

## Як стати донором крові?

Донором крові в Україні може бути здорова людина віком від **18 років, вагою від 50 кг** (однак, в деяких центрах крові приймають з вагою лише від **55-60 кг**, наприклад, у Львівському обласному центрі служби крові). Якщо з віком та кілограмами більш-менш зрозуміло, то яка ж це здорова людина зрозуміти складніше.

Отже, здорова людина — це та, яка не має протипоказів до донорства. Іншими словами, якщо ви приймаєте ліки, маєте хронічні захворювання чи стоїте на обліку — донорство крові вам протипоказане чи на постійній основі, чи на тимчасовій.

А тепер перейдемо до деталей і ознайомимось які саме є протипокази до донорства. Вони діляться на [тимчасові](#) та [абсолютні](#) і ми рекомендуємо обов'язково ознайомитись з ними за посиланнями.

Чому ж існує такий величезний список протипоказів і навіть вони, адже кров все одно перевіряють/тестують в лабораторії перед тим як видати пацієнтам в лікарні. Це все тому, що донорство в першу чергу — це турбота про донора, тобто працює принцип "не нашкодь собі". Адже погодьтесь, якщо людина потребує допомоги чи через підвищену температуру, чи має хронічне захворювання, до прикладу, псоріаз її організм потребує на даний момент відпочинку і лікування, а не навантаження. То ж спочатку турбуємось про себе і свій стан здоров'я, а вже потім — рятуємо інших.

Якщо ви не знайшли протипоказів у списках, значить потенційно ви можете бути донором крові. Та все ж звертаємо увагу, що список — це основа і в ньому є далеко не всі вказані випадки, враховуючи які людина не може стати донором. Тому якщо ви сумніваєтесь і хочете все ж уточнити чи можете ви бути донором, звертайтеся до нас і ми вам підкажемо всі деталі.

До прикладу, нас часто питають, чи можу я бути донором, якщо "приймаю протизаплідні таблетки"? Якщо ви приймаєте їх з метою контрацепції, а не лікування — ви можете бути донором. Такі та багато інших питань турбують наших потенційних донорів, тож не соромтесь запитати й ви отримаєте [консультацію лікаря он-лайн](#).

Ви дізнались, що можете бути донором крові, що робити далі? Все досить просто, достатньо обрати [центр крові](#) чи [реципієнта](#), якому ви хочете допомогти і [запланувати кроводачу](#) на зручний для вас день.

### Жодних попередніх аналізів крові чи довідок не потрібно!

А що ж робити, якщо я не знаю свою групу крові? Ну що ж, і тут у нас є для вас хороша новина. В центрі крові вам визначать групу крові і навіть буде зроблено медогляд. Ознайомтесь із процедурою здачі крові [тут](#).

Бути донором — це відповідально, тому варто дотриматись правил підготовки й [харчування перед донацією](#).

**ВАЖЛИВО!** Обов'язково потрібно взяти з собою документ, що посвідчує особу інакше ризикуєте не здати кров, тож не забудьте **паспорт громадянина України та ідентифікаційний код**.

Після того як ви стали донором крові є [правила відновлення](#), рекомендуємо вам дотримуватись їх і через 60 днів можна знову стати донором крові!

Здавайте кров регулярно і залишайтеся здоровими!

При використанні матеріалів сайту donor.ua посилання обов'язкове.