

# ODDAJĄC KREW RATUJESZ ŻYCIE !!!



W 1972 roku Polski Czerwony Krzyż doceniając zasługi honorowych dawców krwi ustanowił **Dni Honorowego Krwiodawstwa** ❤️, które niezmiennie obchodzone są w dniach 22-26 listopada. Początki honorowego krwiodawstwa sięgają 1958 roku, kiedy to Rada Ministrów powołała do życia

Instytut Hematologii w Warszawie. 🩸 Służba krwi podporządkowana została resortowi zdrowia, a działalność PCK w tym okresie skupiała się wokół zagadnień promocji krwiodawstwa i rekrutacji dawców. Masowo wydawano plakaty, popularne broszury, setki tysięcy ulotek i innych wydawnictw. Do najczęściej stosowanych form promocyjnych należały prowadzone w zakładach pracy, szkołach i innych instytucjach pogadanki, referaty i wykłady. Propagatorzy PCK prowadzili działalność zachęcającą do oddawania krwi także bezpośrednio na stanowiskach pracy 🩸

🩸 KREW jest najcenniejszą substancją w organizmie człowieka. Jest lekiem, którego niczym nie można zastąpić. Niezbędna jest w wielu stanach zagrożenia życia (masywne krwotoki, urazy, wypadki) jak również w leczeniu niedokrwistości towarzyszącej wielu chorobom w tym nowotworowym.

## 🩸 KTO MOŻE ODDAĆ KREW ?

Dawcą krwi może zostać osoba pełnoletnia (między 18. a 65. rokiem życia), zdrowa, o wadze powyżej 50 kg. Przeciwwskazania do oddania krwi to m.in.:

- ▶ przebyta żółtaczka zakaźna,
- ▶ choroby autoimmunologiczne, układu krążenia, układu

nerwowego, układu endokrynnego, choroba nowotworowa,

- ▶ przebyte zawały i udary,
- ▶ nadciśnienie tętnicze.

Można wyróżnić także czasowe przeciwwskazania do oddania krwi, a są to m.in.

- ▶ ciąża i laktacja,
- ▶ przebyta operacja w ostatnich 6 miesiącach,
- ▶ choroby zakaźne,
- ▶ zabieg akupunktury i wykonanie tatuażu,
- ▶ okres odczulania w alergii czy zabieg stomatologiczny lub kosmetyczny, w wyniku którego doszło do naruszenia powłok skórnych.

Oddawanie krwi podczas miesiączki również nie jest możliwe (dawcą krwi można zostać 3-4 dni od momentu jej zakończenia).

Zachęcamy do odwiedzenia stron:

<https://www.gov.pl/web/nck>

<https://krwiodawcy.org/>

<https://pck.pl/>