REGIONALNE CENTRUM KRWIODAWSTWA I KRWIOLECZNICTWA IM. PROF. DR HAB. TADEUSZA DOROBISZA WE WROCŁAWIU PRZY UL. CZERWONEGO KRZYŻA 5/9 zaprasza wszystkich zdrowych mieszkańców Wrocławia i Dolnego Śląska do oddawania krwi i jej składników w RCKiK we Wrocławiu, Terenowych Oddziałach w Głogowie, Legnicy i Lubinie oraz na akcjach wyjazdowych.

Wakacje to czas beztroskiej zabawy, letniego wypoczynku. Należy jednak

pamiętać o tym, że w szpitalach osoby chore oczekujące na naszą

pomoc w postaci daru krwi czekają na przetoczenia, które dają im

szansę na powrót do zdrowia. W okresie urlopowym wielu naszych

stałych krwiodawców wyjeżdża, stąd też zmagamy się z problemem

malejących zapasów tego życiodajnego leku.

Krew jest lekiem bezcennym i niezastąpionym. Do tej pory nie udało

się stworzyć sztucznej krwi, więc jedynie drugi człowiek -

Krwiodawca - daje szansę w wielu przypadkach na wyzdrowienie lub

życie. Co najważniejsze krwi nie można długo magazynować, np.

pobrany koncentrat krwinek czerwonych może być przetoczony pacjentowi

tylko przez 42 dni od pobrania, a koncentrat krwinek płytkowych ma

termin ważności jedynie 5 dni, dlatego tak ważne jest regularne

zgłaszanie się osób do oddawania krwi i pozyskiwanie nowych

krwiodawców.

ZGŁASZAJĄC SIĘ DO ODDANIA KRWI NALEŻY ZABRAĆ ZE SOBĄ DOKUMENT ZE

ZDJĘCIEM POZWALAJĄCYM NA STWIERDZENIE TOŻSAMOŚCI (DOWÓD OSOBISTY,

PASZPORT, PRAWO JAZDY).

Krwiodawcą może być osoba w wieku od 18 do (60- jeżeli nigdy nie

oddawała krwi) lub 65 lat (jeżeli już oddawała krew) ciesząca się

ogólnie dobrym zdrowiem. Przed oddaniem krwi należy być wyspanym,

wypoczętym, a w ciągu doby poprzedzającej oddanie krwi wypić minimum

2 l płynów, natomiast w dniu oddawania krwi spożyć lekkostrawny

posiłek i także bardzo dobrze nawodnić się (woda, soki, herbata).

Nie można pić alkoholu 24 godziny przed oddawaniem krwi.

Więcej informacji - jak przygotować się do oddawania krwi, gdzie i

kiedy można oddawać krew i jej składniki znajdą Krwiodawcy na naszej

stronie internetowej: [WWW.RCKIK.WROCLAW.PL](http://www.rckik.wroclaw.pl/) [[1](http://www.rckik.wroclaw.pl/)] Oddanie krwi pełnej (450

ml) trwa średnio zaledwie 8 minut a ratuje życie drugiego człowieka,

a nawet kilka osób, gdyż z jednego oddania mamy: krwinki czerwone,

płytki krwi i osocze, czyli nawet 3 pacjentów może dostać składniki

krwi z jednego oddania.

\_Z góry, szczególnie w imieniu pacjentów, którym oddawana honorowo

krew ratuje zdrowie i życie, serdecznie dziękujemy za przekazanie

komunikatu. Dzięki Państwa zaangażowaniu będziemy w stanie dotrzeć

do szerokiego grona odbiorców i zabezpieczyć krew dla dolnośląskich

klinik i szpitali.\_

Z pozdrowieniami,

Adrianna Franc

z-ca kierownika działu metodyczno-organizacyjnego i promocji

Regionalne Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa

im. prof. dr hab. Tadeusza Dorobisza we Wrocławiu

ul. Czerwonego Krzyża 5/9, 50-345 Wrocław

tel.: (+48 71) 371 58 19, tel. kom.: (+48) 606 717 039

[www.rckik.wroclaw.pl](http://www.rckik.wroclaw.pl/) [2] [www.facebook.com/rckikwroclaw](http://www.facebook.com/rckikwroclaw) [[3](http://www.facebook.com/rckikwroclaw)]

e-mail: [adrianna.franc@rckik.wroclaw.pl](mailto:adrianna.franc@rckik.wroclaw.pl)