



Národná transfúzna služba SR

Informačný leták

Kto môže byť darcom krvi?



- každá duševne a fyzicky zdravá osoba **vo veku od 18 do 60 rokov** (pri pravidelnom darovaní do 65. roku veku) a váži viac ako **50 kg**
- osoba, ktorá **neprekonala infekčnú žltáčku typu B, C** a nebola posledných 6 mesiacov v styku s chorými na toto ochorenie (iné vážne **infekčné ochorenia** treba konzultovať s lekárom transfúziologického pracoviska)
- osoba, ktorá **nie je nosičom HIV** (vírus spôsobujúci ochorenie AIDS) **nemala v poslednom roku sexuálneho partnera HIV pozitívneho nepatrí k rizikovým skupinám prenosu HIV** a to
 - narkomani podávajúci si drogy vnútrožilovo alebo vnútrošvalovo
 - mužskí a ženský prostitúti
 - jedinci používajúci neobvyklé sexuálne praktiky
- osoba, ktorá **nie je závislá na alkohole a drogách** a drogy neužívala v minulosti
- osoba, ktorá je
 - 4 týždne **po doužívaní ATB** (antibiotík)
 - 2 týždne **bez hnačky, bez horúčky**
 - 1 týždeň **po zubnom ošetrení** (extrakcia zuba)
 - aktuálne **bez herpesu**
 - aktuálne **mimo menzes (+/- 3 dni), tehotenstvo a dojčenie**
 - 6 mesiacov **po väčšom operačnom zákroku**
 - 6 mesiacov **po akupunktúre**
 - 6 mesiacov **po tetovaní alebo piercingu**
 - 6 mesiacov **po transfúzii krvi alebo plazmy**
 - 6 mesiacov **po endoskopickom vyšetrení** (gastrofibroskopia, rektoskopia, cystoskopia, vnútrožilová kanylácia)
 - 6 mesiacov **po pôrode alebo ukončení gravidity a nekojí**
 - 4 týždne **po návrate z Kanady, Egypta, Portugalska** (West Nile virus)
 - 4 týždne **po návrate z oblastí výskytu vtáčej chrípky (juhových. Ázia)**
 - 6 mesiacov **po návrate z tropických oblastí**
- osoba, ktorá **neužíva pravidelne dlhodobo lieky**, dovolené sú:
 - vitamíny
 - hormonálne antikoncepcia
 - postmenopauzálna a substitučná hormonálna liečba
 - hypnotiká užívané príležitostne pred spaním
 - príležitostne užívané analgetiká

Muži môžu darovať krv s odstupom **2 mesiacov** po odbere, **maximálne 4x do roka**.
Ženy môžu darovať krv s odstupom **3 mesiacov** po odbere, **maximálne 3x do roka**.



Národná transfúzna služba SR

Informačný leták

Poučenie - ako sa pripraviť na odber krvi?



Niektoré pokrmý môžu ovplyvniť zloženie krvi tak, že ju nemožno použiť pre liečebné účely.

Z tohoto dôvodu:

- **Nejedzte 14 hodín pred odberom žiadne tučné jedlá!**

(maslo, mlieko, smotanu, syr, vajcia, mastné mäso, slaninu, klobásu, mäsové polievky, smažené jedlá, čokoládu, orechy a pod.).

- **Nie je však vhodné, aby ste hladovali!**

Doporučujeme ľahké raňajky. Môžete jesť netukové pečivo, sucháre, chlieb s medom a zaváraninou, ovocie, zeleninu a pod.

- **V príjme tekutín sa neobmedzujte!**

Môžete vypiť šálku čiernej kávy, čaj, minerálku a ovocné šťavy. Nepite alkoholické nápoje!!

- **Doprajte si dostatok spánku, aby ste boli plný energie!**

- **Pred odberom nefajčite!!**

Naším cieľom je, aby ste mali príjemný pocit počas celého odberu krvi a aj úspešný zvyšok dňa po jeho absolvovaní.

Za spoluprácu a ochotu darovať krv ďakujeme.