



НЕДЕЛЯ

**ПОПУЛЯРИЗАЦИИ
ДОНОРСТВА КРОВИ И
КОСТНОГО МОЗГА**

— 13-19 АПРЕЛЯ

КОСТНЫЙ МОЗГ: СПАСТИ ЖИЗНЬ МОЖЕТ КАЖДЫЙ

Трансплантация костного мозга — единственный шанс для тысяч пациентов с лейкозом, лимфомой и наследственными заболеваниями крови. В России ежегодно почти 29000 человек заболевают болезнями системы крови, и около 1500 пациентов нуждаются в трансплантации от неродственного донора.



ЧТО ДЕЛАЕТ КРОВЬ?

КРОВЬ НЕСЕТ

К КЛЕТКАМ
ОРГАНИЗМА

Кислород
из легких

&

Питательные
вещества из
пищеварительного
тракта

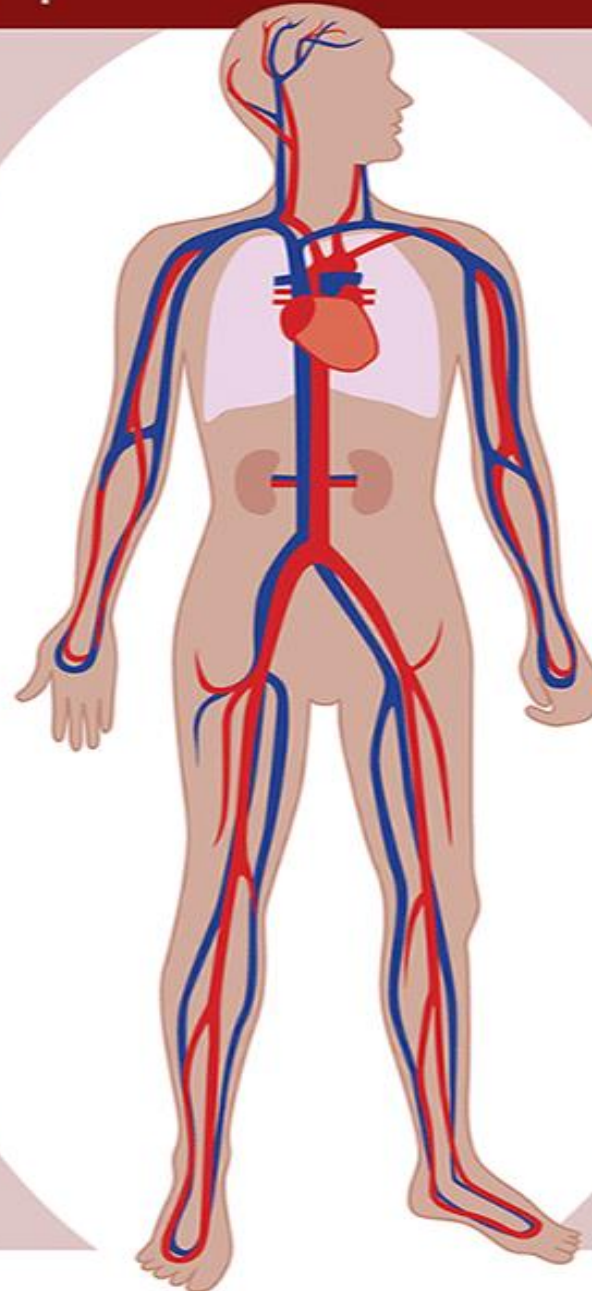
КРОВЬ УНОСИТ

Углекислый
газ

&

Отработанные
продукты
метаболизма,

В КОТОРЫХ
ОРГАНИЗМ
НЕ НУЖДАЕТСЯ



КРОВЬ ТАКЖЕ

Образует
тромб при ранении
или травмах
для остановки
кровотечения



Содержит антитела
для борьбы
с инфекцией

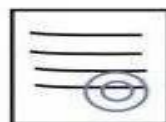
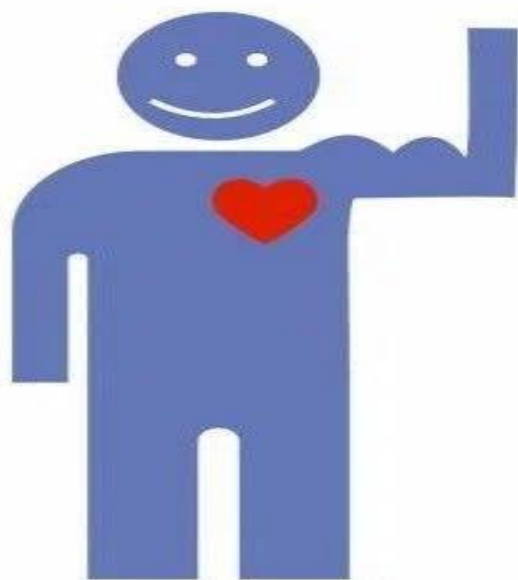


Помогает
поддерживать
правильную
температуру
вашего тела



Переносит
гормоны
к клеткам
организма

