

«Мне не страшно», - убеждала себя в этом каждую минуту. На самом деле я боюсь уколов, а при взятии крови из пальца отворачиваюсь.

Решиться на это не могла долго. Не хотелось делать это спонтанно. Я все обдумала и пошла. Спасенная жизнь ценнее страхов.

И вот уже стою у входа в нижевартовскую Службу крови. Делаю шаг, второй. Надеваю бахилы и маску, подхожу в регистратуру. Ну все, обратного пути нет.

Представьте, в России за прошлый год кровь сдали более миллиона человек. По данным департамента здравоохранения Югры, в регионе сейчас проживает более 18 тысяч доноров, из которых более 10 тысяч - почетные доноры России. В 2024 году в Югре было заготовлено 35 948 литров цельной крови.

» Донорская кровь уникальна - искусственной альтернативы ее компонентам не существует.

- Каждый год компоненты донорской крови получают более 1 100 пациентов, нуждающихся в переливании по различным причинам, включая кровотечения, сложные операции и лечение онкологических заболеваний, - отметили в окружном департаменте здравоохранения.

Сдать кровь и спасти жизнь не так сложно, как может показаться. Одной кроводачей можно помочь сразу трем: одному пойдет кровь, другому - плазма, третьему - тромбоциты.

## Добро возвращается бумерангом

Стать донором меня вдохновил папа - почетный донор России Владислав Лебедев. Его история впечатлила еще в подростковом возрасте.

Когда-то, работая охранником у предпринимателя, он стал свидетелем несчастного случая. Отец его начальника поскользнулся на остановке и попал под автобус. Мужчине срочно понадобилась кровь, и вся организация, в которой работал мой папа, откликнулась на призыв о помощи. Пострадавший выжил, но остался инвалидом.

После этого случая папа стал донором крови на плазмаферез.

- Кровь я сдавал безвозмездно и с добрыми намерениями. Героем себя не считаю, потому что все люди должны быть добрыми, помогать и любить друг друга. Если не ты, то кто еще поможет? - добавил мужчина.

Эта бескорыстная помощь имеет особое значение. Никогда не знаешь, какая беда может случиться с человеком. Так, срочное переливание крови понадобилось и моему отцу, который пережил несколько тяжелых операций.

- Я узнал, что мне перелили кровь от четырех доноров. Очень им благодарен и говорю спасибо за то, что спасли мне жизнь. Добро, как бумеранг, всегда возвращается, - поделился он.

Из-за проблем с усвоением крови в организме теперь моему папе требуется периодическое переливание раз в полгода. В таких ситуациях доноры играют важную роль.



Процедура сдачи крови.

# Спасённая жизнь ценнее страхов

Как журналист «МВ» стал донором.

За весь свой донорский путь Владислав Лебедев сдал плазму крови 77 раз, все компоненты пошли на помощь детям и беременным женщинам. Его история - яркий пример того, как доброе дело может изменить жизни людей.

## Мой путь

С 20 по 27 января во всех регионах страны проходила донорская неделя, приуроченная ко Дню российского студенчества. В этом году я заканчиваю бакалавриат в Нижневартовском государственном университете и решила воспользоваться моментом, кровь иду сдавать без записи.

Конечно, готовиться к этому начала заранее: придерживалась диеты, выспалась, утром хорошо позавтракала.

- Быть донором натошак нельзя! Перед донацией донор должен легко позавтракать. Идеальный завтрак - каша на воде, сладкий чай, печенье, - сообщили мне заранее в Службе переливания крови.

И вот все бумаги заполнены, меня отправляют в кабинет для сдачи крови из пальца, чтобы узнать группу и уровень гемоглобина. Затем иду к врачу-трансфузиологу, который проверяет общее состояние моего организма. После пью чай с печеньками и иду сдавать кровь.

## Секунда до

Сама процедура занимает от 5 до 10 минут. Проходит на комфортабельных креслах. Все расходные материалы - одноразовые, вскрываются при доноре. Помимо цельной крови, берут еще четыре пробирки - эти образцы пойдут для исследования на инфекционные заболевания.

- Несмотря на регулярные донации доноров, мы всегда проверяем их состояние здоровья, - пояснили медсестры станции переливания крови.

Я в кресле, сжимаю мяч в виде сердца. Он мне нравится. Чувствую себя



Теперь я донор!

хорошо. Врачи внимательно следят за моим состоянием. Первый раз все-таки. Все проходит успешно.

Во время сдачи из донора забирают около 450 мл крови. В организме человека ее достаточно, чтобы пожертвовать без каких-либо побочных эффектов. После процедуры тело генерирует новую кровь, восполняя отданную.

Вышла из кабинета. Как будто лучше себя чувствую, и даже настроение поднимается. Решаю, что буду регулярным донором. Хочу, чтобы моя кровь помогла нуждающимся или даже спасла чью-то жизнь.

**Важно:** мужчины могут сдавать кровь не более пяти раз в год, женщины - не больше четырех. Между донациями должно пройти не менее 60 дней.

\*\*\*

## Как стать почетным донором?

«Почетный донор России» - это звание, которым награждаются доноры, безвозмездно сдавшие кровь или ее компоненты определенное количество раз, сообщает депздрав Югры. Доноры награждаются нагрудным знаком и имеют право на меры социальной поддержки, в том числе ежегодную денежную выплату.

МВ » Валерия Лебедева.