

# INFORMACIJA KRAUJO DONORAMS



NACIONALINIS  
KRAUJO  
CENTRAS

# APIE NACIONALINĮ KRAUJO CENTRĄ



NACIONALINIS  
KRAUJO  
CENTRAS

Nacionalinio kraujo centro vizija – tapti kraujo centru, ruošiančiu maksimaliai saugų kraują, jo komponentus ir preparatus iš neatlygintinų kraujo donorų bei atitinkančius Europos Sąjungos kokybės standartus. Nacionalinis kraujo centras visada buvo ir bus patikimas gydymo įstaigų partneris.

Svarbiausias mūsų visų tikslas – išsaugoti žmogaus gyvybę ir sveikatą.

## VILNIUJE:

ŽOLYNO G. 34

I–V 9.00–17.00 VAL.

PC CUP, UPĖS G. 9

I–V 11.00–19.00 val.

VI 11.00–18.00 val.

VII 12.00–16.00 val.

Pietų pertrauka 14:30–15 val.

## KLAIPĖDOJE

NAIKUPĖS G. 28

I 10.00–18.00 val.

II–III 10.00–20.00 val.

IV 8.00–16.00 val.

V 8.00–15.00 val.

## KAUNE:

VYTAUTO PR. 13

I–V 11.00–19.00 VAL.

VI 11–15 val.

Pietų pertrauka (I–V) 14:30–15 val.

## ŠIAULIUOSE:

S. DAUKANTO G. 90

I 08.00–19.00 VAL.

II–III 08.00–15.00 val.

VI 08.00–19.00 val.

V 08.00–15.00 val.

## PANEVĖŽYJE:

NEMUNO G. 75

I–VI 08.00–19.00 val.

Pietų pertrauka (I–V) 14:00–14:30 val.

# KAS GALI TAPTI KRAUJO DONORU?

- Kraujo donorais gali būti sveiki asmenys nuo 18 iki 65\* metų amžiaus
- Žmogaus kūno masė turi būti ne mažesnė nei 50 kilogramų.
- Visa informacija apie donorą, jo sveikatą, kraujo tyrimo rezultatus yra konfidenciali, viešai neskelbiama ir teikiama tik asmeniškai pačiam donorui, pateikus asmens tapatybę patvirtinantį dokumentą.
- Donoras bet kuriuo metu turi teisę persigalvoti, atsisakyti arba nutraukti donorystę.

\*neprikaištingos sveikatos nuolatiniai kraujo donorai turi galimybę duoti kraujo ir sulaukę 65 metų amžiaus

## KOKIUS DOKUMENTUS PRIVALO TURĖTI KRAUJO DONORU NORINTIS TAPTI ŽMOGUS?

Žmogus, norintis duoti kraujo, privalo turėti asmens tapatybę patvirtinantį dokumentą, kuriame yra asmens kodas ir nuotrauka – asmens tapatybės kortelę, pasą, vairuotojo ar studento pažymėjimą.



