



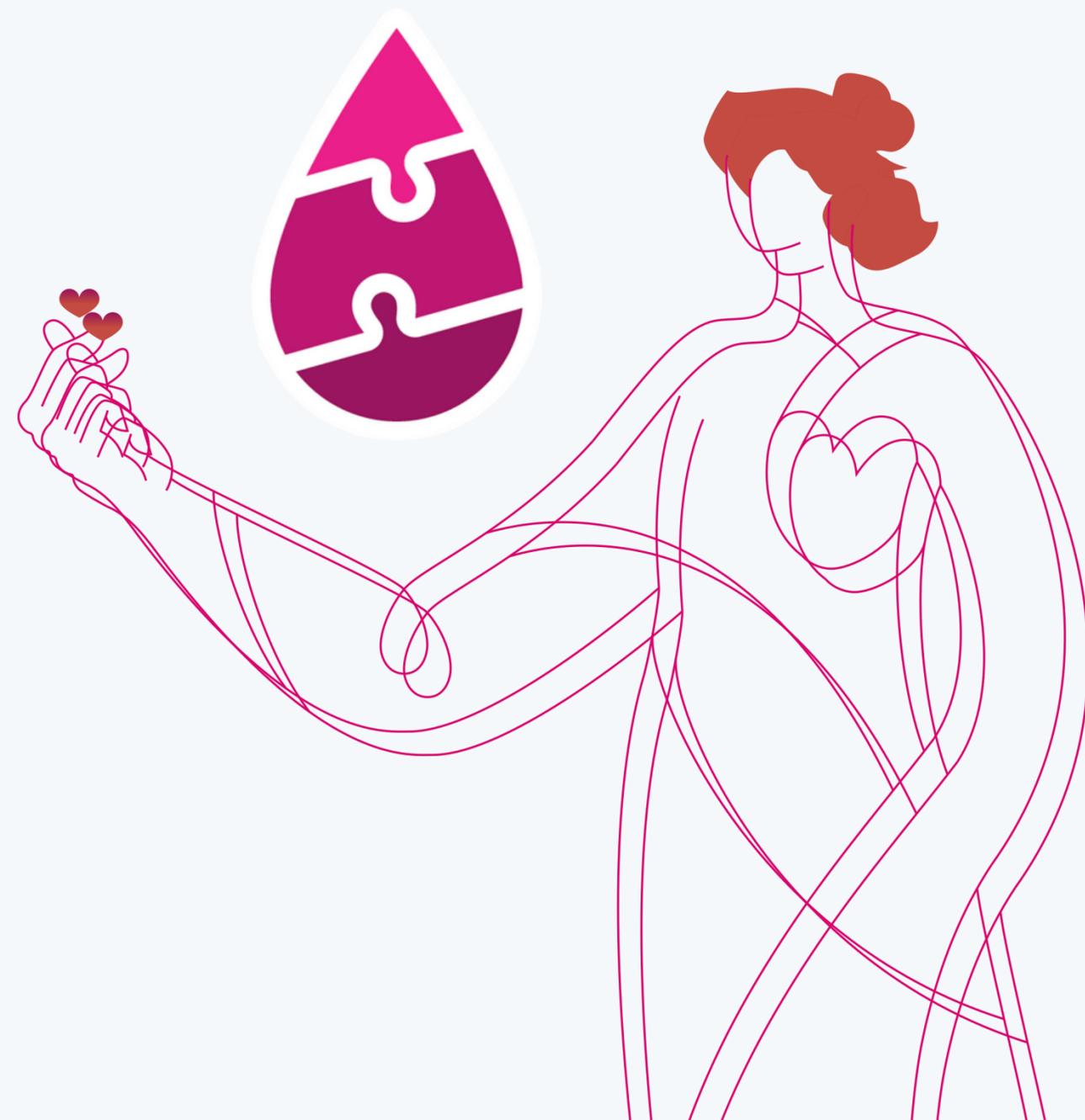
Всероссийская
акция в поддержку
донорского движения

