



Неделя популяризации донорства крови и костного мозга (в честь Дня донора в России 20 апреля).

Донорство (слово произошло от латинского *donare* –

дарить) – это добровольное предоставление части крови, ее компонентов, а также других тканей или органов для лечебных целей. Наибольшее распространение получило донорство крови и ее компонентов. Различают активных доноров, доноров резерва и доноров-родственников.

Ежедневно, ежеминутно во всем мире людям требуется чужая кровь. Люди не могут жить без крови. Единственный шанс для многих больных и пострадавших в чрезвычайных ситуациях – переливание крови.

Люди, которые добровольно отдают свою кровь чтобы спасти чьи-то жизни, носят гордое имя – **донор**. Кто-то делает это по зову сердца, для кого-то это способ стимулировать собственное кроветворение и «встряхнуть» организм в целом, для кого-то это еще и профилактика сердечно-сосудистых, иммунных заболеваний, так же как желудка или поджелудочной железы. Периодическая, контролируемая сдача крови действительно благотворно влияет на организм. А для некоторых приятен факт наличия звания «почетного донора», НО большинство сдают кровь, сообразно самой сути слова «донор» – добровольный отказ, подарок, благотворительный дар. Потому как требует сама их натура.

Научными исследованиями и практическими наблюдениями доказано, что сдача крови в дозе до 500 мл совершенно безвредна и безопасна для здоровья человека. Периодические донации крови оказывают благоприятное стимулирующее воздействие на организм донора.

20 апреля в России отмечается один из важных праздников — **Национальный день донора**. Этот День посвящен, в первую очередь, самим донорам — людям, которые безвозмездно сдают свою кровь во благо здоровья и жизни совершенно незнакомых людей. Этот День посвящен также и врачам, которые проводят забор крови, контролируют санитарное состояние станций переливания крови, разрабатывают методики и аппаратуру, тщательно обследуют сдаваемые препараты.

Каждого 20 апреля мы чествуем этих благородных и самоотверженных «рыцарей крови» еще и потому, что это дата первого в России успешного переливания крови.

В этот день произошло гуманное событие — 20 апреля 1832 года молодой петербургский акушер Андрей Мартынович Вольф впервые успешно провел переливание крови роженице с акушерским кровотечением.

Жизнь женщине была спасена благодаря грамотной работе врача и донорской крови мужа пациентки.

Однако научно обоснованное переливание крови стало возможным лишь после создания учения об иммунитете (И.И.Мечников, П.Эрлих, 1908 г) и открытия групп крови системы АВО австрийским ученым К. Ландштейнером (1900 г), за что в 1930 году он был удостоен Нобелевской премии.

Ежегодно в России более полутора миллиона человек нуждаются в переливании крови.

Как подготовиться к донации:

1. Накануне и в день сдачи крови запрещено употреблять жирную, жареную, острую и копченую пищу, колбасные изделия, а также мясные, рыбные и молочные продукты, яйца и масло (в т.ч. растительное), шоколад, орехи и финики, авокадо, свеклу, бананы;
2. Лучше пить сладкий чай с вареньем, соки, морсы, компоты, минеральную воду и есть хлеб, сухари, сушки, отварные крупы, макароны на воде без масла, овощи и фрукты, за исключением авокадо, свеклы, бананов;
3. За 48 часов до визита в учреждение службы крови нельзя употреблять алкоголь, а за 72 часа — принимать лекарства, содержащие аспирин и анальгетики;
4. За час до процедуры донации следует воздержаться от курения;
5. Лучше всего на кровопотерю организм реагирует именно в утренние часы, чем раньше происходит донация, тем легче переносится эта процедура. После 12:00 сдавать кровь рекомендуется только постоянным донорам;
6. Не следует планировать донацию после ночного дежурства или бессонной ночи;

Не стоит планировать сдачу крови непосредственно перед экзаменами, соревнованиями, на время особенно интенсивного периода работы и т.п.