

«Мы с тобой одной крови...»

Как и почему становятся донорами?

Донорская кровь нужна многим. По статистике Всемирной организации здравоохранения, каждый третий хотя бы раз в жизни нуждался в помощи донора. Но, к сожалению, с каждым годом доноров в России становится всё меньше, а вот количество нуждающихся в драгоценных красных тельцах постоянно растёт.

Многие сетуют, что, мол, времена героев давно уже канули в лету, и возможность спасти жизни людей – это миф из области фантастики. Но, оказывается, для того чтобы благодаря вам ежегодно несколько человек продолжили жить и радоваться жизни, чтобы их родные не знали, что такое терять близкого, нужно всего лишь отправиться в ближайший пункт переливания крови.

ИСТОРИЯ ОДНОГО ДОНОРА

– В пункт переливания крови меня занесло случайно. Попал я туда скорее из-за собственной лени, нежели из-за благородных порывов, – вспоминает почётный донор с трёхлетним стажем Сергей. – Мне тогда только исполнилось 18 лет, и меня переполняло желание устроиться на серьёзную работу. Взяли в одну фирму курьером. Ежедневно приходилось лавировать между двух этажей и разносить по офисам различную прессу, документы и бумагу для принтера. Наскучило уже через две недели. Вспомнил, что кто-то из друзей рассказывал, якобы донорам дают выходной на работе и по месту учёбы. Позвонив в офис и рассказав о том, что собираюсь официально прогулять один день, я отправился в ближайший пункт. Начальник, как ни странно, не принял



И совсем не больно!

Фото Алёны Мичуриной.

отчитывать меня за то, что я без году неделя, а уже ищущий лазейки, как отлынивать от работы. Наоборот, в ответ я услышал: «Молодец! Одобряю!».

До этого дня я не знал, даже какая у меня группа крови. Несколько быстрых процедур, после которых стало ясно, что во мне циркулирует кровь редкой четвертой группы, и вот я уже сижу в кресле донора. Из моей вены на сгибе правой руки торчит стерильная игла, которая подсоединена к узкой трубке, по которой все мои лейкоциты, эритроциты и тромбоциты поступают в специальный контейнер. Буквально десять минут, и вот я уже раскатываю рукав своей рубашки, а медсестра объясняет, что я должен как можно скорее сдать определённый перечень анализов, чтобы моя редкая кровь не пошла на утилизацию. Тут же она упоминает о какой-то маленькой девочке с врождённой гемофилией – плохой свёртываемостью крови, у которой идентичная группа. Как мне потом стало известно, на всей территории нашего земного шара только девять процентов населения обладают этой группой крови, поэтому бывает очень трудно найти подходящего донора. В этот же день я сдал все анализы и принёс их в центр переливания. Оказалось, что у меня всё в порядке, и мою кровь можно использовать как донорскую.

На протяжении года я сдавал цельную кровь и плазму крови для той самой девочки, про которую мне однажды рассказала медсестра. Я даже не знал её имени, но меня бросало в дрожь от мысли, что мои «жалкие» 450 граммов крови, которые я мог сдавать не чаще, чем раз в два месяца, затрачивая на это 30 минут своего «драго-

ценного» времени, поддерживают в ней жизнь, а в её маме и папе смысл жизни. Я даже ни разу не видел эту девочку, но, осознав, что по её венам циркулируют и мои красные тельца, делала этого ребёнка для меня самым дорогим человеком.

Однажды всё-таки мне довелось встретиться с мамой этой девочки. Как потом оправдывались медсестры, она упрашивала их познакомить меня с ней. Эта встреча навсегда отпечаталась в моём сознании. Перед собой я увидел женщину, для которой семейное счастье – это когда у её дочери хотя бы один день не идёт кровь носом. По ней было видно, что она давно забыла понятие – уютная квартира, потому что большую часть своего времени она проводит у больничной койки или бегая по кабинетам местных клиник.

Заметив меня, она кинулась мне на шею и заплакала. После того случая я вынес для себя две вещи. Первая – что больше никогда не хочу встречаться с тем, кому, возможно, помогла моя кровь, так как такой всплеск эмоций, который происходит внутри тебя, выдержит не каждый. И второе – это то, что я никогда не перестану быть донором...

ИГОЛОК БОЯТЬСЯ – ЛЮДЕЙ НЕ СПАСАТЬ

Донором может стать не любой желающий, есть ряд условий, без которых вас не примут ни в одном пункте переливания. Чтобы носить почётное звание донора, необходимо: полных 18 лет, прописку на территории того региона, где собираетесь сдавать кровь, вес более 50 килограммов.

Во избежание заражения реципиентов – людей, которым нужно переливание, требуется отсутствие некоторых заболеваний, полный список которых вам предоставят врачи центра переливания.

Кровь можно сдавать несколькими способами. Обычно пациенту переливают не кровь в чистом виде, а определённые её составляющие – какие нужны в данный момент конкретному человеку. Во всех случаях кровь берётся из вены на руке.

