

Než půjdete k odběru:

Darovat krev může každý zdravý muž nebo žena ve věku 18 – 65 let (se souhlasem lékaře i poději) 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, choroby srdce a oběhu, krvácivé stavy, anémie, těžké formy alergie, epilepsie, celiakie) a ti, kteří prodělali žloutenku typu B nebo C, užívali drogy nebo jsou závislí na alkoholu, provozují prostituci nebo osoby, které střídají sexuální partnery (viz [FTN_TRA_Poucení_darce_krve.pdf](#)).

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 na [FTN_TRA_Dotazník_pro_darce_krve.pdf](#) 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 zhruba 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 4 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 tak dlouho, jak dlouho těhotenství trvalo, krev není možné darovat během kojení. 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 [FTN_TRA_Darování_krve_po_cestování.pdf](#)

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.

Další informace můžete nalézt na <http://www.ftn.cz/informace-pro-darce-189/>