

## О ВАЖНОСТИ И БЕЗОПАСНОСТИ ДОНОРСТВА.

Чем можно помочь своим близким и совсем незнакомым людям, оказавшимся в беде с болезнью или травмой? Конечно ваш самый хороший поступок в такой ситуации – это сдать безвозмездно кровь. Без донорской крови невозможны высокотехнологичные хирургические вмешательства. Только за одну операцию пациенту переливают от 2 до 6 литров плазмы. Она нужна для оказания помощи и спасения чьей то жизни постоянно не только при оперативных вмешательствах в хирургии и родовспоможении, но и при лечении отдельных заболеваний. Сегодня многие методы оказания медицинской помощи в онкологии, онкогематологии, трансплантологии и иммунологии, основанные на агрессивных вмешательствах в биологические процессы организма, в подавляющем числе случаев подразумевают остановку или подавление механизмов кроветворения. Во всех этих случаях в качестве заместительной терапии используются исключительно компоненты донорской крови. Эта живительная жидкость используется при изготовлении многих лекарственных препаратов, она необходима также на случаи возникновения чрезвычайных ситуаций в стране. Обеспечение достаточных запасов крови и ее компонентов является неотъемлемой задачей не только для системы здравоохранения, но и частью государственной политики. Поэтому запасы донорской крови должны постоянно пополняться. В нашей республике ежегодно заготавливается более 200 000 л донорской крови и 100 000 л плазмы крови человека. По рекомендациям ВОЗ показатель обеспеченности населения страны заготовленной донорской кровью должен составлять 20 литров на 1000 жителей, у нас этот показатель сейчас – 23,2 на 1000 жителей.

Кровь – это уникальный продукт, который не вырастишь, не синтезируешь и не добудешь от животных. Кровь может быть взята только у человека, это исключительно человеческий ресурс. Развитие донорства зависит не столько от материального положения страны, сколько от сознания ее граждан. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) призывает все страны к 2020 году перейти на систему регулярного безвозмездного добровольного донорства крови. Пока это сделали 73 страны мира, которые обеспечивают более 90% своих запасов крови на безвозмездной основе. Наша республика в это число пока не вошла. Донация крови считается добровольной и безвозмездной, если человек сдает кровь, плазму или клеточные компоненты по своей воле и не получает за это оплату. Но благодаря милосердию и благородству бесплатно отдают свою кровь не все белорусы, поэтому в стране функционирует как платное, так и безвозмездное донорство.

Многие думают, что часто сдавать кровь вредно. Но это не так, человеческий организм эволюционно приспособлен к кровопусканиям. Ученые отмечают, что сдача крови и последующее обновление самым прямым образом влияют на улучшение эмоционального состояния человека. А в серьезных ситуациях, например, при несчастном случае, донор имеет больше шансов на выживание, так как его организм более адаптирован к

кровопотере. Сдача крови на регулярной основе полезна также для профилактики заболеваний сердечно-сосудистой системы. Не стоит бояться, что вас могут заразить чем-то при заборе крови, потому что для этих целей используются только одноразовые стерильные инструменты, которые вскрывают из пакетов при вас. Мужчины могут сдавать цельную кровь не более 5 раз в год, а женщины – не более 4 раз в год. Интервал между кроводачами должен составлять не менее 60 дней, именно столько времени необходимо для восстановления эритроцитов. Стандартный объем разовой сдачи крови составляет 400-500 мл. Донором может быть любой гражданин Республики Беларусь, а также иностранные граждане, постоянно проживающие в нашей республике, в возрасте от 18 до 60 лет. После сдачи крови чтобы быстрее восстановиться, необходимо полноценно питаться, выпивать не менее 1-2 литров жидкости в день, воздерживаться от курения и употребления алкоголя в течение суток, временно воздержаться от тяжелых физических нагрузок.

О важности и безопасности донорства должен знать каждый, потому что эта помощь может пригодиться любому из нас в этой жизни. Чем больше у нас будет безвозмездных доноров, тем больше будет производиться препаратов крови для лечения нуждающихся больных. Запас крови в республике должен быть постоянным и на случаи оперативного реагирования и оказания медицинской помощи при чрезвычайных ситуациях и стихийных бедствиях.

**Если Вы неравнодушны к судьбе и спасению жизни своих родственников, коллег или попавших в беду незнакомых людей приходите на станцию переливания крови, и сдайте кровь на безвозмездной основе. Жители нашего города и района обслуживаются Брестской областной станцией переливания крови, расположенной по адресу город Брест, улица Медицинская, дом 2. Контактные телефоны этого учреждения: 8 (0162) 41-49-26 или 97-73-37.**

Валеолог ЦРБ      Ковалевская О.Г.