

Могу ли я стать донором?

В соответствии с частью первой статьи 19 Закона Республики Беларусь от 30 ноября 2010 года «О донорстве крови и ее компонентов» в государственном учреждении «Республиканский научно-практический центр трансфузиологии и медицинских биотехнологий» (далее – Центр) сдать кровь, ее компоненты могут граждане Республики Беларусь, а также иностранные граждане и лица без гражданства, постоянно проживающие в Республике Беларусь, в возрасте от восемнадцати до шестидесяти лет, обладающие полной дееспособностью, не страдающие заболеваниями и не находящиеся в состояниях, при которых сдача крови, ее компонентов противопоказана.

Врачебно-консультационной комиссией Центра может быть принято решение о допуске к выполнению донорской функции лиц в возрасте старше шестидесяти лет в следующих исключительных случаях:

при наличии у донора крови и ее компонентов (далее – донор) резус-отрицательной принадлежности всех групп крови;

при недостающем количестве донаций (не более 3-5 донаций крови или 10-15 донаций компонентов крови) до получения донором нагрудного знака отличия Министерства здравоохранения Республики Беларусь «Ганаровы донар Рэспублікі Беларусь».

Каков порядок действий?

В целях рационального использования крови, ее компонентов, максимального обеспечения организаций здравоохранения компонентами крови, а также исходя из технических возможностей, доноры принимаются по предварительной записи в ГУ «Республиканский научно-практический центр трансфузиологии и медицинских биотехнологий», городской центр трансфузиологии УЗ «6-я городская клиническая больница», городской центр трансфузиологии УЗ «Городская клиническая больница скорой медицинской помощи»,

Как подготовиться к сдаче крови?

При подготовке к донации необходимо соблюдать *следующие правила*:

Накануне и в день сдачи крови не рекомендуется употреблять жирную, жареную, острую и копченую пищу, а также молочные

продукты, яйца и масло, шоколад. ***Натощак сдавать кровь не нужно!***

Лучше пить сладкий чай с вареньем, соки, морсы, компоты, минеральную воду и есть хлеб, сухари, сушки, отварные крупы, макароны на воде без масла, овощи и фрукты, кроме бананов.

За 48 часов до визита в отделение переливания крови нельзя употреблять алкоголь, а за 72 часа — принимать лекарства, содержащие аспирин и анальгетики.

Утром нужно легко позавтракать, а непосредственно перед процедурой донору положен сладкий чай.

Также за час до сдачи крови следует воздержаться от курения.

Медики установили, что лучше всего на кровопотерю организм реагирует именно в утренние часы. И чем раньше происходит донация, тем легче переносится эта процедура. После 12.00 сдавать кровь рекомендуется только постоянным донорам.

Не следует сдавать кровь после ночного дежурства или просто бессонной ночи, не приходит на донацию при наличии признаков недомогания (насморк, кашель, головная боль, боль в горле, повышение артериального давления).

Не планируйте сдачу крови непосредственно перед экзаменами, соревнованиями, сдачей проекта, на время особенно интенсивного периода работы и т. п.

Следование этим несложным правилам особенно важно при сдаче тромбоцитов или плазмы, их нарушение повлияет на качество заготавливаемых компонентов крови.

При себе необходимо иметь **следующие документы:**

- паспорт гражданина Республики Беларусь либо иной документ, удостоверяющий личность, военный билет или удостоверение призывника при его наличии (для военнообязанных перед первой донацией);
- выписку из медицинских документов, выданную организациями здравоохранения по месту жительства (месту пребывания) граждан, а при наличии ведомственных организаций здравоохранения – по месту работы (учебы, службы) – перед первой донацией, а в дальнейшем – 1 раз в 12 месяцев;
- результаты осмотра врачом-гинекологом (для женщин) – перед первой донацией, а в дальнейшем – 1 раз в 12 месяцев;
- результаты флюорографического (рентгенологического, компьютерного) исследования органов грудной клетки – перед первой донацией, а в дальнейшем – 1 раз в 12 месяцев;

- данные электрокардиографического исследования (для доноров компонентов крови методом афереза), проведенного в организации службы крови, ее структурном подразделении, – перед первой донацией компонентов крови, а в дальнейшем – 1 раз в 12 месяцев.

