

TVOJA PLAZMA MÁ DAR LIEČIŤ



Pavol Regenda
profesionálny hokejista

OBJEDNAJTE SA:

Hematologicko-transfúziologické oddelenie
NsP Š. Kukuřu Michalovce a. s.
Špitálska 2, 071 01 Michalovce
Tel. 0905 645 238

darujemplazmu.sk

 **SVET ZDRAVIA | Michalovce**

KTO MÔŽE DAROVAŤ KRVNÚ PLAZMU?

- 🍊 zdravý darca/darkyňa vo veku **18 – 60 rokov**

AKO PREBIEHA ODBER KRVNEJ PLAZMY?

- 🍊 odber trvá približne **45 – 60 min.**
- 🍊 objem odobranej plazmy závisí od hmotnosti darcu
- 🍊 krvná plazma sa odoberá tzv. **plazmaferézou** – moderný spôsob odberu krvnej plazmy, pri ktorom sa z krvi separuje iba krvná plazma – tekutá zložka bez buniek
- 🍊 krvinky sa hneď pri odbere vrátia darcovi späť do žily
- 🍊 centrifúga v separátore odstredí a oddelí jednotlivé zložky krvi (červené krvinky, biele krvinky, krvné doštičky a plazmu)
- 🍊 oddelenú plazmu odvedie do vaku
- 🍊 ostatné krvné zložky sú ihneď vrátené darcovi do krvného obehu

ZÁKLADNÉ ODPORÚČANIA PRED ODBEROM KRVNEJ PLAZMY

- 🍊 dostatočne si oddýchnite, pokúste sa vyhnúť zhonu a stresu
- 🍊 jedzte vyváženú stravu, nemala by byť tučná (na odber **nechod'te nalačno**)
- 🍊 pred odberom sa dostatočne napite – **aspoň 2 litre tekutín**
- 🍊 vyhnite sa alkoholickým nápojom, nápojom s obsahom kofeínu a energetickým drinkom

AKO ČASTO JE MOŽNÉ DAROVAŤ KRVNÚ PLAZMU?

- 🍊 na základe platnej legislatívy je možné darovať krvnú plazmu **1-krát za 14 dní**
- 🍊 **po darovaní krvi môžete darovať' krvnú plazmu najskôr o 1 mesiac**
- 🍊 plazma sa v ľudskom tele obnoví **do 48 hodín**
- 🍊 za rok možno darovať' podľa slovenskej legislatívy **max. 10 litrov plazmy, teda približne 16-krát v roku môžete darovať' krvnú plazmu**