



Kto może oddać krew?

Osoby od 18 do 65 roku życia:

- które ważą co najmniej 50 kilogramów;
- u których w ciągu ostatnich 6 miesięcy nie wykonano akupunktury, tatuażu, przekucia uszu lub innych części ciała;
- które w ciągu ostatnich 6 miesięcy nie miały wykonanych żadnych zabiegów operacyjnych, endoskopowych i innych diagnostycznych badań (np. gastroskopii, panendoskopii, artroskopii, laparoskopii);
- które w ciągu ostatnich 6 miesięcy nie były leczone krwią i preparatami krwiopochodnymi.

Trzeba być wyspanym i wypoczętym, zdrowym, to znaczy nie mieć objawów przeziębienia, nie brać aktualnie żadnych leków, przy czym zasada ta nie dotyczy większości suplementów diety (popularnych preparatów witaminowych) czy środków antykoncepcyjnych. Należy jednak poinformować lekarza kwalifikującego o wszystkich przyjmowanych suplementach diety oraz lekach. Przed przyjściem do centrum krwiodawstwa trzeba zjeść lekką posiłek, w ciągu 24 godzin przed pobraniem wypić ok. 2 l płynów i wziąć ze sobą dokument za zdjęciem i numerem PESEL. Przed oddaniem krwi należy także ograniczyć palenie papierosów i nie pić alkoholu, również w dniu poprzedzającym oddanie krwi.

Przeciwwskazania do oddawania krwi.

Niektóre osoby nie mogą oddawać krwi. Dyskwalifikacja może być stała lub czasowa. Szczegółowy wykaz przyczyn dyskwalifikacji znajduje się w rozporządzeniu ministra zdrowia z dnia 18 kwietnia 2005 r. w sprawie warunków pobierania krwi od kandydatów na dawców krwi i dawców krwi opublikowanym w Dz.U. 2005 nr 79 poz. 691. Link do rozporządzenia znajduje się [tutaj](#).