Какой перечень заболеваний и состояний, при которых сдача крови и ее компонентов противопоказана?

Перечень утвержден постановлением Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 19.05.2011 г. № 37 «Об установлении перечня заболеваний и состояний, при которых сдача крови и ее компонентов противопоказана, и утверждении Инструкции о порядке медицинского осмотра доноров крови и ее компонентов».

<i>№ п/п</i>	<i>Перечень заболеваний и состояний</i>	<i>Срок действия противопоказания</i>
	Некоторые инфекционные и паразитарные болезни:	
1.1	туберкулез, последствия туберкулеза	постоянно
1.2	туляремия	постоянно
1.3	бруцеллез	постоянно
1.4	лепра, последствия лепры	постоянно
1.5	сифилис	постоянно
1.6	трахома, последствия трахомы	постоянно
1.7	сыпной тиф	постоянно

№ п/п	Перечень заболеваний и состояний	Срок действия противопоказания
1.8	медленные вирусные инфекции центральной нервной системы, в том числе подострые трансфузионные губчатые энцефалопатии (Куру, болезнь Крейтцфельда-Якоба, синдром Герстманна-Штреуслера), амиотрофический лейкоспонгиоз	постоянно
1.9	вирусный гепатит В (далее – ВГВ), вирусный гепатит С (далее – ВГС), другие вирусные гепатиты с парентеральным механизмом передачи, положительный результат исследования на маркеры ВГВ и ВГС, других вирусных гепатитов с парентеральным механизмом передачи	постоянно
1.10	болезнь, вызванная вирусом иммунодефицита человека (далее – ВИЧ), положительный результат исследования на маркеры ВИЧ 1, 2	постоянно
1.11	глубокие (системные) микозы	постоянно
1.12	протозойные болезни, в том числе лейшманиоз, трипаносомоз, болезнь Шагаса, токсоплазмоз, бабезиоз (пироплазмоз)	постоянно
1.13	гельминтозы: эхинококкоз, дракункулез (ришта), филяриатоз	постоянно
2	Новообразования:	
2.1	злокачественные новообразования	постоянно
2.2	доброкачественные образования с тяжелым течением и (или) стойкой выраженной недостаточностью функций	постоянно
3	Болезни крови, кроветворных органов и отдельные нарушения, вовлекающие иммунный механизм:	постоянно

№ п/п	Перечень заболеваний и состояний	Срок действия противопоказания
4	Болезни эндокринной системы, расстройства питания и нарушения обмена веществ:	
4.1	болезни щитовидной железы с тяжелым течением и (или) стойкой выраженной недостаточностью функций, в том числе гипотиреоз, тиреотоксикоз (гипертиреоз), тиреоидит	постоянно
4.2	сахарный диабет	постоянно
4.3	ожирение III степени	постоянно
4.4	другие хронические рецидивирующие болезни с тяжелым течением и (или) стойкой выраженной недостаточностью функций	постоянно
5	Психические расстройства и расстройства поведения:	
5.1	наркомания, токсикомания, алкоголизм	постоянно
5.2	другие психические расстройства и расстройства поведения, за исключением легких соматоформных расстройств	постоянно
6	Болезни нервной системы:	
6.1	эпилепсия, другие судороги и пароксизмальные приступы в анамнезе, за исключением судорог новорожденного	постоянно
6.2	другие хронические рецидивирующие болезни с тяжелым течением и (или) стойкой выраженной недостаточностью функций	постоянно
7	Болезни глаза и его придаточного аппарата:	

<i>№ п/п</i>	<i>Перечень заболеваний и состояний</i>	<i>Срок действия противопоказания</i>
7.1	болезни радужной оболочки, цилиарного тела, сосудистой оболочки, сетчатки глаза и зрительного нерва, в том числе последствия хронического увеита (ирита, иридоциклита, хориоретинального воспаления)	постоянно
7.2	глаукома	постоянно
7.3	высокая миопия (6 диоптрий и более)	постоянно
7.4	полная слепота	постоянно
7.5	другие хронические рецидивирующие болезни с тяжелым течением и (или) стойкой выраженной недостаточностью функций	постоянно
8	Болезни уха и сосцевидного отростка:	
8.1	полная потеря слуха любой этиологии	постоянно
8.2	другие хронические рецидивирующие болезни с тяжелым течением и (или) стойкой выраженной недостаточностью функций	постоянно
9	Болезни системы кровообращения:	
9.1	артериальная гипертензия II, III степени и (или) риск больше 2	постоянно
9.2	ишемическая болезнь сердца	постоянно
9.3	цереброваскулярные болезни	постоянно

