



INFORMACIJA NUMATOMIEMS KRAUJO AR JO SUDĖTINIŲ DALIŲ DONORAMS

Kraujas – tai cirkuliuojantis jungiamasis audinys, sudarytas iš skystos tarpląstelinės medžiagos – kraujo plazmos ir kraujo ląstelių (eritrocitų, leukocitų, trombocitų). Suaugęs žmogus turi apie 5 litrus kraujo. Kraujyje plazma sudaro apie 55 procentus, kraujo ląstelės – apie 45 procentus.

Pagrindinės kraujo funkcijos yra aprūpinti audinius deguonimi, maisto ir kitomis medžiagomis, pašalinti iš audinių anglies dvideginį ir kitas medžiagų apykaitos atliekas. Kraujas dalyvauja organizmo apsauginėse reakcijose, kovoja su ligas sukeliančiais mikroorganizmais, geba krešėti.

● Kraujo donorystė – kas tai?

Kraujo donorystė – tai procesas, kai žmogus (kraujo donoras) savanoriškai suteikia savo kraujo, kuris vėliau bus panaudotas kraujo perpylimui (transfuzijai). Kraujas reikalingas ligoniams po sunkių traumų, nudegimų, chirurginių operacijų, gimdyvėms ir įvairiomis ligomis sergantiems žmonėms.

● Kas gali būti kraujo donoru?

Kraujo donoru gali būti sveikas asmuo, kurio sveikatos būklė atitinka Sveikatos apsaugos ministerijos nustatytus reikalavimus, savanoriškai pateikęs raštišką sutikimą duoti kraujo ar kraujo sudėtinių dalių.

Kraujo donoro amžius – 18 - 65 metai, kūno masė ne mažesnė nei 50 kg.

● Kraujo donoru negali būti:

_ jei hemoglobino kiekis kraujyje moterims mažiau nei 125 g/l, vyrams - mažiau nei 135 g/l, kūno masė mažesnė nei 50 kg;

_ asmenys, sergantys cukriniu diabetu, tuberkulioze, piktybinėmis ir infekcinėmis (hepatitu B, hepatitu C, ŽIV, sifiliu), sunkiomis širdies ir kraujagyslių, skrandžio, žarnyno, kvėpavimo, centrinės nervų sistemos, šlapimo ir kitų sistemų ligomis, linkę kraujuoti, daugelį kartų nualpę.

_ rizikos grupėms priklausantys asmenys: intraveninių narkotikų vartotojai, asmenys, dėl kurių seksualinės elgsenos kyla rizika užsikrėsti krauju plintančia sunkia infekcine liga.

● **Ar gali būti kraujo donorystė laikinai atidėta ar uždrausta?**

Jei numatomo kraujo donoro sveikatos būklė neatitinka nustatytų reikalavimų, donorystė atidedama ar uždraudžiama, paaiškinant priežastis. Praėjus gydytojo nustatytam kraujo donorystės laikino atidėjimo laikotarpiui, vėl bus galima duoti kraujo.

Asmenims kraujo donorystė neleidžiama, kai ši procedūra gali pakenkti donoro sveikatai arba dėl galimo pavojaus recipientui (asmeniui, kuriam bus perpiltas kraujas).

● **Kraujo donorystė laikinai atidedama:**

_ po dantų gydymo (plombavimo) kraujo davimas atidedamas iki kitos dienos, po dantų traukimo, šaknų plombavimo - 1 savaitę.

_ po karščiavimo, gripo ar kitos virusinės ligos simptomų išnykimo dienos kraujo negalima duoti 2 savaites.

_ po skiepijimo susilpnintais virusais ir bakterijomis donorystė atidedama 4 sav. ; po skiepijimo hepatito A ir B, erkinio encefalito vakcinomis kraujo davimo atidėjimas nereikalingas;

_ po kūno tatuiravimo, auskarų vėrimo į kūną, sunkios chirurginės operacijos, endoskopinio tyrimo, akupunktūros (išskyrus atvejus, kai ją atlieka kvalifikuotas medikas), sužeidimo adata ar kraujo sudėtinių dalių perpylimo, po gimdymo ar nėštumo nutraukimo kraujo negalima duoti 6 mėn.

● **Kaip pasirengti kraujo donorystei?**

Keletą dienų prieš kraujo davimą draudžiama vartoti stiprius alkoholinius gėrimus.

Dieną prieš davimą nevalgyti riebaus ir aštraus maisto (riebios mėsos, silkės, keptų bulvių, traškučių, majonezo, aštrių padažų), būtina gerti pakankamai skysčių.

Prieš duodant kraują donoras turi būti pailsėjęs, išsimiegojęs, pavalgęs, atsigėręs pakankamai skysčių.

Nepatartina duoti kraujo po įtempto darbo, naktinės pamainos.

Kraujo davimo dieną rekomenduojama nerūkyti, negerti kofeino turinčių skysčių - kavos, energetinių gėrimų.

● **Kokius dokumentus privalo turėti norintysis tapti kraujo donoru?**

Žmogus, norintis duoti kraujo, privalo turėti asmens tapatybę patvirtinantį dokumentą – asmens tapatybės kortelę, pasą, vairuotojo pažymėjimą ar studento pažymėjimą.

