**Как проходит донация крови и плазмы**

**Чем сдача крови отличается от сдачи плазмы?**

При сдаче плазмы берется кровь донора, из которой выделяют часть плазмы, а эритроциты возвращают донору. Плазму можно сдавать с интервалами не менее 2 недель, а цельную кровь — не более 3—5 раз в год с интервалами в 60 дней.
После пяти регулярных кроводач лучше сделать перерыв на 3—4 месяца.

**Какие виды сдачи крови существуют?**

Наиболее распространенный способ – сдача цельной крови. Она берется из вены на руке в среднем 450+/-50 мл за один раз и длится 7—10 минут.

Можно сдавать не цельную кровь, а ее компоненты, например, плазму — процедура называется плазмаферез, или тромбоциты — тромбоцитаферез.

В ходе этих процедур из крови донора избирательно извлекается только необходимый для клинического использования компонент, а все остальные составляющие возвращаются в кровеносное русло.

Процедуры плазмафереза проводятся значительно чаще. Существует два способа их проведения: ручной (мануальный) или еще его называют «прерывистый», когда у донора забирается доза крови, сразу же центрифугируется, разделяясь на эритроциты и плазму. Эритроциты возвращаются донору, а плазма проходит карантинизацию. При автоматическом плазмаферезе процесс происходит при помощи специального аппарата непрерывно. Вся процедура занимает 30—40 минут.

**Как ведется учет сданной донором крови и вообще учет доноров?**

Учет сданной донором крови и донорский учет ведется в медицинском учреждении, где осуществляется кроводача. Сведения о доноре одновременно вносятся в электронную базу данных. Пока электронные базы данных ведутся в каждом регионе самостоятельно и не связаны между собой. В перспективе они все будут объединены в единую информационную сеть доноров Беларуси.

При регистрации каждому донору выдается также «Анкета донора», заполняемая им самостоятельно или с помощью медицинского регистратора.

Учетные формы хранятся в течение 5 лет, кроме «Учетной карточки донора», которая подлежит хранению в течение 75 лет. При снятии донора с учета в «Медицинской карте активного донора» и в «Учетной карточке донора» делается запись причины снятия донора и подводится общий итог количества изъятой крови или ее компонентов за весь период донорства.

**Какова разовая доза сдачи крови?**

Объем донации крови не должен превышать 13% объема циркулирующей крови, который составляет 7 – 7,2 % от массы тела донора. Доза стандартной кроводачи составляет 450±50 мл.

Для современной медицины очень важно, чтобы как можно больше людей с массой тела более 55 кг давали кровь полной дозой 450 мл, а плазму 600 мл. Врачам приходится переливать компоненты крови в больших дозах одному больному, и чем от меньшего числа доноров взята кровь, тем более безопасно и эффективно её действие как лечебного средства.

**Что такое плазмаферез?**

Плазмаферез — это избирательное удаление из организма плазмы. Плазма — жидкая часть крови. В ней содержатся самые разнообразные вещества: белки (в том числе факторы свертывания), жиры, углеводы, гормоны, витамины, соли, необходимы для построения тканей организма и поддержания их жизнедеятельности, а также органические вещества, регулирующие обмен веществ. Плазма широко используется в лечебных целях в хирургии, акушерстве и гинекологии, онкологии и других областях медицинской практике.

Донорский плазмаферез — метод получения от донора плазмы с возвратом собственных форменных элементов крови (эритроцитов, тромбоцитов, лейкоцитов).

**Какие ощущения могут возникнуть при сдаче крови? Я хочу помочь, но ужасно боюсь всех этих процедур.**

Что касается ощущений, то все очень индивидуально. Возможны небольшие ощущения боли при вводе иглы в вену, но только в течение пары секунд. Иногда во время кроводачи, чаще у мужчин, бывают обмороки. Женщины в силу своей физиологии лучше приспособлены к небольшим кровопотерям. Причем обмороки говорят скорее о психологическом страхе. Многие доноры никаких изменений в своем самочувствии не наблюдают и не отменяют снижения обычной активности в день сдачи крови — выходят на работу и пр. А у многих — эйфория от сознания сделанного хорошего дела.

**Меня ничем не заразят?**

Нет. Все необходимое для забора крови является одноразовым, вскрывается при донорах. Заразиться гепатитом и ВИЧ-инфекцией возможно во время маникюра, в парикмахерской, в тату-салоне, во время иглотерапии, но не на станции переливания крови.

**А я могу упасть в обморок?**

Можете. Но по статистике недомогания испытывает только каждый десятый донор. Чаще всего - мужчины. Им психологически труднее. Обмороки редки. В основном все обходится головокружениями. Они быстро проходят. И рядом с вами находятся мед.работники.

**Какие требования предъявляются к донорам крови (плазмы)?**

* донор должен вести здоровый образ жизни;
* иметь полноценный, достаточный сон и отдых, не приходить на донацию после ночной смены;
* не скрывать от врача сведений о перенесенных заболеваниях, о случайных половых связях, которые могут привести к заражению ВИЧ, гепатитом, инфекциями, передающимися половым путем;
* не употреблять спиртные напитки (в том числе пиво) в течение трех дней перед сдачей крови;
* не приходить на кроводачу при наличии признаков острого заболевания (насморк, кашель, головная боль, боль в горле и т.п.)накануне кроводачи и день ее не принимать жирную пищу;