# KRAUJO KELIAS

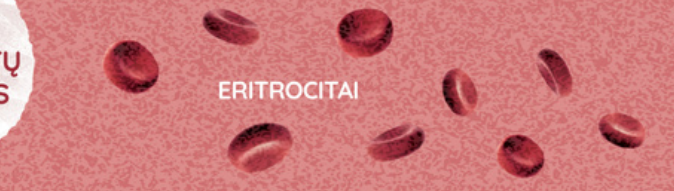


**KRAUJO  
IŠTYRIMAS**

**KRAUJO  
KOMPONENTŲ  
ATSKYRIMAS**



**KRAUJO PLAZMA**



**ERITROCITAI**



**TROMBOCITAI**

Vaistų  
gamyba



Komplikuoti  
gydymai

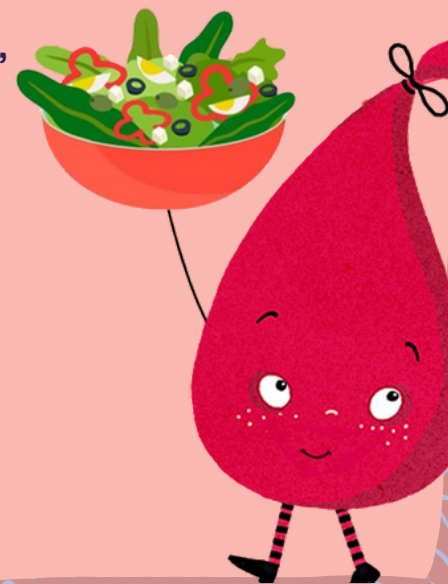
Traumos



Onkologiniai  
ir kiti susirgimai

# KAIP PASIRENGTI KRAUJO DONORYSTEI?

- Prieš duodamas kraujo donoras privalo būti pailsėjęs, pavalgęs. Negalima kraujo duoti nevalgius, nes tai gali sukelti silpnumą.
- Dieną prieš duodant kraujo siūloma nevalgyti labai riebaus, aštraus maisto ir būtina gerti daugiau nei įprasta skysčių: mineralinio vandens, sulčių, arbatos. Geriausiai tinka negazuoti gėrimai.
- Taip pat bent pora valandų prieš kraujo donaciją nereikėtų rūkyti.



## KAIP ĮVERTINAMA BŪSIMOJO KRAUJO DONORO SVEIKATOS BŪKLĖ?

Kiekvieną kartą duodamas kraujo, žmogus užpildo donoro apklausos anketą. Pabendraurus su gydytoju gali išaiškėti sveikatos sutrikimai, kurie svarbūs ir donorui, ir ligoniui, kuriam bus perpilamas kraujas. Gydytojas patikrina bendrą donoro sveikatos būklę. Kraujo donoru leidžiama tapti tik po šios apžiūros, gydytojui patvirtinus.

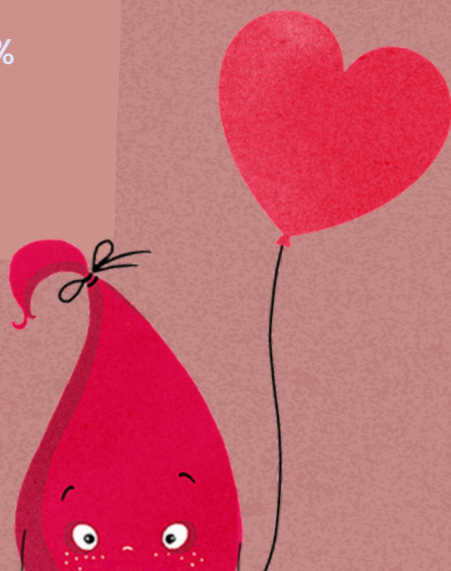
### FAKTAS. MANOMA, KAD EUROPIEČIŲ ABO SISTEMOS KRAUJO GRUPIŲ PROPORCIJOS BEVEIK TOKIOS PAT:

- O (I) kraujo grupę turi 33,5 %
- A (II) – 37,8 %
- B(III) – 20,5 %
- AB(IV) – 8,1 %

## AR GALI KRAUJO DONORYSTĖ BŪTI SUSTABDYTA AR LAIKINAI ATIDĖTA?

Dėl įvairių organizmo sutrikimų, gydymo ar ligų kraujo donorystė gali būti laikinai atidėta.

- Dvi savaites kraujo negalima duoti po karščiavimo (aukštos temperatūros), po gripo ar kitos virusinės ligos simptomų išnykimo dienos.
- Šešis mėnesius negalima kraujo duoti po tatuiravimo arba auskarų vėrimo į kūną, sunkios chirurginės operacijos, endoskopinio tyrimo, akupunktūros (išskyrus atvejus, kai ją atlieka kvalifikuotas medikas),
- Po kraujo patekimo ant gleivinės arba sužeidimo adata, kraujo sudėtinių dalių perpylimo.
- Taip pat nerekomenduojama moterims duoti kraujo mėnesinių metu.



# KAS NEGALI TAPTI KRAUJO DONORU?

- Kraujo donorais negali būti asmenys, sergantys cukriniu diabetu (vartojantys insuliną), tuberkulioze\*, piktybinėmis ir infekcinėmis ligomis, taip pat sunkiomis širdies ir kraujagyslių ligomis, centrinės nervų sistemos ligomis, linę nenormaliai kraujuoti, daugelį kartų nualpę ar patiriantys konvulsijas žmonės, sergantieji sunkiomis skrandžio, žarnyno, šlapimo, kvėpavimo ir kitų sistemų ligomis.
- Kraujo donorais negali būti rizikos grupei priklausantys asmenys: užsiimantys prostitucija, intraveninių narkotikų vartotojai ir seksualinių santykių su žmonėmis, priklausančiais bet kuriai rizikos grupei, turintys asmenys.

