Роспотребнадзор информирует:

День донора крови в России. Донорство крови: правила безопасности

В преддверии Национального дня донора крови, который отмечается в России 20 апреля, важно напомнить о том, что донорство - это не только социально значимая миссия по спасению жизней, но и строго регламентированный медицинский процесс, исключающий риски для участников.

Безопасность донора: исключение инфекционных рисков

Существует распространенное заблуждение о возможности заражения инфекционными заболеваниями при сдаче крови. Данный страх не имеет под собой медицинских оснований.

Современные станции переливания крови - это учреждения, работающие в режиме строжайшего инфекционного контроля. Вся процедура забора крови проводится исключительно с использованием стерильных одноразовых расходных материалов (игл, систем для взятия крови, пробирок). Стерильный комплект вскрывается непосредственно в присутствии донора и подлежит немедленной утилизации после завершения процедуры. Персонал соблюдает протоколы асептики и антисептики, а помещения проходят регулярную дезинфекционную обработку. Риск инфицирования при донации равен нулю.

Безопасность реципиента: многоступенчатый контроль качества

Путь донорской крови от момента забора до переливания пациенту сопровождается многоуровневым эпидемиологическим и лабораторным контролем. Это гарантирует, что риск передачи инфекций исключен.

Этапы обеспечения безопасности донорской крови:

• Лабораторный скрининг: Кровь каждого донора проверяется на наличие возбудителей опасных инфекций (ВИЧ, сифилис, гепатиты В и С) с использованием высокочувствительных тест-систем, позволяющих выявить патогены даже на ранних стадиях. Также дважды проводится определение группы крови и резус-фактора для исключения ошибки.

• Карантинизация: Это стандарт безопасности, при котором плазма крови не используется сразу. Она помещается на хранение в карантин сроком на 6 месяцев. Донорская кровь выдается в медицинские организации только после того, как донор проходит повторное обследование через полгода, подтверждающее отсутствие инфекционных заболеваний. Если повторный визит не состоялся, материал подлежит утилизации.

Ответственность донора: противопоказания к процедуре

Безопасность донорства зависит не только от врачей, но и от честности донора в отношении собственного состояния здоровья. Существуют определенные поведенческие риски и медицинские ограничения. Сокрытие информации о перенесенных заболеваниях или факторах риска ставит под угрозу жизнь реципиента.

Основные временные противопоказания:

• Недавнее нанесение татуировок или пирсинга (необходимо выждать от 4 до 6 месяцев).

• Перенесенные ОРВИ, грипп или ангина (допуск к донации возможен через месяц после выздоровления).

• Прием антибиотиков (минимум 2 недели после завершения курса).

• Употребление алкоголя (менее 48 часов до сдачи крови).

Постоянные противопоказания:

Наличие хронических заболеваний (ВИЧ, вирусные гепатиты, туберкулез, онкологические заболевания, тяжелые сердечно-сосудистые патологии) является абсолютным медицинским отводом от донорства.

Важно: Донорский пункт не предназначен для прохождения диагностики. Если у вас есть основания полагать, что вы могли подвергнуться риску заражения ВИЧ или гепатитами, необходимо обратиться к врачу-инфекционисту по месту жительства для получения квалифицированной медицинской помощи.

Польза для донора

Регулярная сдача крови в рамках установленных норм (для мужчин - не более 5 раз в год, для женщин - не более 4 раз) при отсутствии медицинских противопоказаний благоприятно влияет на процессы кроветворения и позволяет организму обновлять клеточный состав. Кроме того, перед каждой процедурой донор проходит первичный медицинский осмотр (измерение артериального давления, пульса, проверка уровня гемоглобина), что является дополнительным контролем состояния здоровья.

Быть донором - это ответственный выбор, основанный на дисциплине и осознанном отношении к собственному здоровью и здоровью окружающих.

Как подготовиться, чтобы всё прошло идеально?

1. **Выспитесь.** Ночь перед донацией должна быть полноценной.
2. **Позавтракайте.** Натощак сдавать кровь нельзя! Завтрак должен быть легким: каша на воде, сладкий чай, сухари, фрукты. Исключите жирное, жареное, молочное и яйца — они делают кровь «хилезной» (мутной), и её нельзя будет использовать.
3. **Пейте воду.** Хороший водный баланс облегчает забор крови.
4. **Не курите** за час до процедуры.

Донорство крови в России сегодня — это высокотехнологичный, безопасный и регулируемый процесс. Одна доза крови может спасти до трех жизней. Это реально, это безопасно и это делает наш мир немного человечнее.

Материал составлен на основе открытых Интернет источников.