

Desatero pro darování krve

1. Darujte jen, pokud se cítíte zdraví a splňujete předpoklady pro darování. Ženy by neměly darovat v období menstruace ani tři dny před a po něm. Váha dárce 50kg – 130kg.
2. Den před odběrem nepijte alkohol a nejezte tučná jídla, hodně pijte.
3. V den odběru ráno klidně snídejte, jen bez tučných a mléčných výrobků.
4. Dávejte pozor na léky konzumované v posledních dvou týdnech, např. některé léky na bolest či nachlazení, ale i ty, které berete pravidelně.
5. Na odběrové místo si nezapomeňte vzít občanku a kartičku pojišťovny.
6. Připravte se na vyplnění dotazníku dárce krve, kde zohledníte svůj zdravotní stav a vyloučíte možná omezení odběru. Možno jej stáhnout [zde](#) a vzít s sebou již vyplněný.
7. Před samotným odběrem absolvujete vyšetření u lékaře a bude vám nejprve odebrán vzorek krve pro zjištění krevního obrazu a dalších náležitostí.
8. Je-li vše v pořádku, bude vám odebrán necelý půllitr krve. V daný den máte nárok na volno, šetřete se, pijte hodně tekutin.
9. Krev nemohou darovat osoby s nádorovým onemocněním. Po chirurgických výkonech, včetně drobných kosmetických jako je odstranění mateřského znaménka, ale i piercing a tetování, je možné darovat krev nejdříve až za 6 měsíců. Trvale vyřazení jsou dále lidé s cukrovkou, těžkými formami alergie, lidé trpící epilepsií, hemofilici a osoby, které byly v minulosti léčeny hormony hypofýzy (podvěsku mozkového) - např. růstovým hormonem. Z dárcovství jsou též vyloučeny osoby ze skupin se zvýšeným rizikovým chováním, zejména vzhledem k nákaze HIV, jako jsou osoby provozující prostituci, závislé na drogách a alkoholu, ale též muži, kteří provozují vzájemný pohlavní styk.
10. Nebojte se jít darovat. Je to jednoduchá a velmi potřebná věc, stačí jen překonat strach a nejistotu.

Výhody bezpříspěvkového dárcovství

- ✓ můžete se osvěžit nápoji a po odběru Vás čeká občerstvení
- ✓ kontrola Vašeho zdravotního stavu
- ✓ po domluvě se zaměstnavatelem je možno čerpat pracovní volno s náhradou mzdy
- ✓ za každý úspěšný odběr si můžete odečíst ze základu daně 3 000 Kč

Doporučení pro dárce krve v souvislosti s vývojem situace v oblasti epidemie Covid – 19

Dočasné vyřazení dárců krve, kteří prodělali infekci SARS-CoV-2 (Covid-19)

- Prokázaná infekce SARS-CoV-2 s bezpříznakovým průběhem nebo mírnými klinickými příznaky bez nutnosti hospitalizace: 14 dní po 2. negativním výsledku PCR SARS-CoV-2 z výtěru
- Prokázaná infekce SARS-CoV-2 se závažnějším průběhem onemocnění COVID-19 a hospitalizací: 28 dní po 2. negativním výsledku PCR SARS-CoV-2 z výtěru

Dočasné vyřazení dárců s rizikovým kontaktem nebo cestovatelskou anamnézou:

- Osoby v karanténě: 14 dní po ukončení karantény
- Kontakt s osobou v karanténě: 14 dní po kontaktu
- Pobyt mimo ČR: 30 dní po návratu