Chcę oddać krew

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.

Centrom 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.

W artykule **Krew ratuje 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.

Kiedy stany magazynowe są pełne, możesz zadeklarować chęć oddania krwi w przyszłości.

Skorzystaj z 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. gastroskopię, 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

Za informacje na mapie odpowiadają Regionalne Centra 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