



**PENTRU SÂNGE NU EXISTĂ FABRICI,
EXISTĂ DOAR INIMI.**

**DONEAZĂ DIN INIMĂ
PENTRU O INIMĂ!**

CENTRUL DE TRANSFUZIE SANGUINĂ SĂLAJ

Zalău, str. Simion Bărnuțiu nr. 91

Tel.: 0360 401773 • Fax: 0360 404774, 0260 611281

Program donatori de sânge: 7.30 - 12.30



Cum donați sânge

Cantitatea de sânge recoltată este de 450 de ml, adică 10% din totalul existent în corpul uman.

Acest lucru nu presupune nici un risc pentru donator, sângele donat se reface cantitativ în 24 de ore, iar calitativ în două săptămâni, fără a fi necesar un tratament sau o alimentație specială.

Întregul proces de donare durează aproximativ 30 de minute, din care doar 7-10 minute pentru recoltarea de sânge propriu-zisă. Mai întâi, trebuie să completați un chestionar referitor la sănătatea și obiceiurile de viață, procedura urmată de întocmirea unei fișe și a unui carnet de donator. Înainte de recoltare, vi se vor face câteva analize de sânge, după care veți fi consultat de un medic care va stabili dacă puteți fi donator sau nu.

Ce trebuie să faceți după ce ați donat sânge

1. Să evitați timp de 12 ore efortul fizic intens;
2. Să evitați conducerea autovehiculelor, consumul de alcool, fumatul;
3. Să consumați multe lichide.

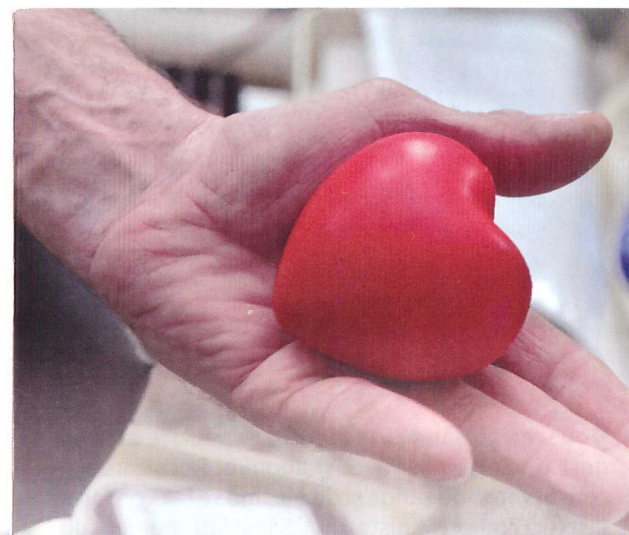
Beneficiile donării de sânge

1. Beneficiați de un set de analize gratuite: RH; grupa sangvină; hepatita B, C; HIV (SIDA); HTLV (leucemie); VDRL (sifilis); ALT (probe hepatice);
2. Posibilitatea efectuării ulterioare și a altor analize gratuite (hemoleucograma, glicemie, transaminaze);
3. Adevărată pentru obținerea unei reduceri de 50% pentru transportul în comun, pe o perioadă de 30 de zile;
4. 1 zi liberă (în cazul angajaților cu carte de muncă);
5. 7 bonuri de masă în valoare de aproximativ de 65 lei.



Știați că?

Ziua de 14 iunie este Ziua Internațională a Donatorilor de Sânge. Această dată a fost aleasă de Organizația Mondială a Sănătății pentru a celebra activitatea imunologului Karl Landsteiner, laureat al premiului Nobel pentru medicină în 1930, pentru descoperirea grupelor sanguine.



Dăruiește o picătură din miracolul vieții unui OM.

Donează sânge!

„Viața este un dar pe care îl merităm numai atunci când îl dăruim.”

Rabindranath Tagore

Pliantul a fost elaborat de Asociația pentru Reabilitarea și Modernizarea Spitalului Județean de Urgență Zalău ARMS și Spitalul Județean de Urgență Zalău, sub coordonarea Centrului de Transfuzie Sanguină Sălaj.





Donarea de sânge în scopuri terapeutice este un gest umanitar, benevol și anonim. Recoltarea și conservarea de sânge și de plasmă se fac conform instrucțiunilor Ministerului Sănătății, numai sub supraveghere și responsabilitate medicală.