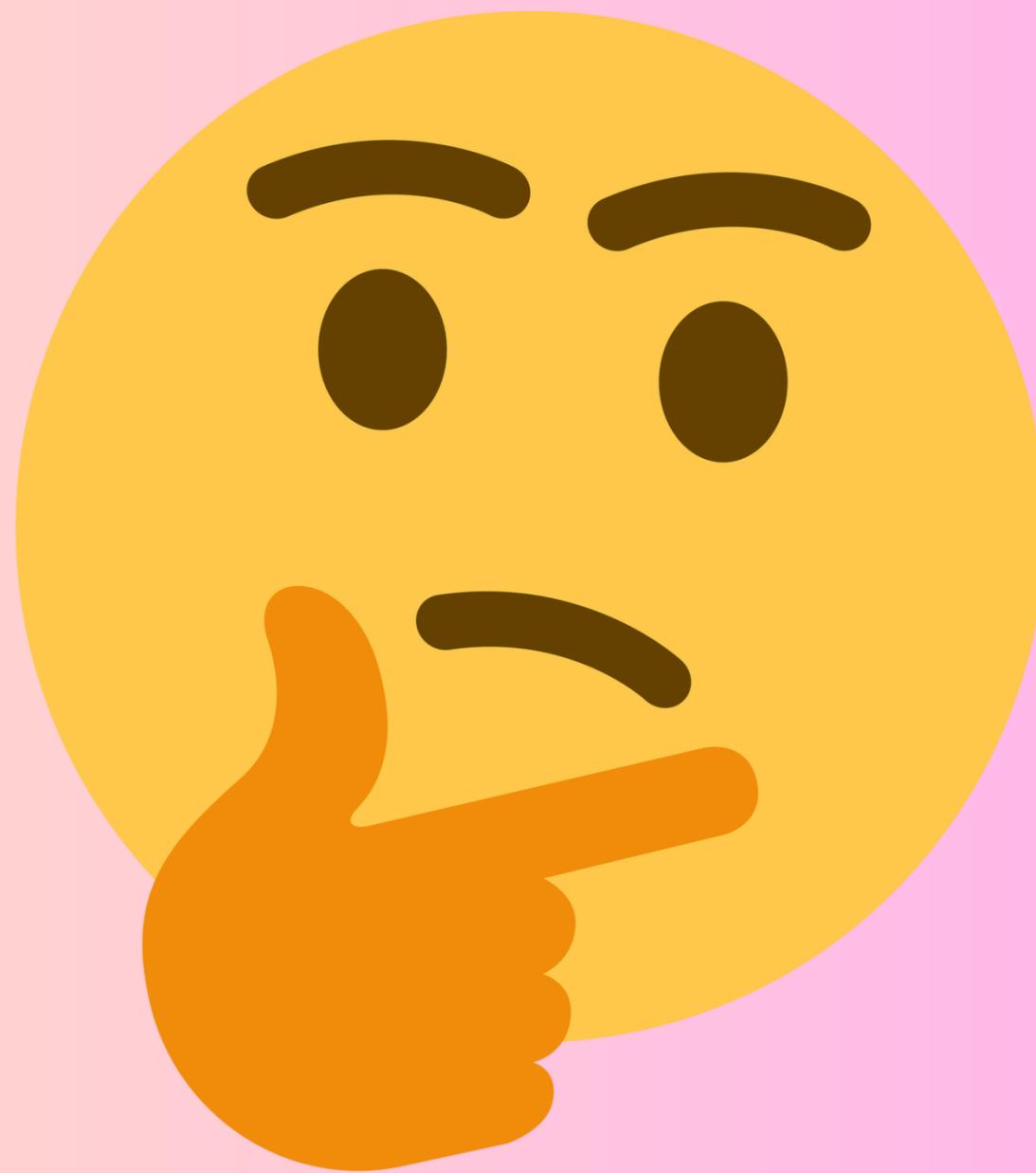


Федеральный регистр
доноров костного мозга

Простое решение –
бесценный вклад

#давайвступай
в донорское движение страны





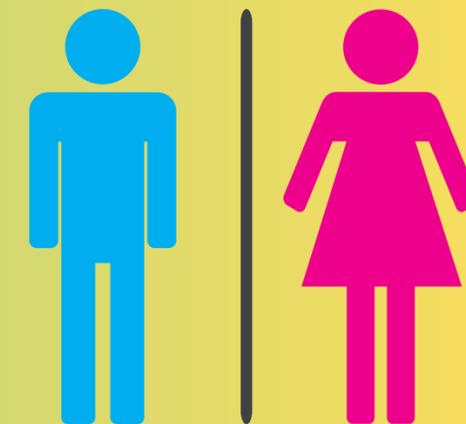
**РАССКАЖИТЕ, ЧТО ВЫ ЗНАЕТЕ
О ДОНОРСТВЕ КРОВИ?**

КТО МОЖЕТ

БЫТЬ

ДОНОРОМ

КРОВИ?



