**DARCOVSTVO KRVI**

PANEURÓPSKA VYSOKÁ ŠKOLA, Tomášikova 20, 1. posch.

**30. novembra 2022 od 8.00 do 10.45.**

**Informácie pre darcov krvi**

**Príprava na odber krvi**

Deň pred odberom sa odporúča ľahká strava.

Ráno pred odberom vypiť aspoň 0,5 l nealkoholických nápojov a zjesť ľahké raňajky (pečivo, džem, med, ovocie, zeleninu).

**Nejesť pred odberom mliečne výrobky**, **údeniny, vajíčka** a pod.

Neodporúča sa prísť po fyzickej alebo psychickej záťaži.

Nie je vhodné darovať krv počas menštruácie, resp. tesne pred ňou alebo po nej.

**NEFAJČIŤ** aspoň 12 hodín pred odberom a min.2 hodiny po odbere,

**NEPIŤ ALKOHOLICKÉ NÁPOJE.**

Pripraviť si na odber OBČIANSKY PREUKAZ a KARTIČKU POISTENCA (preukaz zdravotnej poisťovne).

**Zvoliť vhodné oblečenie:**

**muži voľné rukávy a ženy by mali uprednostniť nohavice**.

**Priebeh odberu krvi**

1. Vyplnenie dotazníka pre darcu krvi.
2. Zaevidovanie darcu v evidencii - prineste si občiansky preukaz, preukaz zdravotnej poisťovne.
3. Odber krvi na vyšetrenie krvného obrazu (krvného farbiva), príp. orientačne krvnej skupiny,
4. Lekárske vyšetrenie.
5. Samotný odber krvi (čas odberu 7-10min., objem odobratej krvi 400-500ml).

**Pri darovaní sa darca nemôže nakaziť. Pri odbere sa používa výlučne jednorazový materiál.**

**Po odbere krvi**

* Odporúčame nahradiť stratu tekutín a občerstviť sa. Občerstvenie po odbere krvi bude pre darcov zabezpečené.
* Neodporúčame zvýšenú fyzickú alebo psychickú námahu nasledujúcich 12 hodín.
* Odporúčame zvýšenú opatrnosť pri riadení motorového vozidla.
* Rozhodne neodporúčame viesť vozidlo bezprostredne po odbere krvi.