№ п/п	Перечень заболеваний и состояний	Срок действия противопоказания
9.4	другие болезни сердца (перикардиты, эндокардиты, поражения клапанов сердца (врожденные и приобретенные), в том числе, пролапс (пролабирование) клапана (клапанов) II, III степени, миокардиты, кардиомиопатии, нарушения ритма и сердечной проводимости различной этиологии, сердечная недостаточность)	постоянно
9.5	болезни артерий, артериол: атеросклероз, облитерирующий эндартериит, аневризма и расслоение аорты, облитерирующий тромбангиит, эмболия и тромбоз артерий	постоянно
9.6	болезни вен: хронический рецидивирующий флебит и тромбофлебит, варикозное расширение вен (варикозная болезнь) III степени	постоянно
9.7	другие хронические рецидивирующие болезни с тяжелым течением и (или) стойкой выраженной недостаточностью функций	постоянно
10	Болезни органов дыхания:	
10.1	озена	постоянно
10.2	хронические болезни нижних дыхательных путей: хронический обструктивный бронхит, эмфизема, другие хронические обструктивные легочные болезни, бронхиальная астма, бронхоэктатическая болезнь	постоянно
10.3	другие хронические рецидивирующие болезни с тяжелым течением и (или) стойкой выраженной недостаточностью функций	постоянно
11	Болезни органов пищеварения:	

<i>№ п/п</i>	<i>Перечень заболеваний и состояний</i>	<i>Срок действия противопоказания</i>
11.1	язвенная болезнь желудка, язвенная болезнь двенадцатиперстной кишки	постоянно
11.2	желчекаменная болезнь, хронический холецистит с тяжелыми и часто повторяющимися приступами	постоянно
11.3	хронические болезни печени, в том числе токсической и неясной этиологии, цирроз печени	постоянно
11.4	язвенный колит	постоянно
11.5	другие хронические рецидивирующие болезни с тяжелым течением и (или) стойкой выраженной недостаточностью функций	постоянно
12	Болезни кожи и подкожной клетчатки:	
12.1	распространенные инфекции кожи, подкожной клетчатки, придатков кожи (пиодермия, фурункулез, сикоз и другие)	постоянно
12.2	буллезные нарушения (пузырчатые дерматозы), эритродермия, дерматиты (экземы), псориаз, красная волчанка	постоянно
12.3	другие хронические рецидивирующие болезни с тяжелым течением и (или) стойкой выраженной недостаточностью функций	постоянно
13	Болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани:	
13.1	системные поражения соединительной ткани	постоянно
13.2	остеомиелит	постоянно

№ п/п	Перечень заболеваний и состояний	Срок действия противопоказания
13.3	другие хронические рецидивирующие болезни с тяжелым течением и (или) стойкой выраженной недостаточностью функций	постоянно
14	Болезни мочеполовой системы:	
14.1	острые и хронические гломерулярные и тубулоинтерстициальные болезни почек, в том числе гломерулонефриты, пиелонефриты, нефриты, пиелиты	постоянно
14.2	мочекаменная болезнь	постоянно
14.3	другие хронические рецидивирующие болезни с тяжелым течением и (или) стойкой выраженной недостаточностью функций	постоянно
15	Врожденные аномалии (пороки развития), деформации и хромосомные нарушения с тяжелым течением и (или) стойкой выраженной недостаточностью функций:	постоянно
16	Травмы, отравления и некоторые другие последствия воздействия внешних причин:	
16.1	лучевая болезнь	постоянно
16.2	последствия травм, отравлений и других последствий воздействия внешних причин с тяжелым течением и (или) стойкой выраженной недостаточностью функций	постоянно
17	Состояния, влияющие на состояние здоровья населения и обращения в организации здравоохранения:	
17.1	бессимптомный инфекционный статус, вызванный ВИЧ	постоянно