ПОЛЕЗНО ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ!



ДОНОР **ИНФОРМИРОВАН** О СВОЕМ ЗДОРОВЬЕ, ТАК КАК РЕГУЛЯРНО СДАЕТ АНАЛИЗЫ И ЗА ЗДОРОВЬЕМ ДОНОРОВ ВЕДЕТСЯ ПОСТОЯННОЕ МЕДИЦИНСКОЕ НАБЛЮДЕНИЕ.



ПОСЛЕ КРОВОДАЧИ КРОВЬ СТАНОВИТСЯ МЕНЕЕ ВЯЗКОЙ, СНИЖАЕТСЯ ВЕРОЯТНОСТЬ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ТРОМБОВ, **НА 88 % СНИЖАЕТСЯ** ВЕРОЯТНОСТЬ ИНФАРКТОВ УХОДИТ ИЗБЫТОК ЖЕЛЕЗА



СДАЧА КРОВИ ОБЛАДАЕТ **СТИМУЛИРУЮЩИМ** ЭФФЕКТОМ, ПОЭТОМУ ДОНОРЫ, В БОЛЬШИНСТВЕ СВОЕМ АКТИВНЫЕ И ЖИЗНЕРАДОСТНЫЕ ЛЮДИ



РЕГУЛЯРНЫЕ КРОВОДАЧИ НЕ ЗАСТАВЛЯЮТ ОРГАНИЗМ «ВЫРАБАТЫВАТЬ БОЛЬШЕ КРОВИ», ЗАТО ПРИУЧАЮТ ЕГО БЫСТРЕЕ **ВОССТАНАВЛИВАТЬСЯ** ПОСЛЕ КРОВОПОТЕРИ.



ВО ВРЕМЯ КАЖДОЙ ДОНАЦИИ ЧЕЛОВЕК ТЕРЯЕТ 650 ККАЛ И МОЖЕТ СЪЕСТЬ ДВЕ ШОКОЛАДКИ **БЕЗ ВРЕДА** ДЛЯ ФИГУРЫ



ВО ВРЕМЯ СДАЧИ КРОВИ НЕВОЗМОЖНО ЗАРАЗИТЬСЯ НИКАКИМИ ИНФЕКЦИЯМИ: ВСЕ ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ И РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ – ТОЛЬКО ОДНОРАЗОВЫЕ И ГАРАНТИРУЮТ ДОНОРУ **АБСОЛЮТНУЮ БЕЗОПАСНОСТЬ**