\*galima duoti kraujo praėjus 2 metams po patvirtinto visiško pasveikimo

**KIEKVIENĄ KARTĄ DAVUS KRAUJO,  
JIS TIRIAMAS SIEKIANT  
NUSTATYTI, AR PACIENTAS  
NESERGA:**

- Virusiniu hepatitu A
- Virusiniu hepatitu B,
- Virusiniu hepatitu C,
- ŽIV,
- Sifiliu,
- Parvoviruso B19 infekcija.



Žmogus, duodamas kraujo, negali užsikrėsti, nes visos medicinos priemonės – nuo adatėlės, kuria duriama į pirštą, iki kraujo surinkimo sistemos – yra sterilios ir vienkartinės. Dūrio vieta taip pat labai kruopščiai dezinfekuojama.

Kraują duoti saugu ir pačiame kraujo centre, ir miestų aikštėse įrengtose specialiose palapinėse, kuomet vyksta kraujo donorystės akcijos, šventės.



## KIEK KARTŲ PER METUS GALIMA DUOTI KRAUJO?

Moterims per metus leidžiama duoti kraujo keturis kartus, vyrams – šešis. Pertraukos tarp kraujo davimo privalo būti ne trumpesnės kaip 60 dienų.

## KIEK LAIKO TRUNKA PAIMTI KRAUJO?

Kraujo davimo procedūra (kraujo paėmimas iš venos) trunka nuo 6 iki 15 minučių. Standartinė fiziologinė donoro kraujo davimo dozė – 450 mililitrų. Dar apie 15–20 mililitrų kraujo imama tyrimams.

## KOKIE TYRIMAI ATLIEKAMI KRAUJO DONORAMS?

Prieš duodant kraujo nustatoma:

- ABO kraujo grupė,
- rezus D antigenas,
- Kell sistemos K antigenas,
- hemoglobino kiekis kraujyje.



# KAIP ELGTIS DAVUS KRAUJO?

- **Saugokite tvarstį.**

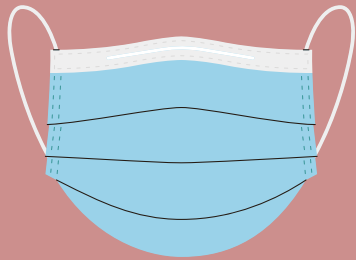
Davus kraujo venos dūrio vietoje uždedamas sterilus spaudžiamasis tvarstis, kurio 2 valandas negalima drėkinti ir nuimti. Šį laiką patariama rankos nelankstyti, kad nesusidarytų mėlynė. Jei per tvarstį persisunkė kraujas, kreipkitės į kraujo centro darbuotoją. Jei taip nutiko jau išvykus iš kraujo centro – stipriai užspauskite dūrio vietą ir taip ją palaikykite 10 – 15 min.

- **Tausokite savo jėgas.**

Kraujo davęs donoras turi pailsėti nuo 10 iki 15 minučių, ramiai pasėdėti, išgerti skysčių. Bent kelias valandas patariama nerūkyti. Labai retai, dėl jaudulio prieš procedūrą, adatos dūrio baimės, nepailsėjus ar nepavalgius, kraujo davimo metu ar po procedūros gali svaigti galva, išpilti prakaitas ar pasidaryti silpna. Kraujo davimo dieną patariama nesportuoti, nedirbti fizinio darbo. Davus kraujo rekomenduojama daugiau nei įprastai vartoti skysčių, valgyti lengvą maistą, nepatariama gerti stipraus alkoholio.