№ п/п	<i>Перечень заболеваний и состояний</i>	<i>Срок действия противопоказания</i>
17.2	носительство возбудителя сифилиса	постоянно
17.3	носительство возбудителей ВГВ и ВГС, других вирусных гепатитов с парентеральным механизмом передачи	постоянно
17.4	носительство человеческого Т-лимфотропного вируса типа I/II (HTLV-1/2)	постоянно
17.5	наличие в анамнезе заболеваний и состояний, при которых назначались лекарственные средства человеческого гипофиза	постоянно
17.6	наличие в личном анамнезе анафилактического шока	постоянно
17.7	приобретенное отсутствие конечности, паренхиматозного, полого органа или его части (печень, почки, легкое, желудок, мочевой пузырь)	постоянно
17.8	наличие трансплантированных органов, тканей и клеток крови	постоянно
17.9	инвалидность 1, 2 и 3 групп	постоянно
18	Состояния, связанные с риском возможного заражения инфекционными заболеваниями, передающимися через кровь:	
18.1	переливание крови и ее компонентов (за исключением – доноров, иммунизированных антигенами эритроцитов системы резус)	6 месяцев с даты переливания крови и ее компонентов
18.2	оперативные вмешательства, в том числе аборт	6 месяцев с даты оперативного вмешательства

<i>№ п/п</i>	<i>Перечень заболеваний и состояний</i>	<i>Срок действия противопоказания</i>
18.3	эндоскопическое исследование с использованием гибких эндоскопов	6 месяцев с даты исследования
18.4	попадание чужеродной крови и другого биологического материала на слизистую оболочку рта, глаз, носа и (или) поврежденные кожные покровы, повреждение (укол или порез) кожных покровов и (или) слизистой оболочки, инструментарием, бывшим в контакте с чужеродной кровью и другим биологическим материалом	6 месяцев с даты контакта
18.5	тесный бытовой и (или) половой контакт с лицами, инфицированными ВГВ и ВГС, другими вирусными гепатитами с парентеральным механизмом передачи	12 месяцев с даты прекращения контакта
18.6	тесный бытовой и (или) половой контакт с лицами, инфицированными вирусом гепатита А и вирусом гепатита Е, другими вирусами гепатитов с энтеральным механизмом передачи	3 месяца с даты прекращения контакта
18.7	тесный бытовой и (или) половой контакт с лицами, инфицированными ВИЧ	12 месяцев с даты прекращения контакта
19	Перенесенные болезни, травмы, отравления и некоторые другие последствия воздействия внешних причин:	
19.1	брюшной тиф (при отсутствии выраженных функциональных расстройств)	12 месяцев с даты полного клинического и лабораторного выздоровления
19.2	лихорадка Ку	2 года с даты полного клинического и лабораторного выздоровления
19.3	малярия (при отсутствии симптомов и отрицательных результатах иммунологических тестов)	3 года с даты полного клинического и лабораторного выздоровления

№ п/п	<i>Перечень заболеваний и состояний</i>	<i>Срок действия противопоказания</i>
19.4	грипп, острая респираторная инфекция	15 суток с даты выздоровления
19.5	пневмония	6 месяцев с даты полного клинического и лабораторного выздоровления
19.6	тонзиллит	30 суток с даты выздоровления
19.7	прочие инфекционные и паразитарные болезни	6 месяцев с даты полного клинического и лабораторного выздоровления
19.8	острые или хронические воспалительные процессы в стадии обострения независимо от локализации	30 суток после выздоровления или купирования острого периода
19.9	аллергические заболевания	2 месяца после купирования острого периода
19.10	лечение зубов (при отсутствии осложнений):	
19.10.1	терапевтическое	24 часа
19.10.2	хирургическое	7 суток
19.11	последствия травм, отравлений и некоторых других последствий воздействия внешних причин:	
19.11.1	легкой степени	3 месяца после выздоровления
19.11.2	средней степени	6 месяцев после выздоровления

