



Regionalne Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Rzeszowie

Zostań Honorowym Dawcą Krwi

JEŻELI CHCESZ HONOROWO ODDAĆ KREW MUSISZ SPEŁNIAĆ NASTĘPUJĄCE WARUNKI:

- wiek 18-65 lat, zachowane proporcje wagi do wzrostu (nie mniej niż 50 kg)
- posiadać ważny dokument tożsamości z numerem PESEL (dowód osobisty, prawo jazdy, paszport)
- być po lekkostrawnym posiłku
- czuć się zdrowo



JAK CZĘSTO MOŻESZ ODDAĆ KREW:

- krew pełną **MĘŻCZYŻNA** co 8 tyg. nie częściej niż 6 razy w roku
KOBIETA co 8 tyg. nie częściej niż 4 razy na rok
- osocze – co 2 tygodnie, zalecamy co 3 tyg.
- płytki – co 4 tyg.
- krew pełną po płytkach – 4 tyg.
- płytki i osocze po krwi pełnej – 4 tyg.



WSTRZYMAJ SIĘ OD ODDAWANIA KRWI DZISIAJ NA CZAS OKREŚLONY JEŻELI:

- Nastąpiło przerwanie ciągłości tkanek (tataż, kolczyki, akupunktura) – 6 miesięcy
- Poddałeś się zabiegowi biopsji, gastro-, kolono-, laparo-, artroskopii – 6 miesięcy
- Przebywałeś w zakładzie karnym, areszcie - 6 mies. od zakończenia pobytu
- Miałeś transfuzję krwi – 6 mies.
- Jesteś w trakcie miesiączki i 3 dni po
- Usunąłeś zęba – 7 dni
- Zażywałeś antybiotyki - 2 tyg. od zakończenia i całkowitego wyleczenia
- Byłeś szczepiony (od 48h do 1 mies. – zapytaj lekarza)
- Cierpisz na zmiany skórne - do czasu postawienia diagnozy
- W okresie ciąży i 6 mies. po porodzie oraz w okresie karmienia
- Chorowałeś na gruźlicę – od wyleczenia na 2 lata
- Miałeś ryzykowne zachowanie – czytaj niżej



KRWI NIE BĘDZIESZ MÓGŁ ODDAĆ NA STAŁE Z POWODU:

- **Chorób układu krążenia** (miażdżyca, zawał serca, niewydolność krążenia, arytmia, wady serca)
- **Stanu po udarze mózgu**
- **Przewlekłych chorób ukł. pokarmowego, oddechowego (np. astma) moczowego, nerwowego, psychicznych i OUN**
- **Chorób metabolicznych** np. cukrzyca
- **Chorób ukł. endokrynnego** np. tarczycy, nadnerczy
- **Chorób układowych** np. kolagenozy
- **Nowotworów**
- **HIV, AIDS, WZW B i C, kiły,**
- **promienicy, tularemii**
- **Lekozależności, alkoholizmu, narkomanii, prostytutki**
- **Powtarzających się wyników zbyt niskiego stężenia hemoglobiny we krwi**
- **Pobytu 6 mies. i dłużej w Wielkiej Brytanii i Irlandii, Francji w czasie 01.01.1980-31.12.1996** lub przeprowadzonej tam transfuzji krwi po 1980 r.



ZAPYTAJ LEKARZA JEŻELI:

- Byłeś na wycieczkach zagranicznych
- Masz wątpliwości do swojego stanu zdrowia
- Zażywasz jakiegokolwiek leki



RYZYKOWNE ZACHOWANIA:

- Wcześniej lub aktualnie stosowane narkotyki w postaci zastrzyków
- Kontakty z osobami stosującymi narkotyki w postaci zastrzyków
- Kontakty seksualne z wieloma partnerami/partnerkami
- Kontakty seksualne z partnerem/partnerką, których znasz od niedawna
- Kontakty seksualne w celu zarobkowym
- Kontakty seksualne z osobami, u których testy w kierunku HIV (AIDS), kiły lub żółtaczkę zakaźnej B lub C wypadły dodatnio
- używanie przedmiotów higieny osobistej osoby zakażonej: maszynek do golenia, cążek, nożyczek, szczoteczki do zębów i innych przedmiotów, na których może się znajdować krew lub płyny ustrojowe chorego, a które mogą doprowadzić do przerwania ciągłości skóry lub błon śluzowych

