

# NIE WAHAJ SIĘ, PODEJMIJ DECYZJĘ I ZGŁOŚ SIĘ DO

Regionalnego Centrum  
Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Lublinie

ul. Żołnierzy Niepodległej 8  
20-078 Lublin

tel. 81 532 62 75  
sekretariat@rckik.lublin.pl

lub do najbliższego Terenowego Oddziału RCKiK  
w woj. lubelskim

<b>Biała Podlaska</b> ul. Terebelska 57/65	83 345 06 79
<b>Chełm</b> ul. Szpitalna 53	82 565 56 51
<b>Kraśnik</b> Al. Niepodległości 25	81 825 48 70
<b>Lubartów</b> ul. Cicha 14	81 855 20 41 w. 306
<b>Łuków</b> ul. Rogalińskiego 3	25 798 22 37
<b>Puławy</b> ul. Bema 1	81 450 23 00
<b>Tomaszów Lubelski</b> ul. Lwowska 82	84 664 39 15
<b>Włodawa</b> Al. Piłsudskiego 66	82 572 39 55
<b>Zamość</b> Al. Jana Pawła II 10	84 677 32 05

# ZOSTAŃ HONOROWYM DAWCĄ KRWI

*Podziel się,  
bo krwi nie da się wyprodukować!*

## Zgłoś się

- ♥ wypoczęty
- ♥ po lekkim ubogotłuszczowym posiłku
- ♥ z dokumentem tożsamości: dowodem osobistym, prawem jazdy, paszportem
- ♥ dzień wcześniej i w dniu oddania krwi nie spożyj żadnego alkoholu

## Oddawanie krwi jest bezpieczne

Oddawanie krwi jest całkowicie bezpieczne, ponieważ do pobierania używany jest wyłącznie jałowy sprzęt jednorazowego użytku. Przed każdym oddaniem krwi u dawcy wykonywane są badania laboratoryjne i badania lekarskie, na podstawie których dawca jest kwalifikowany do oddania krwi. Kobiety mogą oddawać krew 4 razy w ciągu roku, a mężczyźni 6 razy, jednak nie częściej niż co 8 tygodni.

# TWOJA KREW RATUJE ŻYCIE



# HASŁO ŻYCIE ODZEW KREW

**rckik**  
LUBLIN

Regionalne Centrum  
Krwiodawstwa  
i Krwiolecznictwa  
w Lublinie

ISO 9001  
BUREAU VERITAS  
Certification



# BEZPIECZEŃSTWO KRWI ZACZYNA SIĘ OD CIEBIE

- ♥ ukończyłeś 18 rok życia, a nie przekroczyłeś 65 lat
- ♥ ważysz minimum 50 kg
- ♥ nie chorowałeś na żółtaczkę zakaźną
- ♥ nie chorujesz na żadną chorobę przewlekłą np. padaczka, astma, cukrzyca, choroby tarczycy, nadciśnienie tętnicze, choroby serca
- ♥ nie przyjmujesz i ostatnio nie przyjmowałeś żadnych leków
- ♥ nie przechodzisz aktualnie żadnej infekcji: gorączka, katar, kaszel, ból gardła, opryszczka
- ♥ aktualnie nie występują u Ciebie uczulenia i nie przyjmujesz z tego powodu leków
- ♥ nigdy nie stwierdzono u Ciebie choroby nowotworowej
- ♥ w ciągu ostatnich 6 miesięcy nie przechodziłeś żadnych zabiegów chirurgicznych ani endoskopii
- ♥ w ciągu ostatnich 6 miesięcy nie wykonywano u Ciebie akupunktury, tatuaży, przekłucia uszu lub innych części ciała
- ♥ w ostatnim czasie nie przechodziłeś leczenia stomatologicznego
- ♥ nie używałeś nigdy narkotyków
- ♥ w ostatnim czasie nie przyjmowałeś szczepień ochronnych
- ♥ kobieta nie może oddawać krwi w czasie trwania miesiączki i trzy dni po jej zakończeniu oraz w czasie ciąży i karmienia piersią

**W razie jakichkolwiek wątpliwości skontaktuj się telefonicznie z lekarzem RCKiK w Lublinie lub lekarzem z Terenowego Oddziału**

# DROGA DAWCY

- ♥ rejestracja dawcy (wypełnienie ankiety)
- ♥ badanie laboratoryjne (oznaczenie poziomu hemoglobiny)
- ♥ badanie lekarskie (kwalifikacja do oddania krwi)
- ♥ pobór krwi 450 ml (do 10 min.)
- ♥ krótka regeneracja sił

**Na oddanie krwi zarezerwuj ok. 1 godzinę**

# PO ODDANIU KRWI

- ♥ otrzymujesz ekwiwalent kaloryczny – 8 czekolad
- ♥ w dniu oddania krwi przysługuje Ci dzień wolny od pracy i nauki
- ♥ możesz bezpłatnie otrzymać dokument z Twoją oznaczoną grupą krwi - KREWKARTĘ
- ♥ otrzymujesz zwrot kosztów przejazdu do najbliższej placówki Służby Krwi

Osobom, które bezpłatnie oddadzą krew w jednostce organizacyjnej publicznej służby krwi przysługuje tytuł „Honorowego Dawcy Krwi” oraz możliwość uzyskania legitymacji HDK.

Honorowi Dawcy Krwi mogą odliczyć darowiznę na cele krwiodawstwa w danym roku podatkowym.

Dawcy, którzy oddadzą honorowo co najmniej 5 litrów krwi (kobiety) lub 6 litrów (mężczyźni) otrzymują tytuł „Zasłużony Honorowy Dawca Krwi”. Uprawnia on do bezpłatnego zaopatrzenia w leki objęte wykazami leków podstawowych i uzupełniających oraz do korzystania poza kolejnością ze świadczeń opieki zdrowotnej i aptek.

Krwiodawcom, którzy oddali: 15 litrów krwi (kobiety), 18 litrów krwi (mężczyźni) lub odpowiadającą tej objętości ilość innych jej składników przysługuje bezpłatny przejazd środkami komunikacji miejskiej w Lublinie.

# TWOJA KREW NADZIEJĄ DLA CHORYCH

Na Twoją krew i jej składniki czekają chorzy oraz poszkodowani w nieszczęśliwych wypadkach. Jest wiele chorób, które leczy się uzupełniając brakujące składniki krwi.

Krwotoki, przeszczepy organów, choroby hematologiczne wymagają przetaczania składników krwi. Podczas zabiegów chirurgicznych, kiedy ubytek krwi jest duży, często potrzebna jest transfuzja.

**Jednym źródłem krwi jest zdrowy człowiek**



# DAR KRWI DAREM SERCA