



INFORMÁCIE PRE DARCOV KRVÍ A KRVNEJ PLAZMY

Vaša krv má dar zachraňovať.

Vaša plazma má dar liečiť.

Ďakujeme vám.



ONLINE OBJEDNÁVACÍ SYSTÉM

NOVÁ SLUŽBA PRE DARCOV KRVÍ A KRVNEJ PLAZMY



- » Vytvor si profil na www.darcovskecentrum.sk
- » Rezervuj si vyhovujúci termín a čas
- » Maj svoje odbery pod kontrolou cez svoj profil
- » Buď informovaný/á o aktuálnych výzvach e-mailom či cez sms

Online rezervácie pomáhajú zamestnancom darcovského centra efektívnejšie **manažovať odbery** a skracujú vám čas strávený na transfúzke.

KTO JE VHODNÝ DARCA KRVÍ

VHODNÝ DARCA KRVÍ JE KAŽDÝ, KTO SPLŇA NASLEDUJÚCE KRITÉRIÁ:

- o celkovo dobrý zdravotný stav,
- o hmotnosť minimálne 50 kg,
- o vek od 18 do 65 rokov.

DARCOM MÔŽETE BYŤ, AK NIE STE:

- o posledných 6 mesiacov po operačnom zákroku, artroskopii, úraze či zlomenine, resp. po inom invazívnom výkone (gastrofibroskopia, kolonoskopia),
- o min. 4 týždne po antibiotickej liečbe,
- o min. 2 týždne po prekonaní horúčky, bez hnačky,
- o min. 1 týždeň po zubnom ošetrení (vrtanie, extrakcia zuba),
- o v deň odberu 3 dni pred menštruáciou alebo po nej a nie ste tehotná,
- o rok po pôrode alebo ukončení tehotenstva, alebo ak práve nedojčíte,
- o v akútnom štádiu herpetického ochorenia,
- o onkologickým pacientom,
- o posledných 6 mesiacov liečený/-á akupunktúrou,
- o sexuálnym partnerom ľudí s infekčnými chorobami a neprišli ste s nimi v poslednom roku do styku,
- o hemofilik, netrpíte ochorením krvotvorby.

AKO DARCA BY STE NEMALI MAŤ:

- o tetovanie mladšie ako 6 mesiacov,
- o piercing (6 mesiacov), prepichnuté uši alebo iné časti tela,
- o modrinu po úraze (kritérium pre aferetický odber),
- o prejavy alergie,
- o transfúziu krvi a jej zložiek posledný rok,
- o endoskopické vyšetrenie,
- o prekonanú infekčnú žltáčku typu B a C, syfilis a nemali by ste byť nosičom HIV.*
*V prípade prekonania infekčnej žltáčky typu A (napr. v detskom veku) môžete byť darcom krvi po určitom časovom odstupe.

AKO ČASTO MÔŽETE DAROVAŤ KRV

Muži môžu darovať krv každé tri mesiace, ženy každé štyri mesiace.

AKO PREBIEHA ODBER KRVI V DARCOVSKOM CENTRE?



1 Vyplňte, prosím, dotazník



2 Zaregistrujte sa



3 Vyšetříme vám krvný obraz



4 Lekárske vyšetrenie



5 Odber krvi



6 Občerstvenie po odbere

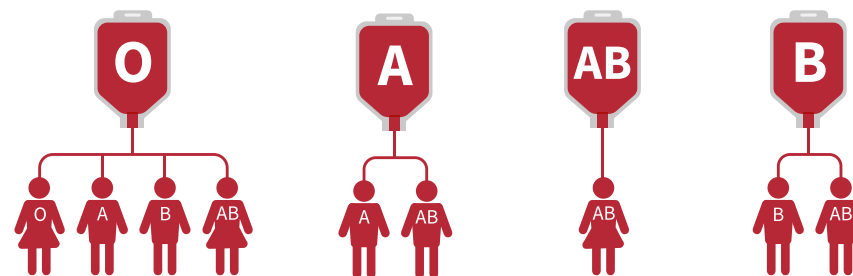


7 Objednajte sa na ďalší odber

VAŠA KRV MÁ DAR ZACHRAŇOVAŤ

Pavol Regenda
profesionálny hokejista

KOMPATIBILITA KRVI



SKUPINOVÉ DAROVANIE KRVI

Chceli by ste darovať krv ako skupina či tím kolegov? Radi vám pomôžeme zorganizovať v našom darcovskom centre váš odberový deň. Darovať krv môže prísť skupina 5 – 25 osôb vo vopred dohodnutom termíne. Pri výbere termínu vám vyjdeme v ústrety.

