

## Противопоказания к донорству

Донором может быть любой практически здоровый человек в возрасте от 18, если он не имеет противопоказаний. Стандартный объем одной кровосдачи 450 мл + 40 мл крови для анализов (около 10% от общего объема крови). Люди с массой тела меньше 50 кг или ростом меньше 150 см допускаются к донорству в индивидуальном порядке по усмотрению врача.

### Абсолютные противопоказания

Человек, перенесший перечисленные ниже заболевания, не может быть донором независимо от давности заболевания и результатов лечения:

#### Заболевания, передающиеся через кровь (инфекционные)

- СПИД, переносчики ВИЧ-инфекции, лица, относящиеся к группе риска;
- сифилис (врожденный или приобретенный);
- вирусные гепатиты, положительный результат исследования на маркеры вирусных гепатитов;
- туберкулез (все формы);
- бруцеллез;
- сыпной тиф;
- туляремия;
- лепра;

#### Заболевания, передающиеся через кровь (паразитарные)

- Энтоккоккоз;
- Токсоплазмоз;
- Тринаносомоз;
- Филяриатоз;
- Лейшманиоз;
- Злокачественные новообразования;
- Болезни крови;

#### Сердечно-сосудистые заболевания:

- Гипертоническая болезнь II-III ст.;
- Ишемическая болезнь сердца;
- Атеросклероз, атеросклеротический кардиосклероз;
- Облитерирующий эндоартерит, неспецифический аортоартерит;
- Рецидивирующий тромбофлебит;
- Эндокардиты, миокардиты;
- Пороки сердца;

#### Болезни органов дыхания:

- Бронхиальная астма;
- Бронхоэктатическая болезнь, эмфизема легких, обструктивный бронхит;
- Диффузный пневмосклероз в стадии декомпенсации;

#### Болезни органов пищеварения:

- Ахилический гастрит;

- Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки;
- Заболевания печени и желчных путей;
- Хронические заболевания печени, в том числе токсической природы и неясной этиологии;
- Калькулезный холецистит;
- Цирроз печени;

#### **Заболевания почек и мочевыводящих путей:**

- Диффузные и очаговые поражения почек;
- Мочекаменная болезнь;
- Диффузные заболевания соединительной ткани;
- Лучевая болезнь;
- Болезни эндокринной системы (в случае выраженного нарушения функций и обмена веществ).

#### **Болезни ЛОР-органов:**

- Озена;
- Прочие острые и хронические тяжелые гнойно-воспалительные заболевания;
- Глазные болезни;
- Остаточные явления увеита (ирит, иридоциклит, хориоретинит);
- Высокая миопия (6Д и более);
- Трахома;

#### **Кожные болезни:**

- Псориаз, эритродермия, экземы, красная волчанка, пузырьчатые дерматозы;
- Грибковые поражения (микроспория, трихофития, фавус, эпидермофития);
- Глубокие микозы;
- Гнойничковые заболевания кожи (пиодермия, фурункулез, сикоз);
- Остеомиелит;

**Перенесенные операции в виде удаления какого-либо органа (желудок, почка, селезенка и т.п.).**

### **Временные противопоказания**

#### **Опасность заражения гемотрансмиссивными заболеваниями: (Фактор риска – период отвода)**

- Переливания крови и ее компонентом – 6 месяцев
- Операции, в том числе аборт (необходимо предоставление справки о характере и дате операции) – от 6 месяцев
- Нанесение татуировки или лечение иглоукалыванием – 1 год
- Пребывание за границей более двух месяцев – 6 месяцев
- Пребывание в странах эндемичных по малярии (Азия, Африка, Южная и Центральная Америка) более трех месяцев – 3 года
- Контакт с больными гепатитом А – 3 месяца
- Контакт с больными гепатитом В или С – 1 год

**Инфекционные заболевания, не указанные в разделе **абсолютные противопоказания:****

**(Фактор риска – период отвода)**

- Малярия, при отсутствии симптомов и отрицательных результатах иммунологических тестов – 3 года
- Брюшной тиф после выздоровления и полного клинического обследования при отсутствии выраженных функциональных расстройств – 1 год
- Ангина, грипп, ОРВИ после выздоровления – 1 месяц
- Прочие инфекционные заболевания – 6 месяцев

**Прочие заболевания:**

- Острые или хронические воспалительные процессы в стадии обострения независимо от их локализации – 1 месяц
- Температура тела выше 37.0 °С – 1 месяц
- Вегето-сосудистая дистония – 1 месяц
- Аллергические заболевания в стадии обострения – 2 месяца

