**С 9 по 14 июня в Могилёвской области проводится информационно – образовательная акция «Всемирный день донора крови».**

 **Донорская кровь - спасает жизнь**

Кровь человека представляет собой живую, саморегулирующуюся, постоянно обновляющуюся систему (в организме взрослого человека её содержится до 5,5 л).

 Основная её функция - перенос питательных и защитных веществ, с помощью которых поддерживается жизнедеятельность органов и тканей нашего организма.

В современном обществе переливание крови в течение жизни необходимо каждому 3-му человеку, в любую минуту она может понадобиться нуждающимся людям.

Поэтому так нужны доноры - здоровые люди, готовые отдать до 500 мл собственной крови, чтобы помочь нуждающимся.

 С конца 30-х годов 20-го столетия переливание крови или ее отдельных фракций получило широкое распространение в медицине (в 1832 году была произведена первая операция по переливанию крови).

  Трансфузиология - наука о переливании крови и ее компонентов. Основной её принцип - рациональное применение компонентов и препаратов крови по показаниям, с учетом особенностей заболевания.

Из одной дозы донорской крови могут быть выделены различные компоненты крови (эритроциты, тромбоциты, плазма и др.), из плазмы крови получают лекарственные средства (альбумин, тромбин, иммуноглобулины, факторы свертывания крови), диагностические реагенты (стандартные эритроциты и др.).

В полученных компонентах крови остро нуждаются: пациенты, которым предстоят операции на сердце, легких, позвоночнике, желудочно-кишечном тракте; лица, пострадавшие в дорожно-транспортных происшествиях и при чрезвычайных ситуациях; женщины-роженицы и рожденные ими дети; онкологические больные, которым необходима операция и химиотерапия.

В настоящее время проводятся операции по протезированию суставов, трансплантации органов и тканей и все они требуют большого количества эритроцитарной массы, концентрата тромбоцитов, свежезамороженной плазмы.

Донорство не наносит вреда организму, если человек здоров. Заготовка крови от донора допустима только при условии, что его здоровью не будет причинен вред - «максимум пользы пациенту – никакого вреда донору».

  Стандартный объем заготовки крови (донации)  450 ± 50 мл без учета количества крови, взятой для анализов (до 40 мл), у лиц с массой тела не менее 55 кг.

  Каждая кровопотеря в стандартном объеме вызывает ряд изменений в организме донора: снижается уровень гемоглобина на 2-10% ( восстанавливается в течение 1-го месяца), уменьшается число эритроцитов (восстанавливаются в течение 4-6 недель). Полное восстановление состава крови происходит в течение 40-50 дней.

У лиц, дававших кровь многократно, восстановление показателей крови происходит быстрее, чем у первичных доноров.

Чтобы состав крови быстрее восстановился, рекомендуется пить больше жидкости – соки, чай, в рационе всегда должен присутствовать белок, от которого зависит уровень гемоглобина в крови (мясо, свекла, гречка, чечевица, фасоль и все бобовые, рыба и др.).

 Реакция организма на взятие крови индивидуальна и зависит от многих факторов: психоэмоционального состояния, физической нагрузки, питания, бытовых и погодных условий.

 После взятия крови у доноров отмечается снижение венозного и артериального давления, ускорение тока крови, незначительное учащение пульса (нормализация сердечно-сосудистой деятельности наступает в течение 30-60 минут). В этот период донорам рекомендуется отдых.

 Повторные взятия крови благоприятно влияют на центральную нервную систему, а через нее на обменные процессы всего организма.

Мужчины, сдающие кровь, в десятки раз меньше подвержены инфаркту миокарда, ишемической болезни сердца; регулярная донация крови поддерживает в норме содержание холестерина, что, обеспечивает профилактику атеросклероза. Донация крови и ее компонентов полезна для профилактики заболеваний органов желудочно-кишечного тракта (желудка, кишечника, поджелудочной железы, печени), обмена веществ и болезней иммунной системы.

У тех, кто сдает кровь регулярно, больше шансов выжить в экстремальных ситуациях (дорожно-транспортные происшествия, ожоги, тяжелые операции).

Донором может стать гражданин в возрасте 18 лет, не страдающий хроническими заболеваниями сердечно-сосудистой системы, печени, почек, психическими заболеваниями, алкоголизмом, наркоманией, не болевший сифилисом, гепатитом, ВИЧ, туберкулёзом, малярией.

Доноры крови пользуются огромным уважением, в их адрес звучат слова бесконечной благодарности от пациентов, которым перелиты компоненты крови или лекарственные средства, полученные из донорской крови.

 Принять участие в акции можно по адресу:

**УЗ «Могилевская областная станция переливания крови»**

г.Могилев, ул. Пионерская,17