# DONORYSTĖ IR COVID-19

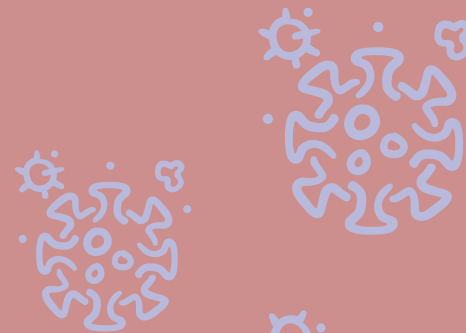
COVID-19 liga persirgę asmenys gali būti kraujo donorais. Tačiau turi praėti 14 dienų po patvirtinto pasveikimo nuo COVID-19 ligos (asmuo laikomas pasveikęs jį gydančio gydytojo sprendimu, tačiau ne anksčiau nei jam gali būti nutraukiama izoliacija), kad būtų galima duoti kraujo.



## AR GALIMA DUOTI KRAUJO PASISKIEPIJUS NUO COVID-19

Taip, galima.

Kraujo donorystės po šio skiepo atidėti nereikia, jeigu asmuo yra sveikas. Jei po vakcinacijos pasireikštų nepageidaujamos reakcijos, tokios kaip karščiavimas, dūrio vietos paraudimas, patinimas, sutrikdantis rankos funkcijas (uždegimo požymiai), tuomet rekomenduojama susilaikyti nuo donorystės, kol šie uždegimo požymiai išnyks.



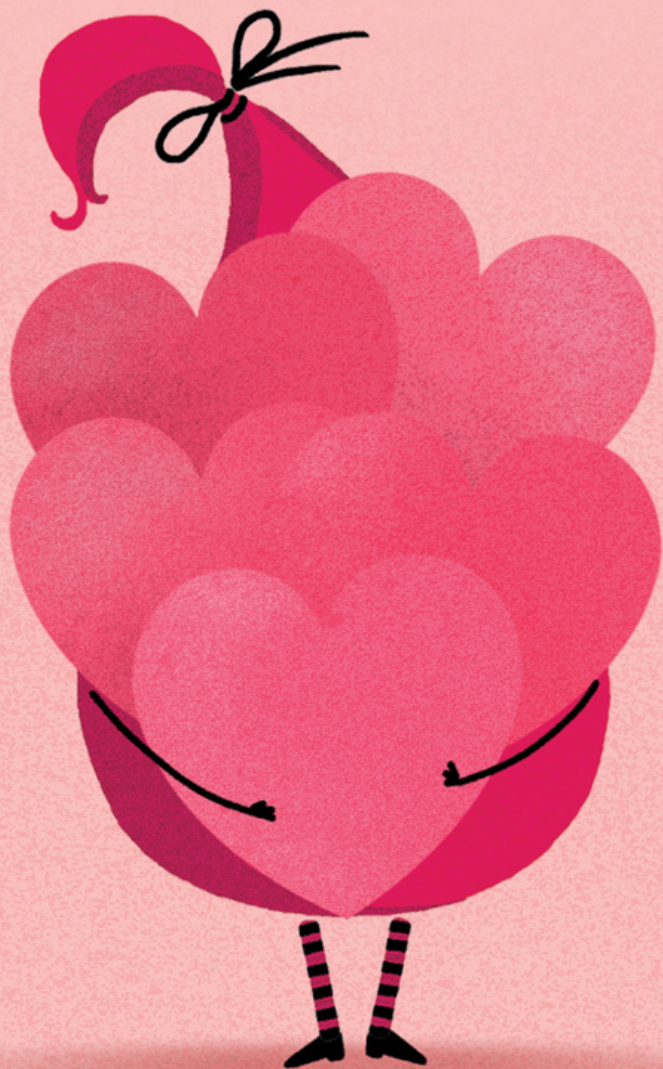
# JEIGU PAJUTOTE SILPNUMĄ

Jei pasidarė silpna išėjus iš kraujo centro – napanikuokite, nedelsdami atsisėskite, nuleiskite galvą žemyn. Jei yra galimybė, atsigulkite, kojas pakelkite aukščiau galvos.

Paprastai savijauta pagerėja labai greitai. Jaučiate sumažėjusi kraujospūdį? Išgerkite saldžios arbatos, vandens, sulčių, suvalgykit saldainį, gabalėlį šokolado – padidės nukritęs cukraus kiekis kraujyje, silpnumas palaipsniui išnyks. Jeigu šios priemonės nepadeda, kreipkitės į medikus



# JŪS ESATE HEROJAI!



NACIONALINIS  
KRAUJO  
CENTRAS