- **Kaip įvertinama būsimąjį kraujo donoro sveikata?**

Kiekvieną kartą, duodamas kraujo, žmogus užpildo kraujo donoro apklausos anketą. Gydytojas apklausia apie persirgtas ligas, dabartinę sveikatos būklę, vartojamus vaistus; patikrina bendrą donoro sveikatos būklę (apžiūri išoriškai, matuoja kraujospūdį, vertina širdies ir plaučių veiklą). Esant būtinybei, atliekami išsamesni tyrimai.

- **Kokie tyrimai atliekami prieš donaciją?**

Prieš duodant kraujo nustatoma kraujo grupė pagal ABO sistemos antigenus, rezus priklausomybė pagal D antigeną, Kell sistemos K antigenas, hemoglobino koncentracija kraujyje. Kraujo sudėtinių dalių donorams atliekamas bendras kraujo tyrimas.

- **Kokie tyrimai atliekami po donacijos?**

Kiekvieną kartą davus kraujo, jis ištiriamas dėl krauju plintančių infekcijų: virusinių hepatitų B ir C (HBV ir HCV), žmogaus imunodeficito viruso (ŽIV), sifilio, nustatomi antikūnai prieš eritrocitus.

- **Apie kraujo davimo procedūrą trumpai**

Kraujui surinkti naudojamos vienkartinės sterilios priemonės, todėl infekcijų perdavimo donorui prasme procedūra yra saugi. Vienos donacijos metu paaimama standartinė kraujo dozė – 450 ml ir apie 30 ml privalomiems kraujo tyrimams. Toks kraujo kiekis nekenkia donoro sveikatai ir imamas viso pasaulio kraujo centruose. Kraujas paaimamas per 6 -12 min.

Eritrocitų skaičius kraujyje atsistato per 60 dienų, todėl kraujo galima duoti kas 2 mėn., tačiau moterims per metus neviršyti 4 kartų, vyrams - 5 kartų.

- **Kraujo sudėtinių dalių surinkimas (aferezė)**

Aferezė – tai procesas, kurio metu iš kraujo surenkamos tam tikros kraujo sudėtinės dalys (kraujo komponentai: eritrocitai, trombocitai, plazma). Aferezės metu aparatas kraują ima ciklais. Vieno ciklo metu paaimama apie 100 ml kraujo, kuris patenka į centrifugą ir ląstelės išsidėsto sluoksniais. Atsižvelgiant į reikiamas kraujo ląsteles, aparatas jas surenka iš atitinkamo gylio. Paimitas ląstelių sluoksnis patenka į maišelį, o po atskyrimo likę kraujo elementai per tą pačią adatą grąžinami kraujo donorui. Ciklai kartojami, kol surenkamas pakankamas ląstelių kiekis. Eritrocitų aferezė trunka apie 20-30 min., trombocitų – apie 1-1,5 val.

Kraujo sudėtinių dalių, t.y. trombocitų ir/ar plazmos galima duoti kas 2 sav., trombocitų + eritrocitų arba eritrocitų vienas vienetas – kas 2 mėn., eritrocitų du vienetai – kas 6 mėn.

- **Kaip elgtis po donacijos?**

Po donacijos donorui rekomenduojama pailsėti 10-15 min. Venos punkcijos (dūrio) vieta turi būti sutvarstyta ne mažiau kaip 2 val., tvarsčio negalima drėkinti.

Po donacijos nepatariama aktyviai sportuoti, vartoti stiprių alkoholinių gėrimų.

- **Galimos nepageidaujamos reakcijos davus kraujo:**

- _ skausmas, kraujosrūva dūrio vietoje; šios reakcijos gali būti dėl dūrio vietos netinkamo užspaudimo, nepasisekusios venos punkcijos;

- _ bendras silpnumas, galvos svaigimas, padažnėjęs širdies plakimas, blyškumas, pykinimas, vėmimas dažniausiai būna dėl psichologinių priežasčių: kraujo davimo procedūros baimės, adatos baimės, nerimo;

- _ pirštų galų, liežuvio aptirpimas, dilgčiojimas lūpose gali būti dėl aferezės metu naudojamo antikoagulianto, kurio sudėtyje yra natrio citrato;

- _ vidutinio sunkumo ir sunkios reakcijos (sąmonės praradimas, alpimas) pasitaiko retai; jos dažniausiai išsivysto dėl donoro baimės ar susijaudinimo, dėl staigaus kraujospūdžio pakitimo.

Pajutus bent vieną iš išvardintų požymių, būtina nedelsiant informuoti procedūrą atliekantį darbuotoją, kuris suteiks reikiamą medicininę pagalbą. Donoras išleidžiamas iš kraujo centro tik tada, kai jaučiasi gerai.

- **Visa informacija yra konfidenciali.**

Informacija apie donoro sveikatą, atliktų tyrimų rezultatus yra konfidenciali, viešai neskelbiama ir teikiama tik asmeniškai donorui, pateikus asmens tapatybės dokumentą.

Jei tyrimo rezultatai rodo kokį nors svarbų donoro sveikatos sutrikimą, donoras apie tai informuojamas. Aptikus krauju perduodamus ligų sukėlėjus, donoras bus informuotas, duoti kraują jam bus uždrausta, o paimtas kraujo vienetas bus sunaikintas.

- **Donoras gali bet kuriuo metu pateikti jam iškilusius klausimus.**

- **Donoras turi galimybę persigalvoti** dėl kraujo davimo, bet kuriuo kraujo davimo proceso metu atsisakyti ar savarankiškai sustabdyti savo donorystę.

***Pagrindinis kraujo donorystės principas -
jokios žalos donorui ir maksimali nauda ligonio sveikatai!***