

# NAJBLIŻSZA AKCJA POBORU KRWI

Szkolny Klub PCK w I LO serdecznie zaprasza osoby pełnoletnie do udziału w otwartej akcji poboru krwi

*19 listopada od 9.00 do 12.00 w sali 19.*

Uczniowie zainteresowani proszeni są o zgłaszanie się do p. Kowalczyk do dn. 18.11.

## ***Kto może zostać krwiodawcą***

### **Możesz oddać krew, jeśli:**

- jesteś w wieku od 18 do 65 roku życia i ważysz co najmniej 50 kilogramów
- w ciągu ostatnich 12 miesięcy nie wykonano u ciebie akupunktury, tatuażu, przekłucia uszu lub innych części ciała
- w ciągu ostatnich 12 miesięcy nie miałeś wykonanych diagnostycznych badań i zabiegów endoskopowych (gastroskopii, panendoskopii, arthroscopii, laparoskopii)
- w ciągu ostatnich 12 miesięcy nie byłeś leczony krwią i preparatami krwiopochodnymi.

### **Nie mogą oddawać krwi osoby:**

- odbywające karę pozbawienia wolności i w okresie 12 miesięcy po opuszczeniu zakładu karnego
- które przebywały w Afryce Środkowej i Zachodniej oraz Tajlandii (mogą oddać krew po 12 miesiącach od powrotu, jeżeli nie zauważyły u siebie żadnych objawów chorobowych)
- kobiety będące w ciąży
- po porodzie przez tyle miesięcy, ile trwała ciąża i okres laktacji (po poronieniu można oddać krew po 6 tygodniach)
- w okresie miesiączkowania i 3 dni po zakończeniu miesiączki.

### **Możesz oddać krew po okresie:**

- 6 miesięcy po zabiegach chirurgicznych
- 4 tygodni od czasu wyzdrowienia po przebyciu choroby zakaźnej
- 2 tygodni po przebyciu grypy, zakażenia grypopochodnego lub infekcji z gorączką powyżej 38 °C od czasu ustąpienia objawów i wyzdrowienia
- 2 tygodni po zakończeniu leczenia antybiotykami

- 7 dni po usunięciu zęba
- 48 godzin po leczeniu zachowawczym u stomatologa, po szczepieniu przeciwko grypie i żółtacze oraz anatoksyną przeciwwężcową.

**Nie wolno Ci oddać krwi w następujących przypadkach:**

- jeśli przebyłeś lub jesteś chory na żółtaczkę zakaźną
- jeśli jesteś nosicielem wirusa HIV lub/i chory na AIDS
- jeśli chorujesz na choroby weneryczne, gruźlicę, łuszczycę, padaczkę, choroby nowotworowe czy cukrzycę, również choroby układu krążenia (wady serca, choroba wieńcowa, zawał mięśnia sercowego), oraz chorobę Creutzfeldta-Jakoba (CJD)
- jeśli jesteś alkoholikiem lub narkomanem
- jeśli chorowałeś na choroby tropikalne, w tym malarię (jeśli przyjmowałeś leki przeciwmalaryczne)
- jeśli przebywałeś w okresie 01.01.1980 r. do 31.12.1996 r. łącznie przez 6 miesięcy lub dłużej w Wielkiej Brytanii, Francji, Irlandii
- jeśli jesteś leczony hormonem wzrostu
- jeśli jesteś po przeszczepie rogówki, opony twardej lub komórek ośrodkowego układu nerwowego, po resekcji żołądka, po usunięciu tarczycy lub nerki
- jeśli masz miażdżycę, jesteś po udarach mózgowych lub masz rozległe żylaki.

**Przed oddaniem krwi nie zapomnij:**

- zjeść lekkiego posiłku
- mieć przy sobie dowód osobisty lub inny dokument stwierdzający tożsamość ze zdjęciem

**Uwaga ważne!**

Pamiętaj, aby powiadomić lekarza o wszystkich wątpliwościach dotyczących stanu Twojego zdrowia. Możesz w ten sposób uchronić zdrowie swoje oraz przyszłego biorcy.