



Zdravotní předpoklady dárce krve

Kritéria pro darování krve, informace pro nevidomé a slabozraké.

Mohu být dárce krve? Ano, pokud splním tato kritéria:

- věk: 18 – 65 let (první odběr do 60 let)
- hmotnost: minimálně 50 kg
- netrpím vážným chronickým nebo psychiatrickým onemocněním
- neprodělal/a/ jsem žloutenku B, C
- nejsem HIV pozitivní
- neprodělal /a/ jsem malárii
- nejsem alkoholik
- nepatřím do rizikové skupiny (promiskuitní způsob života, uživatel drog)
- nebyl jsem v letech 1980-96 více jak 12 měsíců v Anglii
- v posledních 6 měsících jsem nenavštívil/a oblast s výskytem malárie

Aktuální zdravotní stav:

- cítím se zdráv/a/
- nejsem právě nemocen/a/ a nejsem v pracovní neschopnosti
- nemám žádné čerstvé poranění ani opar
- v posledním týdnu jsem nebyl/a/ na ošetření chrupu (trhání zubu)
- v posledních 14 dnech jsem neužíval /a/ antibiotika (tablety, masti)
- v posledním měsíci jsem neměl/a/ přisáté klíště
- v posledním měsíci jsem nebyl/a/ očkován/a/ proti žloutence typu B
- v posledních 2 měsících jsem nebyl/a/ očkován/a/ proti neštovicím
- v posledních 4 měsících jsem si nenechal/a/ provést tetování ani piercing a nebyl/a/ jsem na operaci ani na endoskopickém vyšetření
- pro ženy: nejsem těhotná, od posledního porodu uplynulo alespoň 6 měsíců

V případě, že užíváte nějaké léky, jste sledován ve specializované ambulanci (léčíte se pro nějaké onemocnění) můžete využít konzultace vhodnosti darování na emailu TTO-darcekrve@fnbrno.cz

O tom, zda budete moci darovat krev, rozhodne lékař.

Případné konzultace o zdravotní způsobilosti ještě před výjezdem je možné konzultovat s lékařem na mail adrese: cichova.nikola@fnbrno.cz

Dárci krve - nevidomí a slabozrací

- Nevidomé osoby a osoby s těžkým postižením zraku, které nemohou číst běžný, tištěný text, mohou darovat krev, pokud budou mít zajištěn doprovod po odběru a zároveň budou splňovat obecná kritéria způsobilosti k dárcovství krve..
- Posouzení způsobilosti nevidomého k odběru krve bude realizováno formou rozhovoru. Doprovázející osoba nebude důvěrnému rozhovoru o způsobilosti dárce k odběru krve přítomna. Institut „podpisu dárce krve“ bude ověřen dalším nezávislým pracovníkem zařízení transfuzní služby.
- Před prvním odběrem krve je nutné s sebou přinést vyjádření očního lékaře, ve kterém by mělo být uvedeno, že odběr plné krve (přibližně 450 ml + 30 ml k analýze) může nevidomý dárce bez rizika podstoupit. Množství odebrané krve kolísá v rozmezí $\pm 10 \%$, a to v závislosti na hematokritu dárce, resp. počtu a objemu červených krvinek v krvi dárce.

Dárci krve – cizinci

- Pobyt cizinců na území České Republiky se řídí zákonem č. 326/99 Sb. ve znění pozdějších předpisů.
- Občané Evropské unie - k legitimaci stačí průkaz totožnosti tzn. občanský průkaz vydaný v zemi státní příslušnosti nebo pas
- Cizinci ze 3. zemí – zde je třeba platný cestovní doklad tzn. pas a v něm by měl být i platný vízový štítek.
- U dlouhodobých či trvalých pobytů by to měl být průkaz o povolení k pobytu, který je ve stejném formátu jako vízový štítek.

Zájemce o darování krve, příslušníka jiného státu než ČR, lze přijmout k procesu odběru při splnění následujících podmínek:

- komunikace v českém jazyce/anglickém jazyce-pracoviště Brno (informace pro anglicky mluvící dárce najdete <https://www.fnbrno.cz/en/blood-donation/t5091>) - na takové úrovni, aby byl zájemce o darování krve schopen číst, komunikovat a rozumět sděleným informacím
- dostupnost dárce krve - sdělení kontaktní adresy a telefonního kontaktu pro zvaní v akutních případech nebo pro předání informací dárce ze strany transfuzního oddělení
- prokázání nároku na zdravotní péči - předložení průkazu zdravotní pojišťovny:
 1. průkazu pojištěnce bydlicího v ČR - s vyznačeným rozsahem "plná péče"
 2. průkazu pojištěnce pobývajícího v ČR - s vyznačeným rozsahem "lékařsky nezbytná péče"

Co mohu jíst před odběrem

Důležité upozornění pro všechny dárce:

- darovat krev není vhodné nalačno

Důležitý je z hlediska stravy i interval 14 hodin před odběrem. Proto, prosíme, věnujte pozornost následujícím informacím. Děkujeme.