ДО

ЕДА



- ЖИРНАЯ, ЖАРЕНАЯ, ОСТРАЯ И КОПЧЕНАЯ ПИЩА
- КОЛБАСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ
- МЯСНЫЕ, РЫБНЫЕ И МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ
- ЯЙЦА И МАСЛО (В Т.Ч. РАСТИТЕЛЬНОЕ)
- ШОКОЛАД, ОРЕХИ И ФИНИКИ



- СЛАДКИЙ ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ
- СОКИ, МОРСЫ, КОМПОТЫ
- МИНЕРАЛЬНАЯ ВОДА
- ХЛЕБ, СУХАРИ, СУШКИ
- 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 НОЧНОГО ДЕЖУРСТВА ИЛИ ПРОСТО БЕССОННОЙ НОЧИ, ПЕРЕД ЭКЗАМЕНАМИ, СОРЕВНОВАНИЯМИ, СДАЧЕЙ ПРОЕКТА

ПРИ СЕБЕ ИМЕТЬ:

ОРИГИНАЛ ПАСПОРТА ИЛИ ДРУГОЕ УДОСТОВЕРЕНИЕ ЛИЧНОСТИ (ВОЕННЫЙ БИЛЕТ/ ВРЕМЕННОЕ УДОСТОВЕРЕНИЕ ЛИЧНОСТИ ГРАЖДАНИНА РФ ФОРМЫ №2П/ПАСПОРТ МОРЯКА)



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



ОГРАНИЧЕНИЙ НЕТ

1
ДЕНЬ

НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ ЗНАЧИТЕЛЬНЫМИ ФИЗИЧЕСКИМИ НАГРУЗКАМИ, ВОЗДЕРЖИТЕСЬ ОТ УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ

2
ДНЯ

СТАРАЙТЕСЬ ОБИЛЬНО И РЕГУЛЯРНО ПИТАТЬСЯ, УПОТРЕБЛЯЙТЕ ПОВЫШЕННОЕ КОЛИЧЕСТВО ЖИДКОСТИ

ПРИВИВКИ
НЕ РАНЕЕ ЧЕМ ЧЕРЕЗ 10 ДНЕЙ



КАК ЧАСТО МОЖНО СДАВАТЬ КРОВЬ?