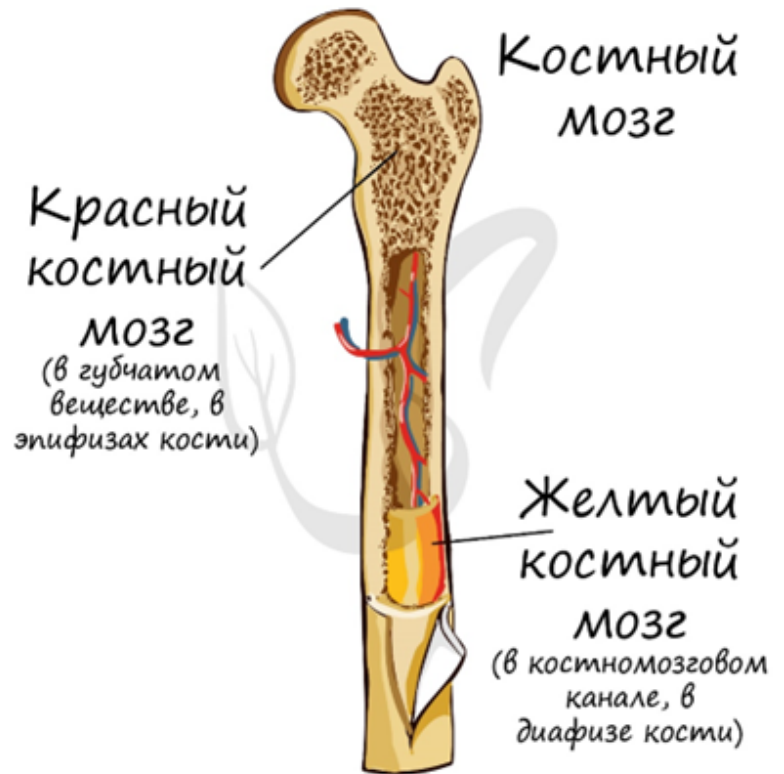
ГРУППЫ КРОВИ

ГРУППА	ВЫ МОЖЕТЕ СТАТЬ ДОНОРОМ ДЛЯ:	ВАМ ПОДОЙДЕТ:
II +	II +, IV +	II +, II -, I +, I -
I +	I +, II +, III +, IV +	I +, I -
III +	III +, IV +	III +, III -, I +, I -
IV +	IV +	Любая
II -	II +, II -, IV +, IV -	II -, I -
I -	Любая	I -
III -	III +, III -, IV +, IV -	III -, I -
IV -	IV +, IV -	IV -, II -, III -, I -

КОМУ НЕОБХОДИМ КОСТНЫЙ МОЗГ?

Людам с лейкоемией, лимфомой, тяжёлой иммунной недостаточностью, апластической анемией и другими (в основном онкологическими) заболеваниями

Стволовые клетки из-за способности к делению чувствительны к химиотерапии и облучению. Поэтому процесс кроветворения может нарушиться во время лечения онкологических заболеваний (у людей, проходящих высокодозную химиотерапию, как правило, этот процесс останавливается). Если ввести такому пациенту стволовые клетки, они смогут заселить костный мозг пациента своими «дочерними» клетками и восстановить кроветворение. Соответственно, цель врачей — собрать достаточное количество стволовых клеток у здорового человека (донора) и пересадить их больному (реципиенту). Эта процедура известна как **донорство костного мозга**



НЕТ!!! ПРИ КАКИХ УСЛОВИЯХ ВЫ НЕ МОЖЕТЕ СТАТЬ ДОНОРОМ КОСТНОГО МОЗГА

НЕЛЬЗЯ

стать донором костного мозга, если вы перенесли любое заболевание крови, гепатиты, сифилис, ВИЧ, туберкулез, лучевую болезнь, пороки сердца, психические и аутоиммунные заболевания.

НЕ МОЖЕТ БЫТЬ И РЕЧИ

о том, чтобы стать донором при наличии онкологических заболеваний – прошлых или настоящих.

НЕ ПОЛУЧИТСЯ

стать донором, если вы весите меньше 50 кг.

НЕ ИМЕЕТ СМЫСЛА

проходить типирование, если у вас отсутствует один из внутренних органов.

НЕВОЗМОЖНО

поделиться костным мозгом при отсутствии у вас речи или слуха.

НЕЧЕГО И ДУМАТЬ

о донорстве, если вы страдаете алкоголизмом или наркоманией.

У ВАС НИ ЗА ЧТО

не возьмут костный мозг, если до этого вы перенесли трансплантацию тканей или органов.

НЕ ПРИНИМАЮТСЯ

в национальный Регистр доноров костного мозга граждане, не имеющие вида на жительство в РФ.

НЕ РАЗРЕШАЮТ

быть донорами тем, кому меньше 18 или больше 45 лет.

НИКОГДА

в доноры костного мозга не возьмут людей после недавних хирургических операций, в том числе аборт.