VAŠA PLAZMA MÁ DAR LIEČIŤ

Tomi KID Kovács
majster sveta
v profesionálnom boxe

DAROVANIE ZLOŽIEK KRVI, PLAZMY A KRVNÝCH DOŠTIČIEK

V niektorých darcovských centrách siete Penta Hospitals môžete darovať aj jednotlivé zložky krvi vďaka špeciálnemu prístroju, ktorým odobratá krv prechádza. **Pri odbere plazmy vracia najmodernejší separátor do obehu darcu krvinky a krvné doštičky a do špeciálneho vaku zase zbiera len plazmu.**

Podobne prebieha aj odber krvných doštičiek, pričom sa okrem červených krviniek vracia späť do tela darcu krvná plazma a krvné doštičky zostanú v odberovom vaku.

Plazma je pre modernú medicínu nenahraditeľnou látkou, a to najmä pre výrobu životne dôležitých liekov. Na Slovensku neexistuje žiaden výrobca liekov z krvnej plazmy.

Vďaka vašej plazme alebo krvným doštičkám **bude možné vyrobiť lieky či transfúzne prípravky, ktoré pomôžu napríklad:**

- ◊ ženám po ťažkom pôrode,
- ◊ pri liečbe onkologických pacientov,
- ◊ pri liečbe popálenín,
- ◊ pacientom po autonehodách,
- ◊ pacientom s poruchami zrážanlivosti krvi.

AKO ČASTO MÔŽETE DAROVAŤ KRVNÚ PLAZMU

Plazmu môžete **darovať každých 14 dní**. Ak ste nedávno darovali krv, plazmu môžete darovať až mesiac po odbere krvi. Po odbere plazmy však môžete darovať krv po 14 dňoch. Plazma sa v ľudskom tele **obnoví do 48 hodín**.

Odber plazmy **trvá približne 45 minút** a jej objem závisí od hmotnosti darcu, pohybuje sa v rozmedzí **od 650 do 700 ml**. **Množstvo odobratej krvnej plazmy** sa darcovi kompenzuje 500 ml fyziologického roztoku.

KEDY JE ODBER KRVNEJ PLAZMY ÚSPEŠNÝ

- ◊ Keď bolo odobraté predpísané množstvo, v prípade zdravotných komplikácií u darcu alebo technickej poruchy minimálne 200 ml.
- ◊ Keď laboratórne výsledky zodpovedajú norme.
- ◊ Keď farba plazmy zodpovedá predpísaným štandardom:
 - o nesmie byť červená – hemolytická,
 - o nesmie byť žiarivo žltá – ikterická,
 - o nesmie byť chylózna, t. j. nesmie byť zakalená prítomnosťou tuku.

STRAVOVACÍ A PITNÝ REŽIM

PRE DARCOV KRVÍ A KRVNEJ PLAZMY

PRED ODBEROM

Pred odberom krvi a krvnej plazmy odporúčame vypíť min. 2 až 3 litre vody, v teplých mesiacoch aj 3 až 4 litre vody.

Čím neskôr máte v priebehu dňa plánovaný odber krvnej plazmy, tým viac vody by ste mali vypíť.

ODPORÚČANÉ POTRAVINY A NÁPOJE

OVOCIE A ZELENINA	čerstvé, mrazené, sušené
PRÍLOHY	ryža, cestoviny a zemiaky
MÄSO	kuracie, morčacie, chudé hovädzie, králik, mladé jahňacie, grilované ryby alebo ryby pripravené na pare
PEČIVO	chlieb (svetlý aj celozrnný), žemle, rožky, ryžové chlebičky, ovsené vločky, mäsli výrobky, ovsená kaša, nízkovaječné cestoviny
SLADKOSTI	džem, marmeláda, med
MLIEČNE VÝROBKY	acidofilné mlieko, kefír, biokys, netučný tvaroh, odtučnené mlieko, odtučnený jogurt
STRUKOVINY	hrach, šošovica, fazuľa, kukurica
POLIEVKY	netučný vývar, zeleninové polievky
NÁPOJE	voda (perlivá aj neperlivá), nízkokalorické nápoje, ovocné šťavy, ovocné čaje