МУЖЧИНЫ



5 РАЗ В ГОД

ЖЕНЩИНЫ

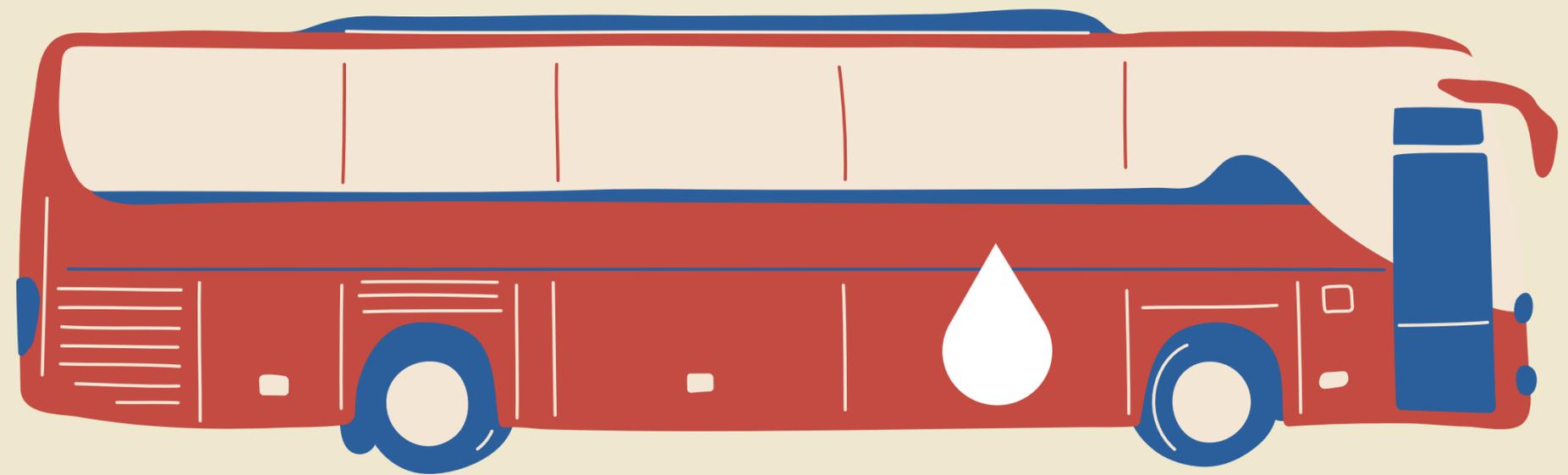
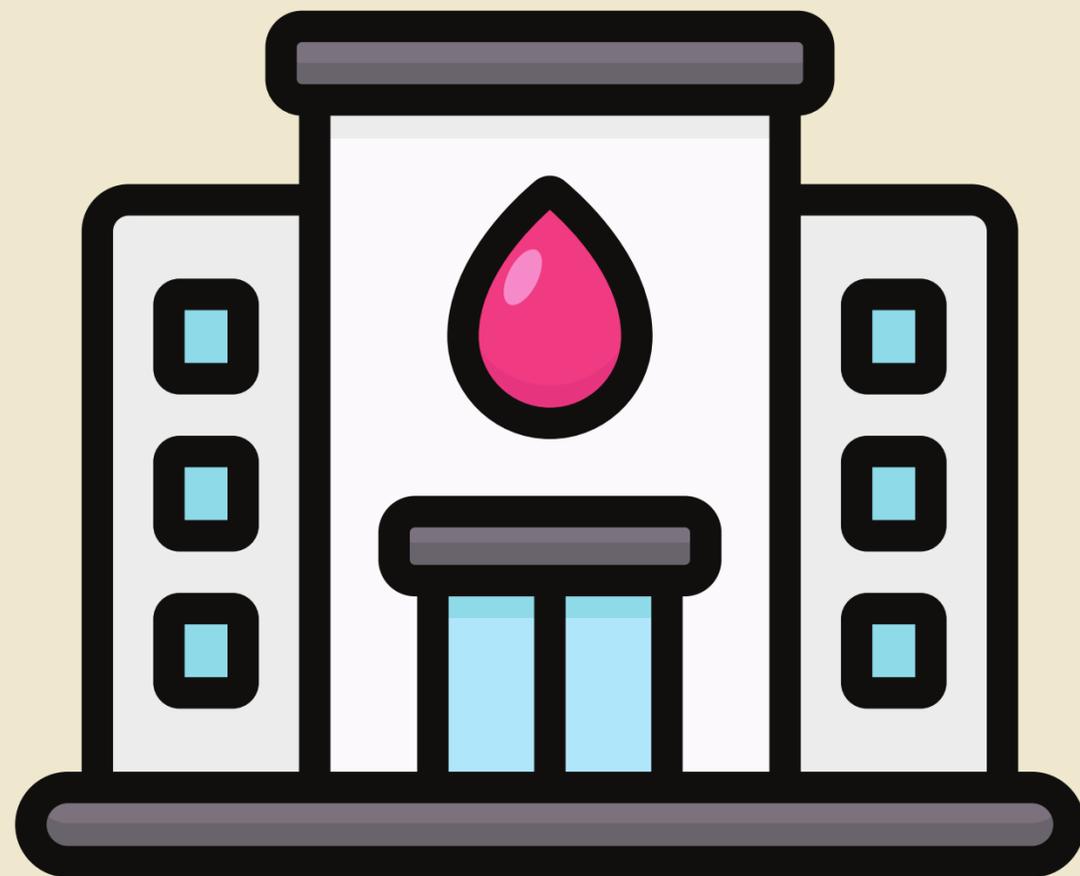


4 РАЗА В ГОД

МИНИМАЛЬНЫЕ ИНТЕРВАЛЫ МЕЖДУ РАЗЛИЧНЫМИ ВИДАМИ ДОНОРСТВА (В ДНЯХ):

