**17 апреля в России стартовала Неделя популяризации донорства крови Мероприятия, посвященные Национальному дню донора, традиционно проходят 20 апреля во всех российских регионах, на них поднимаются проблемы донорства в России и проходит обмен опытом.**

Поводом для праздника послужило очень гуманное событие — 20 апреля 1832 года молодой петербургский акушер Андрей Мартынович Вольф впервые успешно провёл переливание крови роженице с акушерским кровотечением. Жизнь женщине была спасена, благодаря грамотной работе врача и донорской крови мужа пациентки.

Сам же День донора, в память об этом первом переливании крови, был учреждён 20 февраля 2007 года на «круглом столе» по проблемам донорства и службы крови, состоявшемся в Государственной Думе РФ.

В этот день мы выражаем благодарность людям, которые добровольно и безвозмездно сдают свою кровь, необходимую для спасения человеческих жизней, и повышаем осведомлённость о необходимости регулярного донорства крови для обеспечения качества, безопасности и наличия крови и продуктов крови для нуждающихся в них пациентов.

Этот день посвящен самим донорам - людям, которые безвозмездно сдают свою кровь во благо здоровья и жизни совершенно незнакомых людей, - и врачам, которые проводят забор крови, контролируют санитарное состояние станций переливания крови, разрабатывают методики и аппаратуру, тщательно обследуют сдаваемые препараты.

Ежегодно в России более полутора миллиона человек нуждаются в переливании крови. Кровь и компоненты крови необходимы больным тяжёлых онкогематологических заболеваний, среди которых большой процент детей, препараты необходимы женщинам в послеродовом периоде, пациентам, попавшим в дорожно-транспортные происшествия, людям различных, связанных с риском, специальностей.

**Кто может сдать кровь?**

Стать донором можно только на добровольной и безвозмездной основе. Это человек любого пола от 18 и до 60 лет, прошедший обследование и не имеющий противопоказаний. Масса тела донора не может быть меньше 50 кг.

Женщинам разрешается сдавать не более четырех раз в год, мужчинам – не более пяти раз, при этом промежуток времени между заборами цельной крови должен составлять не менее 60 суток. В случае сдачи компонентов крови, этот срок составляет 30 дней.

Согласно закону «О донорстве крови и её компонентов» для этого нужно быть совершеннолетним, дееспособным гражданином или законно проживать на территории РФ не менее года и изъявить желание добровольно сдать кровь и/или ее компоненты, пройти медицинской обследование и не иметь противопоказаний к забору крови.

Кроме того при себе необходимо иметь паспорт или иное удостоверение личности, медицинскую карту или выписку, в которой должны быть указаны все перенесенные заболевания, быть готовым заполнить анкету, где указать был ли контакт с инфекционными больными, нахождение в биоопасных зонах, условия труда, перенесенные операции и заболевания за последний год.

Также нужно иметь время на собственно обследование: анализ крови из пальца и общий осмотр.

Это не занимает много времени и проводится на пункте сдачи крови.

Противопоказания к донорству: абсолютные, то есть независящие от давности заболевания и результатов лечения, и временные – действующие лишь определенный срок.

Абсолютные противопоказания: ВИЧ-инфекция, сифилис, вирусные гепатиты, туберкулез, болезни крови, онкологические болезни и другие.

Временные противопоказания: имеют различные сроки в зависимости от причины. Самыми распространенными запретами являются: удаление зуба (10 дней), нанесение татуировки (1 год), ангина, грипп, ОРВИ (1 месяц с момента выздоровления), менструация (5 дней), аборт (6 месяцев), период беременности и лактации (1 год после родов, 3 месяца после окончания лактации), прививки.

**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. И 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;

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

**Почему необходимо прийти снова?**

Из дозы сданной Вами крови будет приготовлена и оставлена на карантинное хранение в низкотемпературном холодильном оборудовании при температуре ниже -25°С в течение 120 дней плазма.

Через 120 дней после донации донор должен сдать анализ на инфекции, или повторно сдать кровь. Только в случае, если все повторные анализы донора снова покажут отсутствие инфекций (т.е. подтвердят вирусную безопасность), плазму можно переливать нуждающимся пациентам.

Всем донорам, сдающим кровь и желающим помочь людям в трудной ситуации, необходимо помнить, что в случае их неявки для повторного обследования — плазма не может быть выдана в медицинскую организацию.