Можно сдавать цельную кровь – врачи сами потом разберутся, что с ней делать. За раз у одного донора берут 400-500

• Станции переливания крови:

г. Екатеринбург, ул. Пальмиро Тольятти, 8
г. Каменск-Уральский, ул. Лечебная, 7
г. Краснотурьинск, ул. Фурманова, 3
г. Серов, ул. М.Горького, 73а
г. Нижний Тагил, ул. Циолковского, 24/49
г. Североуральск, ул. Ленина, 33
г. Артемовский, ул. Энергетиков, 1
г. Кушва, ул. Кузьмина, 48
г. Полевской, ул. Сталеваров, 3
г. Ревда, ул. О. Кошевого, 4
г. Верхняя Пышма, ул. Чайковского, 32
г. Богданович, ул. Октябрьская, 87
г. Ирбит, ул. Комсомольская, 72

граммов крови.

Сдавать тромбоциты – дело не быстрое. Здесь процедура несколько сложнее. В первый день нужно пройти обследование, перед этим целый день нельзя ничего есть, у донора для анализа берут 30 граммов венозной крови. На следующий день необходимо пройти саму процедуру сдачи крови: полтора часа на аппарате, который забирает из вены кровь, отфильтровывает из нее тромбоциты, а всё остальное возвращает донору.

Сдача плазмы крови – примерно та же процедура, что и тромбоцитоз, только без предварительного обследования и на другом аппарате. В кровоток возвращаются частицы крови, а плазма идёт нуждающимся.

Ещё более экзотический вариант – сдача гранулоцитов – производных лейкоцитов. Этот вид кроводачи обычно производится по необходимости, так как гранулоциты хранятся не более 24 часов. Накануне донору делают укол специального препарата, стимулирующего выход гранулоцитов в кровь, на следующий день проводят процедуру сходную со сдачей тромбоцитов. Гранулоциты нужны тому, у кого сильно ослаблен иммунитет, как правило, это те больные, кто перенёс химиотерапию.

ОДИН ЗА ТРОИХ

В первую очередь важно помнить, что перед сдачей крови нужно правильно питаться: хотя бы за двое суток исключить жирное, жареное, копченое, острое и молочное. Следует пить много жидкости. Не принимать лекарств. За час до сдачи крови не курить. На станцию переливания нужно приезжать натощак.

Говорят, что обстановка на станциях переливания – домашняя. Там нет той больничной суеты, которую можно увидеть в любой районной клинике, а вместо стерильных бахил выдают тапочки. В этом я убедился лично, когда приехал на местную станцию, чтобы впервые сдать кровь. Любезный персонал всё доходчиво объяснил и показал. Собственно, процедура сдачи крови начинается с медосмотра и заполнения анкеты донора. Затем вас направляют в специальный кабинет для сдачи крови.

Часто во время процесса сдачи крови предлагают посмотреть фильм. Никто не запрещает брать с собой плеер. После того, как процедура закончена, врач проверяет ваше состояние. Рассказывают, что иногда и в обморок падают, но чаще не от того, что лишились пол-литра крови, а от её вида. Когда кровь выкачали у меня, то существенной разницы я не ощутил.

На прощанье нужно взять справку о безвозмездном донорстве, которая нужна для оформления выходных на работе. Также вам предложат талон на питание. При выдаче объяснят, где его использовать – обычно при станции переливания есть столовая или буфет.

Как лучше восстанавливаться после сдачи крови, объяснят на пункте сдачи. В основном это минимум физических нагрузок, крепкий чай с печеньем, качественное питание, достаточное количество жидкости и здоровый образ жизни.

По статистике, один донор спасает три жизни в год. В связи с этим возникает вопрос: сколько бы спасённых жизней было, если каждый, кто в состоянии стать донором, стал бы им?

Александр ПОНОМАРЕВ.

Большинство людей знают о донорстве очень мало и потому доверяют самым необоснованным слухам:

№ п/п	Миф	Правда
1	Во время сдачи крови и её компонентов можно заразиться какой-нибудь неприятной болезнью	Сдача крови безопасна для донора. Все донорские пункты в России обеспечены одноразовым, стерильным оборудованием и индивидуальными системами. Шприцы и иглы одноразового пользования вскрывают только в присутствии больного. После использования они уничтожаются
2	Донорство – это больно	Для того чтобы узнать свои ощущения от укола иглы, достаточно ущипнуть кожу на внутренней поверхности локтевой области
3	У меня распространенная группа крови, моя кровь не нужна	Именно такая кровь нужнее всего! Если она так распространена среди здоровых, то она так же распространена и среди больных. Кровь всех групп требуется постоянно
4	Донорство вредно, так как регулярные кроводачи заставляют организм вырабатывать кровь в большем объеме, что, в конечном итоге, вредно для здоровья и вызывает зависимость от кроводач	Кровопускание в научно обоснованных дозах обладает некоторым стимулирующим эффектом, поэтому доноры, в большинстве своем, активные и жизнерадостные люди. Окружающими это иногда расценивается как «зависимость» от кроводач. Регулярные кроводачи не заставляют организм «вырабатывать больше крови», зато приучают его быстрее восстанавливаться после кровопотери
5	Меня это не касается	Любому человеку может в какой-то момент понадобиться донорская кровь