



ПАМЯТКА ДОНОРУ КРОВИ В ПЕРИОД ДЕЙСТВИЯ РЕЖИМА САМОИЗОЛЯЦИИ В СВЯЗИ С РАСПРОСТРАНЕНИЕМ COVID-19

Учреждения Службы крови **продолжают работать в обычном порядке и принимать доноров крови** в период действия режима самоизоляции в связи с распространением COVID-19. Действия режима самоизоляции **не запрещают донору посещать станцию переливания крови** соблюдая все необходимые предосторожности.

Компоненты донорской крови ежедневно необходимы в медицинских организациях для оказания помощи пациентам с заболеваниями крови, пострадавшим в авариях, получившим тяжелые травмы, ожоги, потерявшим много крови в результате несчастных случаев, пациентам, нуждающимся в оперативных вмешательствах, в том числе некоторым роженицам и новорожденным детям. Источником пополнения запасов крови может быть только донор. Поэтому **станция переливания крови не может прекратить свою работу и закрыться на карантин.**

Вместе с тем в **учреждениях Службы крови предприняты дополнительные противоэпидемические меры**, чтобы сделать процедуру сдачи крови максимально безопасной для донора, персонала и в конечном счете реципиента.

Так, на Ростовской областной станции переливания крови каждому донору на входе измеряется температура тела и предлагается обработать руки антисептиком, доноров с повышенной температурой тела и другими симптомами ОРВИ не допускают к посещению станции переливания. Такие же меры приняты во всех отделениях станции переливания крови на территории Ростовской области.

Чтобы исключить неоправданные перемещения, желающим сдать кровь, следует внимательно изучить следующую информацию.

Донор будет допущен к сдаче крови, если:

- у него нет признаков простуды, ОРВИ (недомогание, слабость, повышение температуры тела до 37°C и выше, насморк, кашель, боль или першение в горле и иные симптомы);
- донор и близкие члены его семьи (с которым донор тесно общается) в течение месяца не болели простудой, ОРВИ и не выезжали за пределы Ростовской области и за границу, включая страны ближнего зарубежья (Казахстан, Азербайджан, Грузия, Абхазия и другие);
- донор не употреблял последние 2 дня алкоголь, не принимал в течение 3 суток обезболивающие лекарства (аспирин, парацетамол и другие), не удалял в течение 10 дней зубы и не делал прививки.

Если у донора есть хотя бы один из перечисленных фактов, то стоит воздержаться от посещения станции переливания крови на соответствующий период и оставаться дома. Также к донации не допускаются лица, имевшие контакт с кем-либо, у кого в течение последних 14 дней был обнаружен положительный результат теста на COVID-19, либо бывшие в контакте с теми, кто находится на карантине из-за возможного контакта по COVID-19.

В день сдачи крови донору должно быть 18 лет, его масса тела должна быть не менее 50 кг, у него не должно быть заболеваний, являющихся противопоказанием к донорству (подробнее о перечне противопоказаний по ссылке: <https://yadonor.ru/donorstvo/become/contraindications/>).

Прежде чем отправиться на станцию переливания крови в период действия режима самоизоляции, стоит обратиться в регистратуру станции переливания крови и уточнить, нет ли изменений в

графике приема доноров. Это особенно важно для доноров, которые сдают компоненты крови (плазму, тромбоциты), т.к. данные донации производят не каждый день и по потребности.

Для исключения одномоментного скопления доноров на станции переливания крови рекомендуется также уточнить, если возможность предварительной записи на определенное время. В Ростове-на-Дону такую запись ведут волонтеры проекта «Доноры Дона» по телефону 8(863)229-37-37. Каждому донору предлагает свой интервал времени для посещения станции переливания, даются рекомендации по подготовке к сдаче крови.

В условиях неблагополучной эпидситуации донорам рекомендуется заранее спланировать свой маршрут следования на станцию переливания. Если есть возможность, лучше воспользоваться личным автомобилем. В общественном транспорте и других закрытых пространствах одевать маски, соблюдать дистанцию между людьми 1-2 метра, избегать мест скопления людей, мыть руки и обрабатывать их антисептиком. Если по пути следования на станцию переливания крови к донору обратились сотрудники полиции, либо иные уполномоченные лица, рекомендует четко и спокойно пояснить цель своего следования, а в случае, если это произошло на обратном пути – показать справку о сдаче крови. В распоряжении губернатора от 30.03.2020 № 61 и иных нормативно-правовых документах запрета на посещение станции переливания крови нет.

При посещении станции переливания крови донору рекомендуется иметь с собой личную маску.

Накануне сдачи крови донору рекомендуется воздержаться от употребления жирных, жаренных, копченых продуктов, в том числе колбасных изделий, молока, яиц, шоколада, орехов, фиников. Донору обязательно нужно позавтракать: сладкий чай с вареньем, сок, морс, компот, минеральная вода, сухари, хлеб, отварные крупы, макароны, приготовленные на воде без масла, овощи, фрукты (но не бананы). За час до донации и после желательно не курить. Не стоит сдавать кровь после ночных дежурств или бессонной ночи, в период иной напряженной деятельности (экзамены, соревнования и т.п.).

В день после донации стараться пить как можно больше жидкости, полноценно питаться, включить в рацион пищу с богатым количеством белка, мясо. Воздержаться от физических нагрузок, езды на мотоцикле.

Донору полагается в день сдачи крови денежная компенсация на питание в размере 5% от прожиточного минимума для трудоспособного населения в Ростовской области. Также донору предоставляется справка о донации, дающая право на оплачиваемые выходные дни в соответствии с положениями статьи 186 Трудового кодекса Российской Федерации.

Сдать кровь можно по адресам:

г. Ростов-на-Дону, ул. Ченцова, 71/636, телефон 8(863) 251-45-72, 251-76-42
Ростовская обл., г. Волгодонск, ул. Маршала Кошевого, 23, телефон 8(863-92) 3-14-92, 7-95-84
Ростовская обл., г. Таганрог, пер. Каркасный, 5, телефон 8(863-4) 32-99-17, 62-37-35, 62-36-25
Ростовская обл., г. Шахты, пр. Ленинского Комсомола, 58, телефон 8 (863-62) 3-01-23, 3-00-45
Ростовская обл., г. Белая Калитва, ул. Заводская, 10, телефон 8(863-83) 4-18-68
Ростовская обл., г. Миллерово, ул. 3-го Интернационала, 60, 8(863-85) 2-10-63
Ростовская обл., г. Сальск, ул. Павлова, 2, 8(863-72) 7-22-69.

Также, если у вас остались вопросы, консультацию можно получить по телефону 8(863)229-37-37 или социальных сетях vk.com/donordona, facebook.com/donordona и инстаграм [@donor_dona](https://instagram.com/donor_dona). Информация о донорстве крови размещена и на сайте DonorDona.ru