

## Než půjdete k odběru:

Darovat krev může každý zdravý muž nebo žena ve věku 18 – 65 let za určitých podmínek:

- 1) tělesná hmotnost nad 50 kg
- 2) dárce nemusí být občan ČR, ale měl by zde mít dlouhodobý pobyt (= měl by být dostupný na stálé adrese) a měl by alespoň trochu rozumět česky (předodběrové poučení i dotazník dárce jsou k dispozici také v angličtině)
- 3) dárce by měl mít v ČR platné zdravotní pojištění
- 4) krev nemohou darovat chronicky nemocní (cukrovka, těžké formy alergie, epilepsie, hemofilie, anémie, celiakie....) a ti, kteří prodělali žloutenku typu B nebo C, užívali drogy nebo jsou závislí na alkoholu, provozují prostituci nebo muži, kteří provozují vzájemný pohlavní styk = zvýšené riziko nákazy HIV).

Na transfuzní oddělení si přineste občanský průkaz (nebo jiný doklad s fotografií, např. pas), kartičku pojišťovny a, pokud jste již krev darovali, průkaz dárce krve nebo potvrzení o počtu odběrů na jiném transfuzním oddělení. Dostanete vyplnit dotazník, který je k nahlédnutí [zde](#) a po vyšetření u lékaře, pokud tomu nebude nic bránit, půjdete hned k odběru krve. Samotný odběr trvá 5-10 minut, ale počítejte s tím, že u nás strávíte nejméně hodinu (podle počtu přítomných dárců). Před odběrem dostanete malé a po odběru trochu větší občerstvení.

Před odběrem nekuřte. Večer a ráno nejezte nic tučného, raději vynechejte mléko a mléčné výrobky a nepijte alkohol. Před odběrem se můžete nasnídat. Nechoďte nalačno, protože to může vést k pocitu slabosti po odběru. Důležitý je také dostatečný příjem tekutin, které odběrem ztratíte. Napijte se před odběrem a dodržujte pitný režim po odběru!

Ženy a dívky by neměly darovat krev v období menstruace a 2-3 dny po jejím skončení.

Nechoďte k odběru, pokud se necítíte zcela zdraví (rýma, kašel, nevolnosti, zažívací potíže, opar ...), ale počkejte 3-4 týdny po uzdravení. Alergici (senná rýma apod.) by neměli chodit k odběru v době akutních projevů.

Po ambulantních chirurgických výkonech (odstranění pihy, šití rány...) počkejte do úplného zhojení rány a výsledku event. histologického vyšetření.

Po jakékoliv operaci, transfuzi a endoskopických vyšetřeních (gastroskopie, kolonoskopie, laparoskopie, hysteroskopie, artroskopie...) je nutné vyčkat 6 měsíců. Stejný odstup je nutné dodržet i po akupunktuře, piercingu (náušnice), tetování (ev. permanentní make-up).

Po těhotenství ukončeném porodem, ale i potratem nebo interrupcí je nutno vyčkat 6 měsíců, po ukončení kojení můžete krev darovat za 1 měsíc.

Některá očkování (žloutenka typu B, tyfus, žlutá zimnice...) nebo např. přísáté klíště vyžadují také odstup 1 měsíc. Doporučené odstupy po cestách do zahraničí se mění podle aktuální situace – viz „darování krve po cestování“

[http://www.ftn.cz/upload/ftn/Kliniky/Transfuzni\\_odd/Dokumenty](http://www.ftn.cz/upload/ftn/Kliniky/Transfuzni_odd/Dokumenty)

Podle současných pravidel platných v EU mohou ženy darovat plnou krev nejvýše 4x a muži 5x za dvanáct měsíců. My doporučujeme interval mezi odběry nejméně 10 týdnů, u žen raději 3 měsíce.