PRZYWILEJE HONOROWEGO DAWCY KRWI:

- ustawowo ważne zwolnienie z pracy/szkoły w dniu oddania krwi,
- zwolnienie na czas okresowego badania lekarskiego dawców krwi jeżeli nie zostanie zakwalifikowany do oddania krwi,
- ekwiwalent kaloryczny o równowartości 4500 kcal (czekolady),
- legitymacja Honorowego Dawcy Krwi,
- odliczenie od dochodu w zeznaniu rocznym PIT,
- karta identyfikacyjna grupy krwi – możliwość uzyskania po drugiej donacji
- każdy krwiodawca może uzyskać po kilku dniach informacje o wynikach swoich badań (grupa krwi, badań wirusologicznych),



PRZYWILEJE ZASŁUŻONEGO HONOROWEGO DAWCY KRWI

Tytuł i legitymacje Zasłużonego Honorowego Dawcy Krwi otrzymuje: Mężczyzna po 6/12/18 l oddanej krwi
Kobieta po 5/10/15 l oddanej krwi

- jw
- Legitymacja Zasłużonego Honorowego Dawcy Krwi wydawana przez najbliższy zamieszkania Oddział Rejonowy PCK
- Możliwość korzystania ze świadczeń w placówkach medycznych, aptekach poza kolejnością
- Zniżki na określone wg listy leki
- W zależności od rozporządzenia władz danego miasta możliwe są np. bezpłatne lub ulgowe przejazdy środkiem komunikacji miejskiej

Nazwa placówki	Adres i godziny pracy poniedziałek - piątek
Regionalne Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Rzeszowie	35-310 Rzeszów ul. Wierzbowa 14 tel. sekret. (17) 86-720-30 godziny pracy 7.00-14.35; godziny rejestracji dawców 7.00-13.35, w środy 7.00-17.00 Rejestracja Dawców tel.(17) 86-720-33 Dział Ekspedycji Krwi i Jej Składników tel. (17) 86- 720-31
Terenowy Oddział w Dębicy	39-200 Dębica ul. Krakowska 91 tel. (0-14) 670-07-81; godziny pracy 7.00-13.35; godziny rejestracji dawców 7.00-11.00
Terenowy Oddział w Jaśle	38-200 Jasło ul. Lwowska 22 tel. (0-13) 445-84-68; godziny pracy 7.00-13.35; godziny rejestracji dawców 7.00-11.30
Terenowy Oddział w Krośnie	38-400 Krosno ul. Korczyńska 57 tel. (0-13) 420-10-50; godziny pracy 7.00-14.35; godziny rejestracji dawców 7.00-12.00
Terenowy Oddział w Leżajsku	37-300 Leżajsk ul. Leśna 22 tel. (0-17) 242-03-07; godziny pracy 7.00-13.35; godziny rejestracji dawców 7.00-10.30
Terenowy Oddział w Mielcu	39-300 Mielec ul. Żeromskiego 17 tel. (0-17) 583-69-52; godziny pracy 7.00-13.35; godziny rejestracji dawców 7.00-11.30
Terenowy Oddział w Przemyślu	37-700 Przemyśl ul. Monte Cassino 18 tel. (0-16) 670-36-56; godziny pracy 7.00-14.35; godziny rejestracji dawców 7.00-12.00
Terenowy Oddział w Sanoku	38-500 Sanok ul. Konarskiego 24 tel. (0-13) 464-33-53; godziny pracy 7.00-14.35; godziny rejestracji dawców 7.00-11.30
Terenowy Oddział w Stalowej Woli	37-450 Stalowa Wola ul. Staszica 4 tel. (0-15) 842-14-55; godziny pracy 7.00-14.35; godziny rejestracji dawców 7.00-12.30
Ekipowy pobór krwi w Tarnobrzegu	39-400 Tarnobrzeg ul. 1 Maja 1; Przychodnia Specjalistyczna. Dawcy przyjmowani są w pierwszy i ostatni piątek miesiąca oraz trzeci poniedziałek miesiąca od godziny 9.00-12.00