



ГОРОДСКАЯ СТАНЦИЯ
ПЕРЕЛИВАНИЯ КРОВИ
Санкт-Петербург

НАЦИОНАЛЬНЫЙ
**ДЕНЬ
ДОНОРА**

ядонорспб.рф



20

АПРЕЛЯ



20 апреля 1832 года петербургский акушер Андрей Вольф впервые в отечественной практике успешно перелил роженице с акушерским кровотечением кровь ее мужа и тем самым спас ей жизнь.

Праздник был учрежден 20 февраля 2007 года.



103 360

безвозмездных донаций осуществили доноры в Санкт-Петербурге в 2022 году. Доноры мужчины оставляют 55%, доноры женщины – 45%. Средний возраст доноров – 33 года.



18360

жителей Санкт-Петербурга
осуществили более 40 донаций
крови и имеют звание "Почётный
донор России"

4350

жителей Санкт-Петербурга
осуществили более 20 донаций
крови и имеют звание
"Почётный донор
Санкт-Петербурга"





Стать донором может практически любой здоровый человек, если он старше 18 лет, не имеет противопоказаний к донорству, а его вес больше 50 кг.

Есть ряд противопоказаний к донорству: постоянных, то есть независящих от давности заболевания и результатов лечения, и временных — действующих лишь определенный срок.





327

выездных дней донора состоялось в 2022 году в Санкт-Петербурге. Корпоративное донорство в нашем городе активно развивается, и в последние годы всё больше компаний и предприятий проводят дни донора в трудовых коллективах в выездном формате.



Безвозмездные доноры крови получают меры социальной поддержки в виде выплаты на питание и справку на дни отдыха.



Мужчины могут сдавать кровь не более 5 раз в год, женщины — не более 4.





РЕКОМЕНДАЦИИ ДО И ПОСЛЕ ДОНАЦИИ

ДО

ЕДА

- Жирная, жареная, острая и копченая пища
- Колбасные изделия
- Молочные, рыбные и молочные продукты
- Жир и масло (в кулинарных целях)
- Шоколад, орехи и финики

- Сладкий чай с вареньем
- Соки, морсы, компоты
- Минеральная вода
- Хлеб, сухари, сухих
- Отварные крупы
- Макароны на воде без масла
- Овощи и фрукты (кроме бананов)

УТРОМ НУЖНО ЛЕГКО ПОЗАВТРАКАТЬ, А НЕПОСРЕДСТВЕННО ПЕРЕД ПРОЦЕДУРОЙ ДОНОРУ ПОЛОЖЕН СЛАДКИЙ ЧАЙ

ЗАПРЕЩЕНЫ ПЕРЕД СДАЧЕЙ:



НЕ СДАВАЙТЕ КРОВЬ:

После ночной однократной или просто бессонной ночи, перед экзаменами, соревнованиями, сдачей проекта

ПРИ СЕБЕ ИМЕТЬ:

Средства личной гигиены, удостоверение личности (военный билет), временное удостоверение личности (тражданства РФ, формы №25, паспорт-матрица)

ПОСЛЕ



ПОСИДИТЕ РАССЛАБЛЕННО
ЕСЛИ ВЫ ЧУВСТВУЕТЕ ГОЛОВОКРУЖЕНИЕ ИЛИ СЛАБОСТЬ, ОБРАТИТЕСЬ К ПЕРСОНАЛУ

ВОЗДЕРЖИТЕСЬ ОТ КУРЕНИЯ В ТЕЧЕНИЕ ЧАСА

НЕ СНИМАЙТЕ ПОВЯЗКУ

3-4 часа



ТРАНСПОРТ

ОГРАНИЧЕНИЯ ПОСЛЕ ДОНАЦИИ:



ЧЕРЕЗ 2 ЧАСА



ОТКАЗАНЫ

1 ДЕНЬ

НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ ЗНАЧИТЕЛЬНЫМИ ФИЗИЧЕСКИМИ НАГРУЖКАМИ, ВОЗДЕРЖИТЕСЬ ОТ УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ