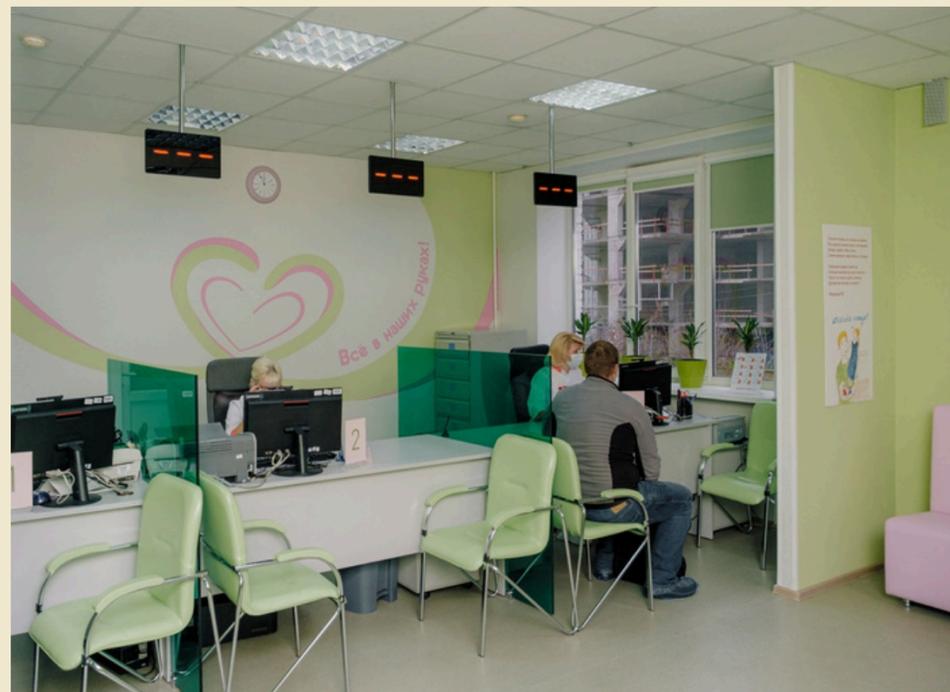
	ИСХОДНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ						ПОСЛЕДУЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ					
	КРОВОДАЧА	ЭРИТРОЦИТАФЕРЕЗ (1 ЕДИНИЦА)	ЭРИТРОЦИТАФЕРЕЗ (2 ЕДИНИЦЫ)	ПЛАЗМАДАЧА	ТРОМБОЦИТАФЕРЕЗ	ГРАНУЛОЦИТАФЕРЕЗ	КРОВОДАЧА	ЭРИТРОЦИТАФЕРЕЗ (1 ЕДИНИЦА)	ЭРИТРОЦИТАФЕРЕЗ (2 ЕДИНИЦЫ)	ПЛАЗМАДАЧА	ТРОМБОЦИТАФЕРЕЗ	ГРАНУЛОЦИТАФЕРЕЗ
КРОВОДАЧА	60	60	90	30	30	30	КРОВОДАЧА	60	60	90	30	30
ЭРИТРОЦИТАФЕРЕЗ (1 ЕДИНИЦА)	60	60	90	30	30	30	ЭРИТРОЦИТАФЕРЕЗ (1 ЕДИНИЦА)	60	60	90	30	30
ЭРИТРОЦИТАФЕРЕЗ (2 ЕДИНИЦЫ)	120	90	120	90	60	60	ЭРИТРОЦИТАФЕРЕЗ (2 ЕДИНИЦЫ)	120	90	120	90	60
ПЛАЗМАДАЧА	14	14	14	14	14	14	ПЛАЗМАДАЧА	14	14	14	14	14
ТРОМБОЦИТАФЕРЕЗ	14	14	14	14	14	14	ТРОМБОЦИТАФЕРЕЗ	14	14	14	14	14
ГРАНУЛОЦИТАФЕРЕЗ	30	30	30	30	30	30	ГРАНУЛОЦИТАФЕРЕЗ	30	30	30	30	30

ГДЕ МОЖНО СДАВАТЬ
ДОНОРСКУЮ КРОВЬ?



