

*Nie oddawaj krwi, jeżeli przez ryzykowne kontakty lub zachowania, naraziłeś swoje zdrowie na niebezpieczeństwo!!*

Źródło: https://www.rckk.rzeszow.pl/dawcy-krwi