JEDZTE VYVÁŽENÚ STRAVU A
NECHOĎTE DAROVAŤ KRV A KRVNÚ PLAZMU NALAČNO



NEVHODNÉ POTRAVINY A NÁPOJE

OVOCIE A ZELENINA	kompóty, hranolčeky, solené zeleninové konzervy, zeleninové konzervy s olejovou zálievkou
PRÍLOHY	omáčky, dresingy, smotanové zálievky, majonézy s väčším obsahom tuku
MÄSO	vyprážené a tučné
PEČIVO	croissanty a rožky so zapečeným syrom a slaninou, bábovky s obsahom oleja, šišky, donuty
SLADKOSTI	smotanové zmrzliny, pudingy
MLIEČNE VÝROBKY	plnotučné mlieko, sušené a kondenzované mlieko, smotana, šľahačka, smotanové jogurty, syry s vyšším obsahom tuku (nad 40 %)
ORECHY	slané oriešky, kešu, para
POLIEVKY	zahustené smotanou
NÁPOJE	alkoholické nápoje, nápoje s obsahom kofeínu, kalorické nápoje, turecká káva a energetické drinky



1.

Deň pred odberom



vypite 2 až 3 l vody

2.

V deň odberu



ľahké raňajky,
**nechod'te darovať
nalačno**

3.

Po odbere
krvnej plazmy



doplňte **bielkoviny**,
napr. dobrou porciou
mäsa

PO ODBERE KRVNEJ PLAZMY ODPORUČAME DOPLNIŤ BIELKOVINY

MÄSO

mäsá tučné, vyprážené, slanina, údeniny, paštéty, salámy, párky, klobásy...
Prípustná je dusená šunka – kuracia, morčacia a pod. v menšom množstve (cca do 100 g).

MLIEČNE VÝROBKY

syry vrátane topených, tvarohy, smotana, smotanové jogurty, produkty s vyšším obsahom tukov...

POKRMY ZO ZEMIAKOV

zemiakové placky, hranolčeky, zemiakové lupienky, vyprážené zemiaky, zemiakový šalát...

VAJÍČKA

celé vajcia (natvrdo, namätko), miešané vajcia, volské oká, vajcia na slanine...

POLIEVKY A OMÁČKY

tučné vývary, guláš, zahustené polievky (šošovicová, zemiaková, paradajková...), smotanové, syrové, maslové a zahustené omáčky (sviečková, kôprová, paradajková...) a dresingy

ŠALÁTY

najmä s obsahom majonézy: vlašský, parížsky, zemiakový...

RYBY S VYŠŠÍM OBSAHOM TUKOV

losos, tuniak, sardinky v oleji...

SLADKOSTI

torty, zákusky, palacinky, šišky, croissanty, koláče, šatôčky, záviny, čokoláda, sušienky...

NÁPOJE

káva, čierny, zelený, biely čaj a iné nápoje s vysokým obsahom kofeínu či teínu

KONTAKTY

Je pre nás veľmi dôležité, aby ste sa v **darcovskom centre** cítili dobre a bezpečne. Preto je vám k dispozícii nielen moderné a komfortné prostredie, ale aj profesionálny tím, moderné vybavenie a bezpečný systém kontroly.

📍 Bratislava Bory

02/59 777 150

transfuzka.bory@pentahospitals.sk

📍 Dunajská Streda

031/5571 256

transfuzka.ds@pentahospitals.sk

📍 Galanta

031/7833 333

transfuzka.ga@pentahospitals.sk

📍 Humenné

057/7706 581, 0905 742 059

transfuzka.he@pentahospitals.sk

📍 Michalovce

056/6416 916, 0905 645 238

transfuzka.mi@pentahospitals.sk

📍 Rimavská Sobota

047/56 12 787, 047/56 12 722

transfuzka.rs@pentahospitals.sk

📍 Rožňava

058/7771 344, 0908 974 792

transfuzka.rv@pentahospitals.sk

📍 Spišská Nová Ves

053/4199 122

transfuzka.sn@pentahospitals.sk

📍 Svidník

054/7860 333

transfuzka.sk@pentahospitals.sk

📍 Topoľčany

038/38 24 352

transfuzka.to@pentahospitals.sk

📍 Trebišov

056/6660 739, 0905 239 057

transfuzka.tv@pentahospitals.sk

📍 Vranov nad Topľou

057/4865 120

transfuzka.vt@pentahospitals.sk



Objednajte sa na odber krvi
alebo krvnej plazmy cez
www.darcovskecentrum.sk

Edukčná brožúra je platná pre spoločnosť Penta Hospitals SK, a. s., Digital Park II, Einsteinova 25, Bratislava 851 01, IČO 35 960 884, a pre každú spoločnosť patriacu do siete nemocníc Penta Hospitals, ktorá prevádzkuje zdravotnícke zariadenie.