<i>№ п/п</i>	<i>Перечень заболеваний и состояний</i>	<i>Срок действия противопоказания</i>
19.11.3	закрытая черепно-мозговая травма:	
19.11.3.1	легкой степени	3 месяца после выздоровления
19.11.3.2	средней степени	6 месяцев после выздоровления
19.11.3.3	тяжелой степени	12 месяцев после выздоровления
19.11.4	травмирование или ослонение больным (подозрительным на заболевание) бешенством животным	12 месяцев после даты укуса
19.11.5	укус клеща (при наличии риска заражения клещевым энцефалитом)	12 месяцев после даты укуса
19.11.6	прием алкогольных, слабоалкогольных напитков и пива	48 часов
20	Прививки:	
20.1	прививка убитыми вакцинами, анатоксинами (гепатит А, гепатит В, столбняк, дифтерия, коклюш, полиомиелит, паратиф, холера, грипп, менингококковая инфекция, клещевой энцефалит и другие)	10 суток после даты проведения последней прививки
20.2	прививка живыми вакцинами (бруцеллез, чума, туляремия, сибирская язва, ветряная оспа, корь, краснуха, эпидемический паротит, живая ослабленная вакцина от брюшного тифа, живая ослабленная вакцина от холеры, полиомиелит перорально, желтая лихорадка и другие), введение противостолбнячной сыворотки (при отсутствии выраженных воспалительных явлений на месте инъекции)	30 суток после даты проведения последней прививки

№ п/п	Перечень заболеваний и состояний	Срок действия противопоказания
20.3	прививка против бешенства (травмирование или ослюнение больным (подозрительным на заболевание) бешенством животным)	12 месяцев после даты проведения последней прививки (при необходимости периода наблюдения)
21	Прием лекарственных средств:	
21.1	антибиотики	10 суток после окончания приема
21.2	салицилаты, анальгетики	5 суток после окончания приема
21.3	других лекарственных средств	срок определяется составом лекарственных средств и основным заболеванием
22	Отклонение от нормы показателей лабораторного исследования крови:	
22.1	3-кратная перестановка в течение года исследований на маркеры вирусных ВГВ, ВГС, ВИЧ, сифилиса	6 месяцев после получения результата исследования
22.2	отклонения от норм показателей лабораторного исследования крови	30 суток после получения результатов исследования
23	Другие состояния:	
23.1	период беременности	12 месяцев после родов
23.2	период лактации	3 месяца после окончания лактации

№ п/п	Перечень заболеваний и состояний	Срок действия противопоказания
23.3	период менструации	5 суток после окончания менструации

Важно!!!

Минимальные интервалы между донациями крови составляют ***не менее 60 календарных дней***, после каждой 5-ой донации – не менее 90 календарных дней, между донациями компонентов крови (плазмы, тромбоцитов) – ***не менее 14 календарных дней***, между донацией компонентов крови (плазмы, тромбоцитов) и донацией крови – ***не менее 30 календарных дней***.

Максимальный объем забора компонентов крови суммарно *в течение календарного года не может превышать 20 л.*

Какая минимальная масса тела, при которой возможна сдача крови и ее компонентов?

В соответствии с пунктом 13 постановления Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 19.05.2011 г. № 37 объем донации крови не должен превышать 13% объема циркулирующей крови (далее – ОЦК). ***Доза стандартной донации (сдачи) крови составляет 450 мл ± 50 мл*** (без учета антикоагулянта). Объем крови, используемый для клинических исследований, не должен превышать 40 мл.

В зависимости от пола, возраста, телосложения, условий жизни, степени физического развития и тренированности ОЦК колеблется и составляет в среднем 50-80 мл/кг. Этот показатель в условиях физиологической нормы у индивидуума весьма постоянен. Объем крови у мужчины массой 70 кг составляет примерно 5,5 л., у женщины – он несколько меньше (около 4,5 л.). При весе 55 кг (ОЦК примерно 3,5 л.) донация крови 450мл±50мл составляет 12,86% (13%) ОЦК.

Как проходит процедура?

1. Регистрация.

После предоставления необходимых документов для регистрации, на донора оформляются:

- при первичном обращении – учетная карточка донора, медицинский документ донора, карта-анкета донора;
- при последующих обращениях – карта-анкета донора.

2. Заполнение карты-анкеты донора.

