

NEXT #blood #FLUENCER

N-AVEM
SÂNGE



Episodul 1. Donarea de sânge și etapele ei

Bine de știut pentru început

- În **fiecare municipiu de județ** există un Centru de Transfuzie unde se poate dona sânge.
- În **București** există 4 astfel de centre: Centrul de Transfuzie Sanguină București, Spitalul Universitar de Urgență București, Centrul de Transfuzie Sanguină Col.Prof.Dr. "Nicolae Nestorescu", Spitalul de Urgență "Prof. Dr. Dimitrie Gerota" București.
- Centrele de transfuzii sunt responsabile cu recoltarea, testarea, procesarea, stocarea și apoi distribuirea sângelui și a componentelor sanguine către spitalele din județ.
- De asemenea, centrele de trans-

fuzii au posibilitatea de a organiza **colecte mobile**, în care un autobuz special dotat („centru mobil”) sau un microbuz cu o echipă formată din medic, asistenți și registratori medicali se poate deplasa la o firmă sau instituție pentru a recolta sânge de la donatori. Colectele mobile se organizează la cerere, de obicei pentru un număr de minimum 50 de persoane.

Etapele donării de sânge

Pasul 1. Înregistrarea ca donator

Identificarea donatorului sau a potențialului donator se face în baza unui **act de identitate valabil**

n-avemsange.ro/nextBF

(CI, pașaport, permis de conducere auto) pe care trebuie să îl ai la tine. În primul rând, va trebui să completezi un scurt **chestionar de autoexcludere** cu date generale privind starea ta de sănătate. Cunoașterea acestor elemente de către personalul medical este esențială pentru o evaluare corectă a admisibilității tale la procesul de donare.

IMPORTANT! Trebuie să fii complet sincer(ă) atât în completarea chestionarului, cât și față de personalul medical cu care vei interacționa ulterior, astfel încât să se evite transmiterea prin sânge a unor eventuale boli și punerea în pericol atât a sănătății tale în timpul procedurii de donare, cât și a sănătății persoanei către care este transmis sângele donat.

După prezentarea chestionarului completat, a actului de identitate și a carnetului de donator (dacă deja îl ai), se eliberează o **foaie de lucru** pe care o vei prezenta la cabinetul de consultații la care vei fi repartizat(ă).

Pasul 2. Examinarea în vederea triajului

Triajul medical include două părți distincte. O dată **consultația** realizată de un medic care:

- va evalua chestionarul de autoexcludere completat
- îți va cere suplimentar informații din trecutul tău medical, față de datele completate în fișa-chestionar – această discuție medicală predonare este confidențială iar scopul ei este asigurarea că donarea nu prezintă vreun risc, atât pentru donator, cât și pentru primitor;
- îți va măsura greutatea, temperatura, tensiunea arterială, pulsul etc.

Cel de-al doilea element al triajului constă în **controlul biologic predonare**. Mai exact, într-un alt cabinet îți se va lua o picătură de sânge din vârful degetului pentru a se determina nivelul glicemiei, hemoglobinei. În funcție de aceste rezultate, dar și de consultația realizată de medic, vei fi declarat(ă) apt(ă) sau nu pentru donarea de sânge.

Pasul 3. Recoltarea de sânge

Donarea propriu-zisă are loc sub supravegherea continuă a personalului specializat, cu utilizarea de fiecare dată a unei truse sterile, de unică folosință. Donarea constă în recoltarea unei cantități de **450 mililitri de sânge**, care poate dura **aproximativ 10 minute**.

După ce aceasta s-a încheiat, nu este recomandat să te ridici brusc. Rămâi cel puțin 10 minute în scaun și bucură-te de sentimentul care se instalează. Nu în fiecare zi ai ocazia să salvezi 3 vieți!

medicale, chiar dacă acestea se finalizează cu excluderea ta temporară ori definitivă ca donator de sânge. La baza acestor decizii se află atât experiența medicală în special în procesul donării de sânge, cât și respectarea reglementărilor legislative în materie iar în final deciziile sunt luate având în vedere atât starea ta de sănătate, cât și pe cea a primitorului.

- Nu te descuraja dacă nu poți dona sânge! Poți oricând susține această cauză prin implicarea în proiectele de conștientizare ca voluntar, ambasador etc.!

Te rugăm să reții

- Pentru parcurgerea întregului proces de donare și urmarea corectă și completă a tuturor etapelor obligatorii te rugăm să îți aloci cel puțin o oră. Durata poate varia în funcție de numărul persoanelor prezente la donare.
- Te rugăm să tratezi tot personalul cu respect și să urmezi recomandările și deciziile cadrelor