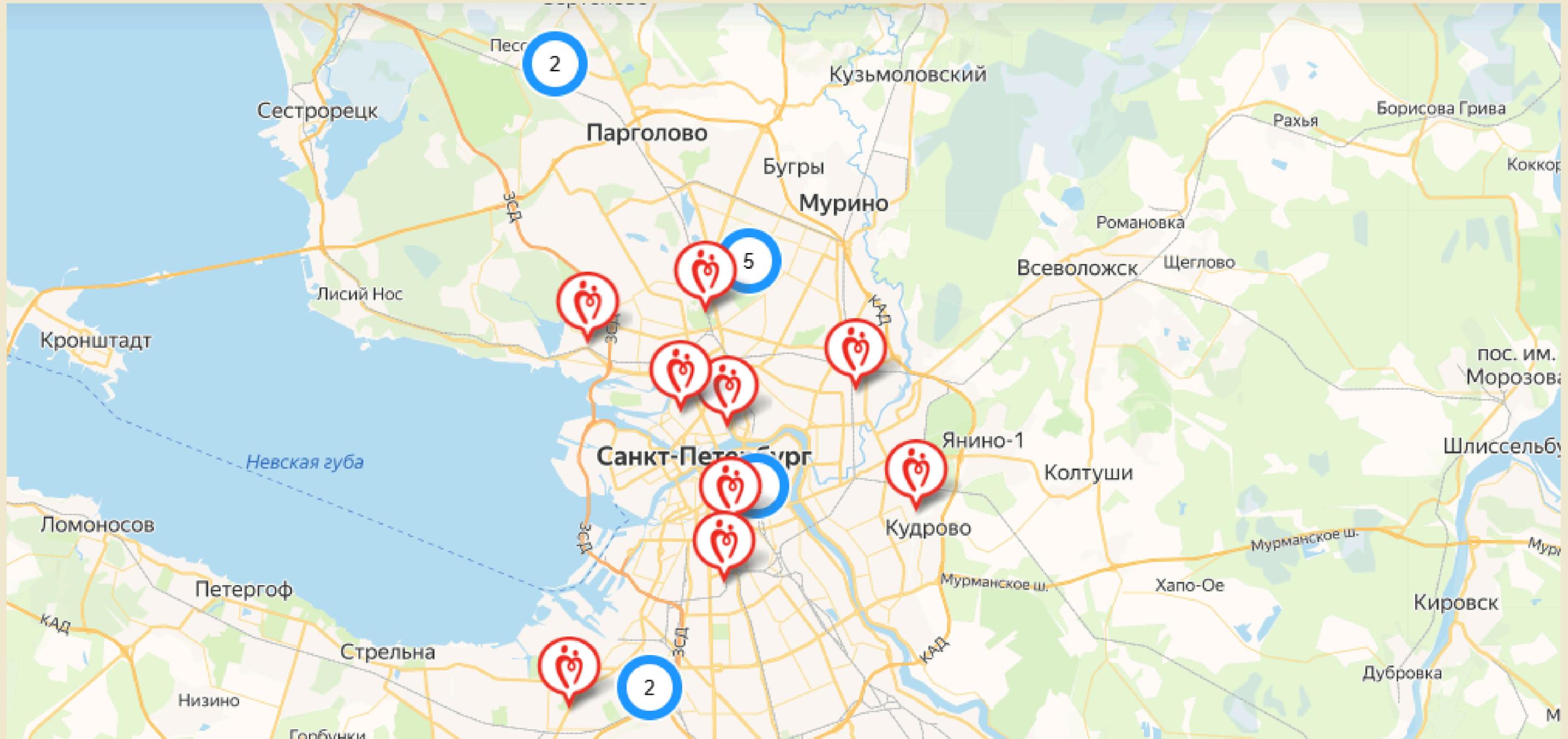


ГОРОДСКАЯ СТАНЦИЯ ПЕРЕЛИВАНИЯ КРОВИ (МОСКОВСКИЙ ПРОСПЕКТ, ДОМ 104Х)