Донор собственноручно отвечает на представленные в карте-анкете вопросы и подписывает добровольное согласие на забор крови или ее компонентов на возмездной или безвозмездной основе.

3. Лабораторное обследование.

В клинической лаборатории донору крови *определяют группу крови, резус-принадлежность, фенотип антигенов эритроцитов по системе Келл*, проводят клинико-лабораторное исследование крови и мочи (при первой донации крови, а в дальнейшем – 1 раз в год), при каждой последующей донации в течение года определяют только содержание гемоглобина.

Каждую двадцатую донацию крови назначается исследование обмена железа в организме донора (определение уровня ферритина в сыворотке крови).

Перечень и кратность лабораторного обследования доноров компонентов крови отличается.

4. Медицинский осмотр.

Врач-специалист при проведении медицинского осмотра донора:

- оценивает сведения из представленных донором медицинских документов, показатели клинических исследований крови и общего анализа мочи;
- собирает подробный анамнез и опрашивает донора в соответствии с требованиями карты-анкеты донора;
- оценивает общее состояние донора;
- проводит общий осмотр донора (при наличии пункции (прокола) локтевых вен, необходимо предоставить документ, подтверждающий взятие крови из вены для исследования);
- измеряет артериальное давление - допустимые показатели артериального давления: систолическое – в пределах 100-180 мм. рт. ст., диастолическое – 60-100 мм. рт. ст.;
- определяет частоту пульса и его особенности - допустимые показатели – пульс ритмичный от 60 до 100 ударов в минуту;
- измеряет температуру тела - допустимые показатели – не менее 36⁰С и не более 37⁰С.

5. Прием легкого завтрака в буфете Центра.

6. Процедура донации.

В ходе донации крови донор размещается в кресле, на среднюю треть плеча накладывается жгут, кожа обрабатывается антисептическим средством. Из вены производится забор крови в

количестве 450 мл ± 50 мл. Также часть крови (20-40 мл) забирается для лабораторных исследований (на маркеры вируса ВИЧ, вирусов гепатита В и С, сифилиса и др.).

Кровь заготавливается в специальный контейнер, который соединен с иглой тонкой трубкой. По окончании процедуры на локтевой сгиб на 4 часа накладывают фиксирующую повязку.

Продолжительность процедуры – около 10-15 минут.

7. Отдых под наблюдением медицинского персонала Центра в течение 30 мин.

8. Получение необходимых медицинских документов, подтверждающих факт донации для получения установленных гарантий и компенсаций.

9. Получение денежной компенсации на питание после сдачи крови, ее компонентов в размере 10% бюджета прожиточного минимума в среднем на душу населения.

Важно!!!

На всех этапах медицинского осмотра доноров и забора крови, ее компонентов используются только одноразовые расходные материалы (системы, наборы).

Сдали кровь, что делать дальше?

Если строго соблюдать все рекомендации медицинского персонала перед процедурой и после нее, то за самочувствие можно не переживать. Кроме того, правила донорства со всеми ограничениями по количеству забираемой одновременно крови, ее компонентов и частоте проведения процедуры закреплены законодательно.

Что следует делать по окончании сдачи крови и ее компонентов	Чего не следует делать после сдачи крови и ее компонентов
Отдохнуть под наблюдением медицинского персонала в течение 30 мин.	Снимать повязку с руки и (или) мочить ее в течение четырех часов.
	Непосредственно после сдачи крови и ее компонентов управлять транспортным средством.

<p>В случае плохого самочувствия немедленно сообщить об этом медицинскому персоналу, не покидать Центр (самый простой выход – лечь и поднять ноги выше головы или сесть и опустить голову между колен).</p>	<p>Курить в течение 1-2 часов, употреблять алкогольные, слабоалкогольные напитки и пиво в течение 24 часов.</p>
<p>Употребление повышенного количества жидкости и белковой пищи в течение ближайших 48 часов после сдачи крови и ее компонентов.</p>	<p>Поднимать тяжести и совершать действия, связанные с физической нагрузкой на руку, из которой производился забор крови и ее компонентов – в течение 12 часов.</p>
	<p>Заниматься деятельностью, требующей значительных физических усилий – в течение 24 часов</p>