14 hodin před odběrem

- vynechejte jídla s obsahem tuku
- zdržte se pití alkoholu
- pijte dostatečné množství nealkoholických tekutin (3 l v průběhu celého dne před odběrem)
- dbejte na dostatečný odpočinek - nevystavujte se zvýšené fyzické námaze (sport, sauna)

V den odběru

- dietně posnídejte (bez tuku)- nejlépe obyčejný rohlík, kmínový či toustový chléb, křehké kukuřičné plátky, rýžové chlebičky, suchary, dětské piškoty, kukuřičné lupínky, med, džem, ovoce anebo zelenina. **Nevhodné jsou** mléčné a masné výrobky, celozrnné pečivo s olejnatými semeny, ořechy.
- vypijte alespoň 0,5 l nealkoholických tekutin. Kávu konzumujte bez mléka či smetany. Pokud jdete na odběr později dopoledne, zvyšte příjem tekutin až na 1l.
- před odběrem minimálně 3 hodiny nekuřte

Vyhnout se návykovým látkám a tučným jídlům je důležité pro bezpečnost a kvalitu od Vás získané krve.

Tuk v krvi komplikuje nutná vyšetření a může způsobit, že je příjemci nelze podat a transfuzní přípravek musíme zlikvidovat.

Doklady:

- platný průkaz totožnosti - občanský průkaz nebo cestovní pas
- průkaz zdravotní pojišťovny

Dočasné vyloučení dárců krve po návštěvě exotických míst je následující:

Návrat z malarické oblasti:

- návštěvníci endemických oblastí bez příznaků	6 měsíců po opuštění endemické oblasti
- osoby s horečkou během návštěvy nebo v průběhu šesti měsíců po návštěvě endemické oblasti	3 roky po zmizení příznaků
- dlouhodobý pobyt v malarické oblasti v dětství (prvních pět let života)	vyloučení na 3 roky od poslední návštěvy malarické oblasti

DOPORUČENÁ DÉLKA ODKLADŮ PŘI POBYTU V ZAHRANIČÍ

Odklad na 1 měsíc		Odklad na 6 měsíců	Afrika	Afrika	Asie	Asie	Střední Amerika a Karibik
Albánie	Spojené arabské emiráty		Angola	Sředoafriická republika	Afganistán	Vietnam	Anguilla
Alžír	Sýrie	Benin	Súdán	Ázerbajdžán	Východní Timor	Barbade	
Arménie	Taiwan	Botswana	Svatá Helena	Balí		Barbados	
Austrálie	Tunis	Burkina Faso	Svazijsko	Bangladéš		Belize	
Bahamy	Turecko	Burundi	Tanzánie	Barma		Bermudy	
Bahrajn	Turkmenistán	Čad	Togo	Bhútán		Britské královské ostrovy	
Egypt	USA	Džibutsko	Uganda	Borneo		Costa Rica	
Grenada		Eritrea	Zambie	Brunej		Dominica	
Gruzie		Etiopie	Zanzibar	Čína		Dominikánská republika	
Hawai (USA)		Gabon	Západní Sahara	Filipíny		El Salvador	
Izrael		Ghana	Zimbabwe	Indie		Guadeloupe	
Japonsko		Guinea		Indonésie		Guatemala	
Kanada		JAR	Jižní Amerika	Irán		Haiti	
Katar		Kamerun	Argentina	Jáva		Honduras	
Kazachstán		Kapverdy	Aruba	Jemen		Jamajka	
Kuba		Keňa	Bolívie	Jordánsko		Kostarika	
Kuvajt		Lesotho	Brazílie	Kambodža		Martinique	
Libanon		Liberie	Brazílie	Korea		Mexiko	
Libye		Madagaskar	Equador	Kyrgystán		Montserrat	
Macao		Malawi	Francouzská Guyana	Laos		Nikaragua	
Madeira		Mali	Guyana	Maledivy		Panama	
Maroko		Mauretánie	Chile	Nepál		Portoriko	
Mauricius		Mosambik	Kolumbie	Nová Guinea		Saba	
Mongolsko		Namibie	Paraguay	Pákistán		Svatá Lucie	
Nový Zéland		Niger	Peru	Saudská Arábie		Svatý Martin	
Omán		Nigérie	Surinam	Srí Lanka		Svatý Vincent	
Rusko - celé		Republika Kongo	Trinidad a Tobago	Tádžikistán			
Seychely		Rwanda	Uruguay	Thajsko			
Singapur		Senegal	Venezuela	Uzbekistán			
		Sierra Leone					
		Somálsko					

Odklady pro Evropu aktuálně najdete na www.fnbrno.cz/darce nebo:  Dárce krve FN Brno