2 ДНЯ

СТАВАЙТЕСЬ ОВАРИИ И РЕГУЛЯРНО ПРИНИМАЙТЕ УПОТРЕБЛЯЙТЕ ПОВЫШЕННОЕ КОЛИЧЕСТВО ЖИВОСТИ

ПРИВИБКИ 10 ДНЕЙ
НЕ РАНЬЕ ЧЕМ ЧЕРЕЗ

КАК ЧАСТО МОЖНО СДАВАТЬ КРОВЬ?

МУЖЧИНЫ



5 РАЗ В ГОД

ЖЕНЩИНЫ



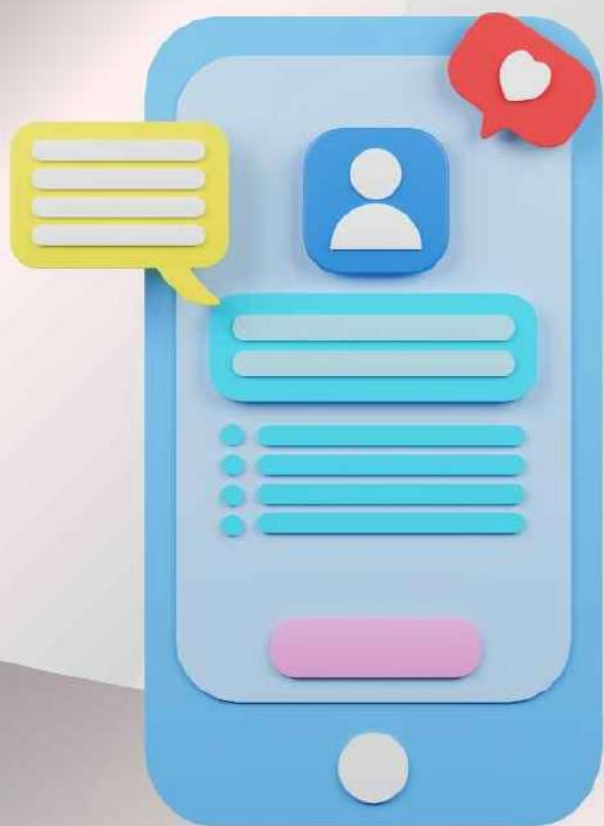
4 РАЗА В ГОД

МИНИМАЛЬНЫЕ ИНТЕРВАЛЫ МЕЖДУ РАЗЛИЧНЫМИ ВИДАМИ ДОНОРСТВА (В ДНЯХ):

ВИДЫ ДОНОРСТВА	ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНЫЕ					
	КРОВЬ	УПОТРЕБЛЯЮТ (1 ДОНОР)	ИНТЕРВЕНЦИОННО (1 ДОНОР)	ПЛАЗМА	ТРОМБОЦИТЫ	ПЛАЗМОЦИТЫ
КРОВЬ	60	90	60	30	10	30
УПОТРЕБЛЯЮТ (1 ДОНОР)	60	90	90	30	10	30
ИНТЕРВЕНЦИОННО (1 ДОНОР)	120	90	120	90	60	60
ПЛАЗМА	14	14	14	14	14	14
ТРОМБОЦИТЫ	14	14	14	14	14	14
ПЛАЗМОЦИТЫ	30	30	30	30	10	30

На сайте ядонорспб.рф
каждый желающий сможет
найти актуальную
информацию о донорстве
крови в Санкт-Петербурге





Задать свой вопрос
о донорстве крови можно
специалистам Городской
станции переливания
крови через мессенджеры
и социальные сети

ВКонтакте

vk.com/yadonorspb

Telegram

t.me/yadonorspb



+7 905 225 55 50





СПАСИБО,
ДОНОР!