БОЛЕЕ 450 ВЫЕЗДНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ЕЖЕГОДНО

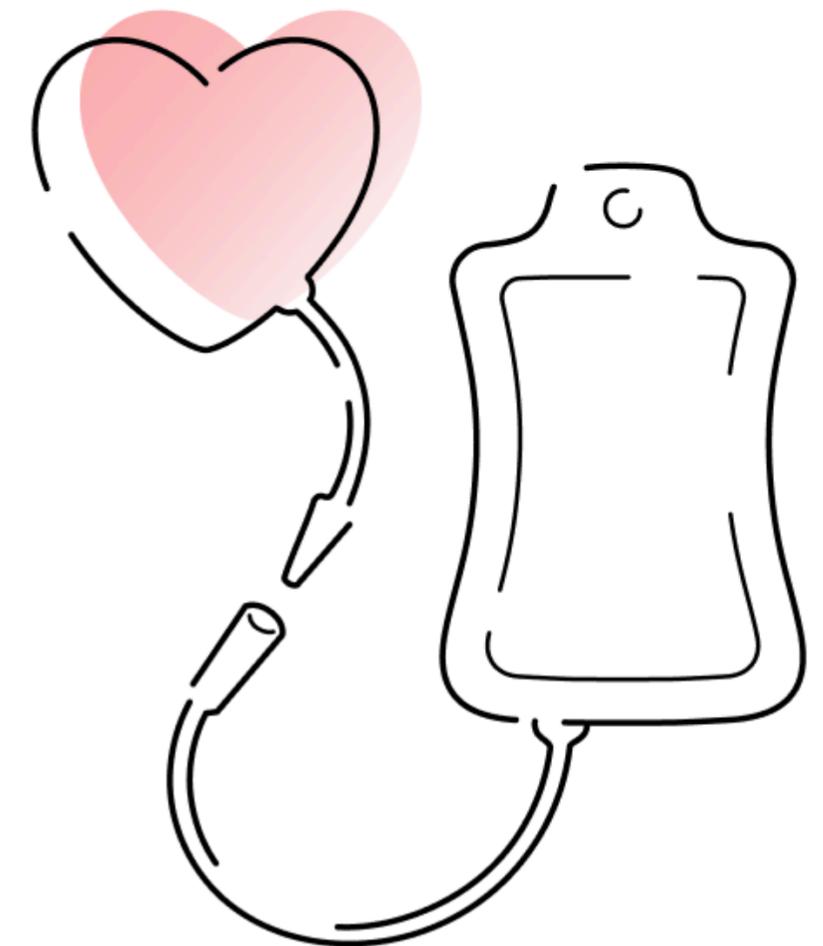




ЯДОНОРСПБ.РФ

Сервисы для доноров на Госуслугах

- ЛИЧНЫЙ КАБИНЕТ ДОНОРА
- ЗАПИСЬ НА ДОНАЦИЮ
- ЗАПИСЬ НА ВКЛЮЧЕНИЕ
В ФЕДЕРАЛЬНЫЙ РЕГИСТР
ДОНОРОВ КОСТНОГО МОЗГА





КАК ПРОХОДИТ ДОНАЦИЯ

ДОНАЦИЯ – ЭТО ПРОЦЕДУРА СДАЧИ КРОВИ ЧЕЛОВЕКОМ. ЗДЕСЬ ВЫ ВИДИТЕ ТАК НАЗЫВАЕМЫЙ «ПУТЬ ДОНОРА» – ПУТЬ ЧЕЛОВЕКА ОТ РЕГИСТРАТУРЫ ДО ДОНОРСКОГО ЗАЛА.



РЕГИСТРАТУРА



1 ЗАПОЛНЕНИЕ АНКЕТЫ О СОСТОЯНИИ СВОЕГО ЗДОРОВЬЯ И ОБРАЗЕ ЖИЗНИ.

2 СДАЧА АНАЛИЗА КРОВИ ИЗ ПАЛЬЦА В ЛАБОРАТОРИИ

ОТ РЕЗУЛЬТАТОВ ЭТОГО АНАЛИЗА ЗАВИСИТ, СМОЖЕТ ЛИ ЧЕЛОВЕК В ЭТОТ ДЕНЬ СТАТЬ ДОНОРОМ.

БУФЕТ



4 ПЕРЕД ТЕМ, КАК СДАТЬ КРОВЬ, ДОНОР ОТПРАВЛЯЕТСЯ В БУФЕТ

РЕКОМЕНДУЕТСЯ!



СОК



НЕКРЕПКИЙ ЧАЙ



ПЕЧЕНЬЕ ИЛИ БУЛОЧКА

МЕДИЦИНСКОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ



ОЖИДАНИЕ РЕЗУЛЬТАТА

ВРАЧ-ТРАНСФУЗИОЛОГ СОБЛЮДАЕТ ПРАВИЛА ВРАЧЕБНОЙ ЭТИКИ, НА ПОЛУЧЕННУЮ ОТ ДОНОРА ИНФОРМАЦИЮ РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ ВРАЧЕБНАЯ ТАЙНА.

3 ОСМОТР ВРАЧОМ И ИЗУЧЕНИЕ АНКЕТЫ, РЕШЕНИЕ О ДОПУСКЕ К ПРОЦЕДУРЕ ДОНАЦИИ

СДАЧА КРОВИ ИЛИ ЕЕ КОМПОНЕНТОВ



15 МИН



СДАЧА КРОВИ

30 МИН



СДАЧА ПЛАЗМЫ

ДО 60 МИН



СДАЧА ТРОМБОЦИТОВ



1. ДЕЗИНФЕКЦИЯ И ПОДГОТОВКА К ПРОЦЕДУРЕ ДОНАЦИИ



2. СЖАТИЕ И РАЗЖАТИЕ КУЛАКА



3. ЗАБОР КРОВИ ИЛИ ЕЕ КОМПОНЕНТОВ



4. ПОВЯЗКА НА ЛОКТЕВОЙ СГИБ

5 ПРОЦЕДУРА ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ В МАКСИМАЛЬНО КОМФОРТНЫХ ДЛЯ ДОНОРА УСЛОВИЯХ, В СПЕЦИАЛЬНОМ ДОНОРСКОМ КРЕСЛЕ.

ПУНКТ ВЫДАЧИ СПРАВОК



6 ПОСЛЕ ДОНАЦИИ КАЖДОМУ ДОНОРУ ВЫДАЕТСЯ СПРАВКА ФОРМЫ 402/У, А ТАКЖЕ ДЕНЕЖНАЯ КОМПЕНСАЦИЯ НА ОБЕД.