„În anul 2012, în România doar 1,7% din populație donează sânge, comparativ cu 10% în Danemarca, 9% în Anglia, 8% în Olanda, 6% în Germania, sau 4% în Ungaria. Astfel, în țara noastră se înregistrează un deficit major de sânge, donatorii asigurând doar 65% din totalul necesar.”

(sursa informației: Wikipedia)

5 motive pentru care să donați sânge

1. La fiecare 3 secunde cineva are nevoie de sânge;
2. Sângele donat de o persoană, descompus în mai multe componente, poate salva trei vieți;
3. Majoritatea oamenilor au suficient sânge pe care îl pot dona, însă niciodată nu există stocuri suficiente pentru ai ajuta pe toți cei care, la un moment dat, au nevoie de sânge;
4. Donarea de sânge este o procedură sigură și benefică pentru sănătate;
5. 450 ml de sânge reprezintă o cantitate mică, care poate fi înlocuită cu ușurință.

Cine poate dona sânge

Ca să puteți dona sânge trebuie să îndepliniți următoarele condiții:

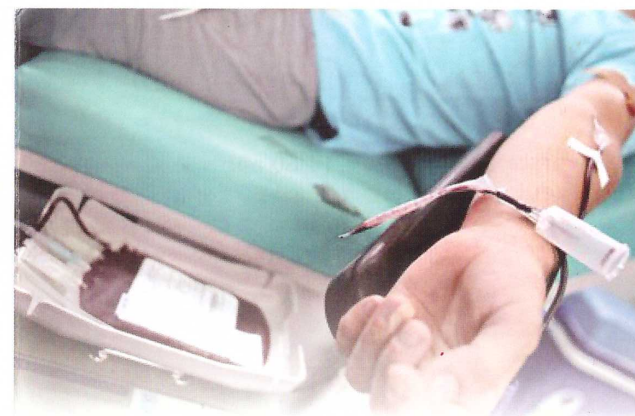
1. **Vârsta** cuprinsă între **18-60 ani**;
2. **Greutate** corporală minimă **50 kg**;
3. Tensiunea arterială: maximă să nu depășească 160 mmHg, iar minimă 100 mmHg;
4. Valoarea hemoglobinei să nu fie sub pragul de 125g/l pentru femei și 135 pentru bărbați;
5. Să nu prezentați afecțiuni cronice și intercurrente recente (exemplu: viroze respiratorii);
6. **Intervalul de timp** între doua donări de sânge nu poate fi mai mic de **60 zile**.

Cine nu poate dona sânge

Permanent, persoanele care suferă de:

1. **afecțiuni cardiovasculare**: hipertensiunea arterială cronică în tratament, angina pectorală, tulburări de ritm;
2. **afecțiuni ale sistemului nervos central**: traumatisme craniene cu sechele; schizofrenie; epilepsie; Parkinson;
3. **afecțiuni digestive**: hepatită cronică; ciroză hepatică; pancreatită; splenectomie netraumatică;
4. **afecțiuni hematologice și endocrine**: leucemii; diabet zaharat; hiperlipidemie;
5. **afecțiuni respiratorii**: tuberculoză, astm bronșic;
6. **boli dermatologice**: alergii severe; lupus eritematos diseminat și alte colagenoze; psoriazis generalizat;
7. **alte**: cancer; etilism cronic; persoanele pensionate medical, indiferent de diagnosticul de pensionare.

Temporar, persoanele care suferă de: boli infecțioase (gripă, infecții bacteriene); anemie; examinare endoscopică; intervenții chirurgicale; tatuaje; contact apropiat cu persoane cu hepatită; HIV; vaccinări; sarcină; alăptare; tratamente dentare; consum de alcool în ultimele 48 de ore.



Unde puteți dona sânge

La sediul Centrului de Transfuzie Sanguină Sălaj, situat pe strada Simion Bărnuțiu nr. 91.

Programul de recoltare:

Luni - Vineri: 07.30 - 12.30

Pentru centrele de transfuzie sanguină din țară accesați: www.donezasange.ro

Ce trebuie să faceți înainte de a dona sânge

1. Să vă asigurați că aveți asupra dumneavoastră un act de identitate în original;
2. Să fiți odihniți și bine hidratați;
3. Să consumați un mic dejun lejer constând din ceai, 1 felie de pâine prăjită sau 3-4 biscuiți;
4. Să nu fumați și să nu consumați alcool, grăsimi, dulciuri concentrate;
5. Să nu consumați medicamente;
6. Să aveți o stare bună de sănătate fizică și mentală și o igienă personală corespunzătoare.