**Прививки:**

- Прививка убитыми вакцинами (гепатит В, столбняк, дифтерия, коклюш, тиф и паратиф, холлера, грипп), анатоксинами – 10 дней
- Прививка живыми вакцинами (бруцеллез, чума, туляремия, БЦЖ, оспа, краснуха, полиомиелит) – 1 месяц
- Противостолбнячная сыворотка (при отсутствии выраженных воспалительных явлений на месте инъекции) – 1 месяц
- Введение иммуноглобулина против гепатита В – 1 год
- Вакцина против бешенства – 1 год
- Реакция Манту (при отсутствии выраженных воспалительных явлений на месте инъекции) – 2 недели

**Прием лекарственных препаратов:**

- Антибиотики (после окончания курса) – 2 недели
- Анальгетики и салицилаты – 3 дня

**Прочее:**

- Период беременности и роды – 1 год
- Лактация (после окончания) – 3 месяца
- Менструация (после окончания) – 5 дней
- Удаление зуба – 10 дней
- Употребление алкоголя – 2 суток

## Памятка для сдачи крови

**Донором может стать любой человек старше 18 лет (вес не менее 50 кг), не страдающий хроническими заболеваниями:**

- сердечно-сосудистой системы;
- печени;
- почек;
- язвой желудка;
- проблемами со щитовидной железой;
- психическими заболеваниями;

**Не болевший:**

- сифилисом;
- гепатитом;
- ВИЧ;
- Туберкулёзом;
- Малярией;

**Не переносивший серьезных травм и операций.**

**Необходима прописка или регистрация в Москве или в Московской области. При себе иметь общегражданский российский паспорт.**

**Не следует приходить на сдачу крови:**

- после работы в ночную смену, суточных дежурств;
- после приёма алкоголя в течение 48 часов;
- женщинам в период беременности и кормления грудью (1 год после родов, 3 месяца после окончания лактации), в период менструации и ближайшие 7 дней после её окончания;
- при наличии насморка, кашля, головной боли, повышенной температуры.

Доноры, переболевшие гриппом, ОРЗ, ОРВИ, ангиной могут сдавать кровь не ранее, чем через 1 месяц после выздоровления. Прием антибиотиков также делает сдачу невозможной в течение месяца после окончания курса.

**За два дня** до сдачи крови **нельзя** принимать анальгин, аспирин и другие лекарства этой группы.

**За сутки до дня сдачи крови нельзя употреблять:**

- жирную пищу;
- молочные продукты, мороженое;
- копчёности;
- яйца;
- селёдку;
- орехи, семечки;
- бананы.

В день кроводачи не забудьте про лёгкий завтрак: отварные овощи, хлеб (печенье), варенье, чай, сок, фрукты.

**Сон:** необходимо хорошо выспаться.

**Курение:** за два часа до и после дачи крови нельзя курить.

## Часто задаваемые вопросы

### Почему важно иметь регистрацию в М или МО?

На этапе регистрации донора проверяют по различным базам данных диспансеров по прописке \ регистрации. Единой донорской базы по России на данный момент не существует, поэтому в каждом городе и области своя база. Наличие регистрации (постоянной или временной) требуется в соответствии с законодательством. Ослушаться данного требования станция переливания не имеет права. Но во время выездных акций некоторые станции переливания крови просят иметь только паспорт РФ, не спрашивая прописку или регистрацию.

### Не много ли сдавать 450 мл крови?

450 мл крови – это всего 10% от общего объема крови в организме человека. Такая норма принята во всем мире, она рассчитана медиками без вреда для здоровья донора. Кроме того, если брать меньше мл, то одному пациенту придется за раз переливать кровь от большого количества доноров, что повышает риск возникновения реакции отторжения.

### Почему важно соблюдать донорскую диету?

Жирная пища, молочные продукты, бананы способствуют замутнению плазмы крови. При замутненной плазме в Вашей крови в ходе лабораторных исследований могут обнаружить, например, повышенные печеночные показатели. Какие-то другие индексы могут не соответствовать нормам. Тогда кровь не смогут использовать для переливания больному человеку или ребенку, она будет забракована.

### А что если кому-то станет плохо во время сдачи крови?

Головокружение и обморок случается у 1-2 доноров из 10-12. Конечно, точных цифр тут быть не может. Все зависит от индивидуальных особенностей организма. Люди по-разному переносят сдачу крови. Кто-то ощущает прилив сил. Кто-то наоборот, сонливость и слабость. Если кому-то из доноров станет нехорошо, медперсонал окажет помощь и позаботится о нем. Сосудистые реакции, приводящие к головокружениям или обморокам, непродолжительны. Через 10-15 минут человек снова будет себя хорошо чувствовать.

### Как проверяется кровь донора, если на акции делают только экспресс-анализ на группу крови и гемоглобин?

На станции переливания крови всю собранную во время акции кровь проверяют на все инфекции и показатели. Только безопасная для реципиента кровь будет передана в больницу.