



Chcę oddać krew

Jesteś krwiodawcą? Na Internetowym Koncie Pacjenta znajdziesz swoje badania, ilość oddanej krwi, zgody, dyskwalifikacje. Dowiesz się, kiedy możliwa jest kolejna donacja

Krew jest bezcennym i niezastąpionym lekiem, który przywraca zdrowie i ratuje życie chorych oraz ofiar wypadków.

☐ Czemu służą usługi e-Krwi?

Usługi e-Krwi pomogą Ci m.in.:

- zaplanować kolejne oddanie krwi
- komunikować się z punktem poboru, w tym zgłosić samodyskwalifikację
- uzyskać zaświadczenia (np. dla pracodawcy o pobycie w centrum krwiodawstwa i krwiolecznictwa, uprawniające do dni wolnych w pracy, lub dla urzędu skarbowego o honorowym oddaniu krwi).

Jako pacjent zyskasz na tym, że szpitale otrzymają możliwość:

- składania elektronicznych zamówień na krew i jej składniki
- informowania o niepożądanych zdarzeniach i reakcjach poprzetoczeniowych,
- zlecania wykonania badań immunohematologicznych oraz wglądu do ich wyników.

Centrum krwiodawstwa i krwiolecznictwa system pozwoli m.in.:

- prowadzić rejestrację dawców i donacji w sposób elektroniczny
- prowadzić procesy preparatyki i badań diagnostycznych w jednolitym standardzie
- dostosowywać liczbę i rodzaje donacji do prognozowanego zapotrzebowania na krew i jej składniki
- optymalizować gospodarowanie zapasami krwi.

Usługi e-Krwi wdrażane są stopniowo przez kolejne regionalne centra krwiodawstwa.

☐ Gdzie na IKP znajdziesz informacje o swoim krwiodawstwie?

Zaloguj się na swoje Internetowe Konto Pacjenta i wejdź w kafelek „Apteczka”, a następnie „Krwiodawstwo”. Możesz tam:

- zaplanować swoją wizytę w punkcie pobrań – po sprawdzeniu godzin otwarcia punktu na mapie
- wypełnić kwestionariusz dotyczący stanu zdrowia na 24 godz. przed zaplanowaną wizytą
- sprawdzić:
 - zaplanowane przez Ciebie wizyty
 - termin, kiedy ponownie możesz oddać krew
 - sumę oddanej krwi
 - dyskwalifikacje do oddania krwi (stałe lub tymczasowe)
 - ostatnią donację
- zmienić termin zaplanowanej wizyty
- wycofać dowolną donację
- złożyć wnioski o wydanie zaświadczenia dla pracodawcy lub dla urzędu skarbowego i pobrać je w formie PDF
- wyrazić zgodę na kontakt z projektem e-Krew i podać numer telefonu oraz adres e-mail do takich kontaktów.

Możesz zaplanować tylko jedną wizytę z każdej kategorii (badanie, donacja, konsultacja). Jeśli masz już umówioną wizytę, jej termin zostanie zaktualizowany.

Jeśli nie widzisz jakichś danych na swoim koncie, to znaczy, że centrum krwiodawstwa tych informacji jeszcze nie umieściło lub jeszcze nie obsługuje tej funkcji.

☐ Dlaczego warto zostać krwiodawcą?

Jeśli zastanawiasz się, czy pomagać innym, oddając krew, nie zwlekaj z decyzją. Zostań krwiodawcą. Twoja krew może uratować życie drugiemu człowiekowi!

Krew i jej składniki to dla wielu pacjentów w szpitalach jedyna szansa na życie lub powrót do zdrowia. Jej źródłem jest drugi człowiek – krwi nie można wyprodukować. Oddając jedną jednostkę krwi (450 ml), ratujesz życie aż trzech osób. Oddając krew 4 lub 6 razy do roku, możesz uratować nawet 24 osoby! Nie ma znaczenia, jaką masz grupę krwi. Każda jest potrzebna.

Krew ratuje

W artykule [życie](#) dowiesz się więcej na temat grup krwi i procedury jej oddawania.

☐ Gdzie możesz oddać krew?

Krew możesz oddać w:

- centrach krwiodawstwa i krwiolecznictwa (CKiK) na terenie całej Polski
- oddziałach terenowych tych centrów
- mobilnych punktach pobierania krwi, w ramach akcji wyjazdowych. Harmonogram akcji wyjazdowych znajdziesz na stronie internetowej każdego CKiK.

Skorzystaj z

Kiedy stany magazynowe są pełne, możesz zadeklarować chęć oddania krwi w przyszłości. [formularza](#) i zapisz się na listę przyszłych krwiodawców.

☐ Jak często możesz oddawać krew?