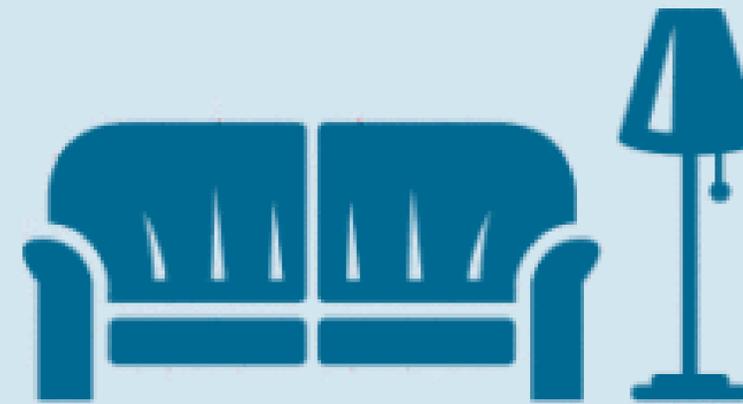
ПРОВЕДЕНИЕ ПРОЦЕДУРЫ



ЧТО ПОЛУЧАЕТ ДОНОР ПОСЛЕ ДОНАЦИИ?



СПРАВКА ДОНОРА



ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ ДЕНЬ ОТДЫХА:
После донации каждому донору выдается справка, которая дает право на два оплачиваемых дня отдыха



Первый день отдыха по согласованию с руководством можно использовать в день донации, а **дополнительный день отдыха** по желанию работника может быть присоединен к ежегодному оплачиваемому отпуску или использован в другое время в течение года после сдачи крови или ее компонентов.



Если в день донации донор вышел на работу или донация состоялась в выходной день, то по желанию работника два дня могут быть дополнительно присоединены к ежегодному оплачиваемому отпуску или использованы в другое время в течение года после сдачи крови или ее компонентов.

Печатный пример справки

Электронный пример справки (Госуслуги)

ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ЗДРАВООХРАЩЕНИЮ
Санкт-Петербургское государственное казенное учреждение здравоохранения
«Городская станция переливания крови»
196084, Санкт-Петербург, Московский пр., д. 104
Т.ф.: (812) 388-12-55, 635-68-85

Санкт-Петербургское ГКУЗ "Городская станция переливания крови"
196084, Санкт-Петербург, Московский пр., д.104, лит.Х

СПРАВКА № 780124140174

Дана донору _____ **Ручина Ольга Витальевна**
(фамилия, имя, отчество)

в том, что он (она) дал(а) кровь (плазму, клетки) _____ **27.11.2024**
(число, месяц, год)

Дана для предъявления по месту работы. В день сдачи крови и её компонентов, а также в день связанного с этим медицинского обследования работник освобождается от работы. За донором сохраняется средняя заработная плата по месту работы и предоставляется дополнительный день отдыха, который по его желанию может быть присоединен к ежегодному оплачиваемому отпуску.

Основание: Трудовой кодекс РФ от 30.12.2001 № 197-ФЗ, статья 186.

Дата 27.11.2024 Справку выдал _____ **Качурина Елена Михайловна**

Санкт-Петербургское ГКУЗ "Городская станция переливания крови"
196084, Санкт-Петербург, Московский пр., д.104, лит.Х

СПРАВКА № 780124140174

Дана донору _____ **Ручина Ольга Витальевна**
(фамилия, имя, отчество)

в том, что он (она) дал(а) кровь (плазму, клетки) _____ **27.11.2024**
(число, месяц, год)

Дана для предъявления по месту работы. В день сдачи крови и её компонентов, а также в день связанного с этим медицинского обследования работник освобождается от работы. За донором сохраняется средняя заработная плата по месту работы и предоставляется дополнительный день отдыха, который по его желанию может быть присоединен к ежегодному оплачиваемому отпуску.

Основание: Трудовой кодекс РФ от 30.12.2001 № 197-ФЗ, статья 186.

М.П.

Дата 27.11.2024 Справку выдал _____ **Качурина Елена Михайловна**

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат 630ec27986aac5806273bc08157fc81b2f1cad63
Владелец Качурина Елена Михайловна
Действителен с 01.11.2024 по 25.01.2026

19097 6800



добро.ru

ВОЛОНТЕРЫ
СЛУЖБЫ КРОВИ

[T.ME/YADONORSPB_VOL](https://t.me/yadonorspb_vol)



#ДАВАЙВОСТУПАЙ

Простое решение –
бесценный вклад



@yadonorspb