МАЛОВЕРОЯТНО,

что стволовые клетки возьмут у человека с татуировками, сделанными меньше года назад.

ВРЯД ЛИ

получится приехать на донацию после только что перенесенной инфекции, в том числе ангины, гриппа, ОРВИ.

ЕДВА ЛИ

состоится сбор стволовых клеток, если еще месяц назад вам делали прививки.

НЕ ФАКТ,

что у вас возьмут кровь на типирование, если вы принимаете антибиотики или обезболивающие препараты.

НЕ БЫВАЕТ,

чтобы костный мозг брали у женщин в течение года после родов.

КАК СТАТЬ ДОНОРОМ КРОВИ

СДАТЬ КРОВЬ МОЖЕТ
ТОЛЬКО СОВЕРШЕННОЛЕТНИЙ



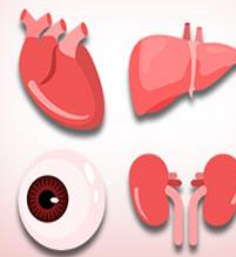
ПРИ ВЕСЕ МЕНЕЕ 50 КГ
ДОНОРСТВО ПРОТИВОПОКАЗАНО



ДОНОРСТВО ПРОТИВОПОКАЗАНО БОЛЬНЫМ
ВИЧ-ИНФЕКЦИЯМИ, ВИРУСНЫМИ ГЕПАТИТАМИ,
ТУБЕРКУЛЁЗАМИ, БОЛЕЗНЯМИ КРОВИ.



ОРГАНИЗМ ДОЛЖЕН БЫТЬ
СО ВСЕМИ РОДНЫМИ ОРГАНАМИ



ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
ТАКЖЕ ВАЖНА – НЕ БОЙТЕСЬ!



НЕ УПОТРЕБЛЯТЬ АЛКОГОЛЬ
ЗА ТРИ ДНЯ ДО СДАЧИ КРОВИ



НЕ КУРИТЬ МИНИМУМ ДВА ЧАСА



ПАМЯТКА ДОНОРА

До сдачи

72
часа



не принимайте
лекарства,
содержащие
аспирин
и анальгетики

48
часов



воздержитесь
от употребления
алкоголя

24
часа



не употребляйте жирную, острую и
копченую пищу, молочные продукты
и яйца. Пейте сладкий чай, соки,
минеральную воду и ешьте хлеб, сухки,
отварные крупы, овощи и фрукты

УТРОМ



перед
сдачей легко
позавтракайте

1 час

воздержитесь
от курения



После сдачи

5-10
минут



расслабьтесь и посидите.
Если почувствовали
головокружение, обратитесь
к персоналу

1 час

воздержитесь
от курения

2
часа



воздержитесь от вождения
мотоцикла (на автомобиль
ограничения нет)

3-4
часа



не снимайте
и не мочите
повязку

24
часа



избегайте
физических нагрузок,
не употребляйте
алкоголь

48
часов



обильно и регулярно
питайтесь,
употребляйте
больше жидкости

10
суток



не делайте
никаких
прививок



5-10
минут



непосредственно перед сдачей
донору положен сладкий чай

БОИШЬСЯ СДАВАТЬ КРОВЬ?

ПОБЕДИ МИФЫ О ДОНОРСТВЕ
В СЕБЕ САМОМ



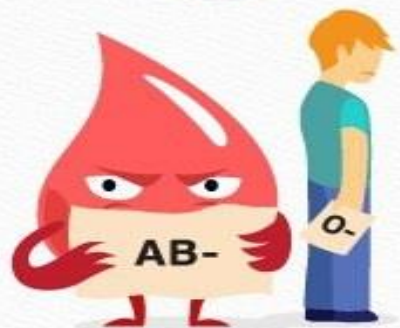
Донорство
крови опасно..

Быть донором –
безопасно
для здорового
человека!



Сдавать кровь –
это долго и
сложно...

Сдать кровь можно
за 15 минут!



У меня
распространенная
группа крови,
ее хватает и
без меня...

Распространенная
группа крови
нужна большему
числу людей





Ты и я - одной крови!