W zależności od metody pobrania możesz oddać:

- krew pełną – 4 razy w roku, jeśli jesteś kobietą, lub 6 razy w roku, jeśli jesteś mężczyzną. Musisz zachować minimum 8 tygodni odstępu pomiędzy donacjami
- osocze – po spełnieniu szczególnych wymagań: co tydzień, przy czym możesz oddać maksymalnie 25 litrów osocza w ciągu roku (warunkiem pobierania osocza metodą plazmaferezy w odstępach 1-tygodniowych jest stężenie przeciwciał IgG u dawcy nie niższe niż 8 g/l. Jeśli oddajesz osocze tą metodą tak często, co najmniej raz w roku musisz mieć sprawdzone stężenie IgG)
- płytki krwi – 12 razy w roku. Przerwy między zabiegami muszą wynosić minimum 4 tygodnie
- koncentrat krwinek czerwonych (KKCz) – co 8 tygodni (donacje metodą erytroaferezy).

Plazmafereza i erytroafereza to rodzaje aferezy – czyli metody odseparowania określonych składników z krwi pełnej. Więcej na ich temat przeczytasz w tekście [Droga krwi](#)

Oddanie krwi nie spowoduje przymusu oddawania krwi w przyszłości. Organizm nie produkuje więcej krwi, niż potrzebuje. Jednorazowe oddanie krwi wywiera taki sam wpływ na jej produkcję jak np. krwawienie z nosa, skaleczenie w palec czy miesiączka.

☐ Czy możesz być dawcą?

Jako potencjalny krwiodawca wypełniasz kwestionariusz, w którym odpowiadasz na pytania dotyczące m.in. Twojego stanu zdrowia. Odpowiadaj na nie ze szczególną starannością. Poinformuj osobę przeprowadzającą wywiad, jakie leki – i z jakiego powodu – aktualnie przyjmujesz. Choroba, ze względu na którą bierzesz leki, może na stałe lub czasowo dyskwalifikować Cię z możliwości oddawania krwi.

Żeby oddać krew musisz:

- być osobą zdrową
- mieć ukończone 18 lat (a nieprzekroczone 65 lat)
- ważyć co najmniej 50 kilogramów.

Z oddaniem krwi musisz poczekać, jeśli m.in. w ciągu ostatnich:

- 5 dni – przyjmowałeś lub przyjmowałaś aspirynę
- 7 dni – poddano Cię zabiegowi usunięcia zęba, leczeniu kanałowemu, innemu drobnemu zabiegowi chirurgicznemu
- 2 tygodni – przechodziłeś lub przechodziłaś grypę, zakażenie grypopochodne, miałeś lub miałaś gorączkę powyżej 38°C, przyjmowałeś lub przyjmowałaś antybiotyki
- 6 miesięcy – wykonano u Ciebie zabieg akupunktury, tatuaż, przekłucie uszu lub innych części ciała, zabieg operacyjny, endoskopowy lub inne diagnostyczne badania (np. gastroscopię, panendoskopię, artroskopię, laparoskopię), leczono Cię krwią i preparatami krwiopochodnymi.

Zażywanie suplementów diety, witamin, doustnych leków antykoncepcyjnych oraz leków hormonalnych stosowanych w okresie menopauzy nie dyskwalifikuje Cię jako dawcę krwi.

Sprawdź, jakie są uprawnienia krwiodawców [↗](#)

Mapa centrów krwiodawstwa i krwiolecznictwa

Nazwa lub adres placówki

Szukaj

Wybierz województwo z listy



L.p.

Nazwa

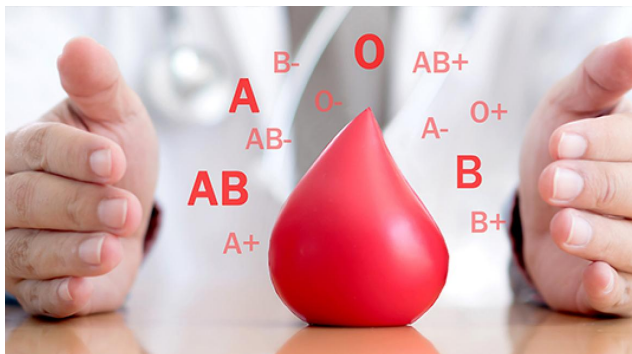
Miejscowość

Adres

Kontakt

Wczytywanie danych....

Przeczytaj też



Krew ratuje życie

Jeśli jesteś w formie, nie zwlekaj z decyzją – zostań krwiodawcą. Twoja krew może uratować życie drugiemu człowiekowi!



Oddaj krew – zobacz, jakie to proste

Chcesz nieść pomoc, ratować zdrowie i życie ludzi? Sprawdź, jakie warunki musisz spełnić i jak wygląda proces oddania krwi



Oddaj krew – skorzystaj z formularza

Kiedy stany magazynowe są pełne, możesz zadeklarować chęć oddania krwi w przyszłości. Skorzystaj z formularza i zapisz się na listę przyszłych krwiodawców