



## Реальная история Почётного донора России

**Обориной Светлане Титовне** сегодня 79 лет и она уже не сдаёт кровь. Родилась Светлана в самом начале Великой отечественной, в детстве — неизбежные гипотрофия и рахит, смогла догнать весо-ростовую норму в послевоенные годы. Из болезней — частые простудные заболевания, хронический гайморит. О том, что имеет редкую группу В (III) Rh (-) отрицательный, она узнала в первый раз, когда ей потребовалось переливание крови. Вторые роды завершились заменным переливанием крови новорождённой дочери из-за резус-фактора.

После этого, так сложилось, — с 28 лет она стала регулярным донором. Сначала сдавала просто кровь и просто плазму.

Мотивацией для иммунизации стало рождение первого внука, — тогда в родильных домах бушевал стафилококк, погибали новорождённые. Из гипериммунной плазмы Светланы производили гамма-глобулин против патогенного стафилококка, — младенцы тогда (сегодня им 32–36 лет) были спасены благодаря таким как она.

И вдруг она стала замечать: не только гайморит давно не обострялся, но и вообще простудных заболеваний не стало. Вот совсем. Все вокруг болеют, а она нет. Эпидемия гриппа, весь отдел на больничном, а она за всех работает. Приятное «побочное действие» к добродушному делу, — не правда ли?

Учёт «литров жизни» был начат не сразу, учитывались только безвозмездно сданные дозы, — но даже по трём официальным книжкам донора за 1969–1991 годы получается 27 литров; сама Светлана считает, что сдала крови более собственного веса...

Признание этого «тихого подвига» ей регулярно под Новый год приходит сумма, которую она, привыкшая при Союзе к «тринадцатой зарплате», — называет «тринадцатая пенсия».

Пожелаем Светлане Титовне доброго здоровья, долгих лет жизни, любви близких! Лучшей благодарностью спасённых её кровью людей будет продолжение ими дела донорства.



## ИЗ КАПЕЛЬ КРОВИ — ЛИТРЫ ЖИЗНИ

### ДОНОРСТВО

— Это «тихий подвиг» во имя других;

— От латинского **DONARE = ДАРИТЬ, ЖЕРТВОВАТЬ**;

— Донор крови и (или) ее компонентов — лицо, добровольно прошедшее медицинское обследование и добровольно сдающее кровь и (или) ее компоненты в пользу больного.

Кровь — быстро восстанавливающаяся ткань организма.

### Филиалы в Свердловской области:

г. Екатеринбург, ул. П. Тольятти, д. 8  
+7 (343) 212-90-44

г. Первоуральск, ул. Медиков, д. 10  
+7 (3439) 66-77-37

г. Н. Тагил, ул. Циолковского, д. 23  
+7 (3435) 47-80-72

г. К.-Уральский, ул. Лечебная, д. 7  
+7 (3439) 35-09-61

г. Краснотурьинск, ул. Фурманова, д. 3  
+7 (34384) 3-32-94

## ДОНОРСТВО — дело всего общества

*Донор не знает, — кому и когда достанется частичка его тела и души.*

*Реципиент (принимающий кровь) может при желании узнать своего спасителя. Иногда это происходит.*

Прямое переливание крови, непосредственно от донора больному, в настоящее время не используется. Кроме этого, полностью запрещено переливание донорской крови и её компонентов, не исследованных на ВИЧ, гепатиты В, С и сифилис. Сейчас компоненты крови подлежат замораживанию и используются после карантина.

Донорская кровь крайне необходима больным анемией, гемофилией, после кровопотери в родах, при онкологии, травмах, ожогах, авариях, катастрофах.

В любую минуту кровь может понадобиться тебе самому или твоим близким.

*Сухая статистика:*

— *Каждый третий на Земле хотя бы один раз нуждался в переливании крови;*

— *Для обеспечения кровью нуждающихся необходимы регулярные доноры, всего 4 % из всех людей, — всего 40 из 1000 человек, — не так уж и много.*



## ПОДГОТОВКА

за **72 часа**  
не принимайте  
лекарства:  
аспирин, другие  
антикоагулянты,  
анальгетики



за **48 часов**  
воздержитесь от  
любого алкоголя



### НЕЛЬЗЯ



- мясные, колбасные продукты
- молочные продукты, яйца
- птицу, рыбу, печень, морепродукты
- масло сливочное, растительное
- жирные, копченые, острые продукты
- шоколад, орехи, бананы

### МОЖНО



- сок, компот, сладкий чай, минеральная вода
- телятина, ягненок, язык
- крупы, макароны на воде
- овощи, фрукты
- сухари

### УТРОМ в день донации ОБЯЗАТЕЛЬНО ПОЗАВТРАКАЙТЕ



сладкий  
чай



каша  
на воде



сушки  
и сухари



бутерброд  
с вареньем

**НЕ КУРИТЬ  
ЗА 1 ЧАС  
ДО СДАЧИ КРОВИ**



## ЭТАПЫ КРОВОДАЧИ



**Регистратура**  
предъявляется паспорт  
гражданина РФ



**Анализ крови**  
из пальца



**Медицинский  
осмотр**



**Буфет**  
донору необходимо  
выпить стакан сладкого  
теплого чая



**Донация:**  
крови - 15 минут  
плазмы - 40 минут  
тромбоцитов - 90 минут



**Выдача справки**  
право на 2 дня отдыха,  
бесплатный обед или  
компенсацию

## ПОСЛЕ КРОВОДАЧИ



**15 минут**  
спокойно посиди



**1 час**  
воздержитесь  
от курения



**2 часа**  
воздержитесь от вождения  
транспортных средств



**4 часа**  
не снимайте,  
не мочите  
повязку



**24 часа**  
избегайте  
физических  
нагрузок,  
не употребляйте  
алкоголь



**48 часов**  
хорошо питайтесь  
и употребляйте  
жидкость