

Portal Województwa Lubuskiego



Wakacyjna zbiórka krwi przed urzędem marszałkowskim. Podziel się tym niezwykłym darem!



Kategoria - Zdrowie

Data publikacji -21 lipca 2023 godz. 14:53

W środę (26 lipca 2023 r.) o godz. 9.00 na parkingu przed Urzędem Marszałkowskim Województwa Lubuskiego przy ul. Podgórnej 7 w Zielonej Górze stanie krwiobus. Tego dnia odbędzie się zbiórka krwi, która w okresie wakacyjny jest szczególnie potrzebna.

Mamy okres wakacyjny i jak co roku wzrosło zapotrzebowanie na krew oraz jej składniki. - Pokażmy, że w Lubuskim potrafimy dzielić się tym niezwykłym darem. Zapraszam wszystkich do włączenia się w akcję – mówi marszałek **Elżbieta Anna Polak**.

Krwiobus na parkingu przed Urzędem Marszałkowskim przy ul. Podgórnej 7 w Zielonej Górze będzie stał od godz. 9:00 do 13:00.

Co zrobić, by móc oddać krew?

Dzień przed oddaniem krwi warto jest się dobrze nawodnić, a w dniu badania obowiązkowo należy zjeść lekkie śniadanie! Przed pobraniem krwi każdy dawca przejdzie badania i konsultacje lekarskie.

Oddawanie krwi nie boli, a ratuje życie. Pobrana od jednego dawcy może pomóc nawet trzem osobom! Aby zostać krwiodawcą, trzeba:

- mieć od 18 do 65 lat,
- ważyć co najmniej 50 kilogramów,
- w dniu oddania krwi - być wyspanym, wypoczętym, nawodnionym (warto dzień wcześniej wypić ok. 1,5-2 litrów płynów – np. wody mineralnej czy soków) oraz zdrowym: nie chorować przewlekłe, nie mieć objawów przeziębienia i nie przyjmować żadnych leków,
- przed rejestracją – wziąć ze sobą dokument tożsamości ze zdjęciem (dowód osobisty, prawo jazdy lub paszport)

Krew mogą oddawać osoby na diecie wegetariańskiej – pod warunkiem, że mają odpowiednie stężenie hemoglobiny: u kobiet to powyżej 12,5 g/dl, u mężczyzn zaś 13,5 g/dl.

Osoby, które miały wykonywane tatuaże, przekłucia uszu lub innych części ciała bądź zabiegi operacyjne powinny odczekać co najmniej 6 miesięcy, zanim zdecydują się na oddanie krwi.

Zebraliśmy już ponad 400 litrów krwi

Krew odgrywa bardzo ważną rolę w ratowaniu ludzkiego życia. Jest niezbędna po wypadkach czy urazach. Jedyna szansa na jej pozyskanie to właśnie krwiodawstwo.

Akcje krwiodawstwa organizowane są przez urząd marszałkowski cyklicznie. Idea krwiodawstwa promowana jest także podczas Pikników Zdrowia i innych wydarzeń organizowanych przez urząd marszałkowski. Od 2015 roku dzięki naszym urzędowym zbiórkom Regionalne Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa „wzbogaciło się” o **ponad 400 litrów krwi**. A to kilkaset uratowanych

ludzkich istnień.

ZBIÓRKA KRWI W URZĘDZIE MARSZAŁKOWSKIM

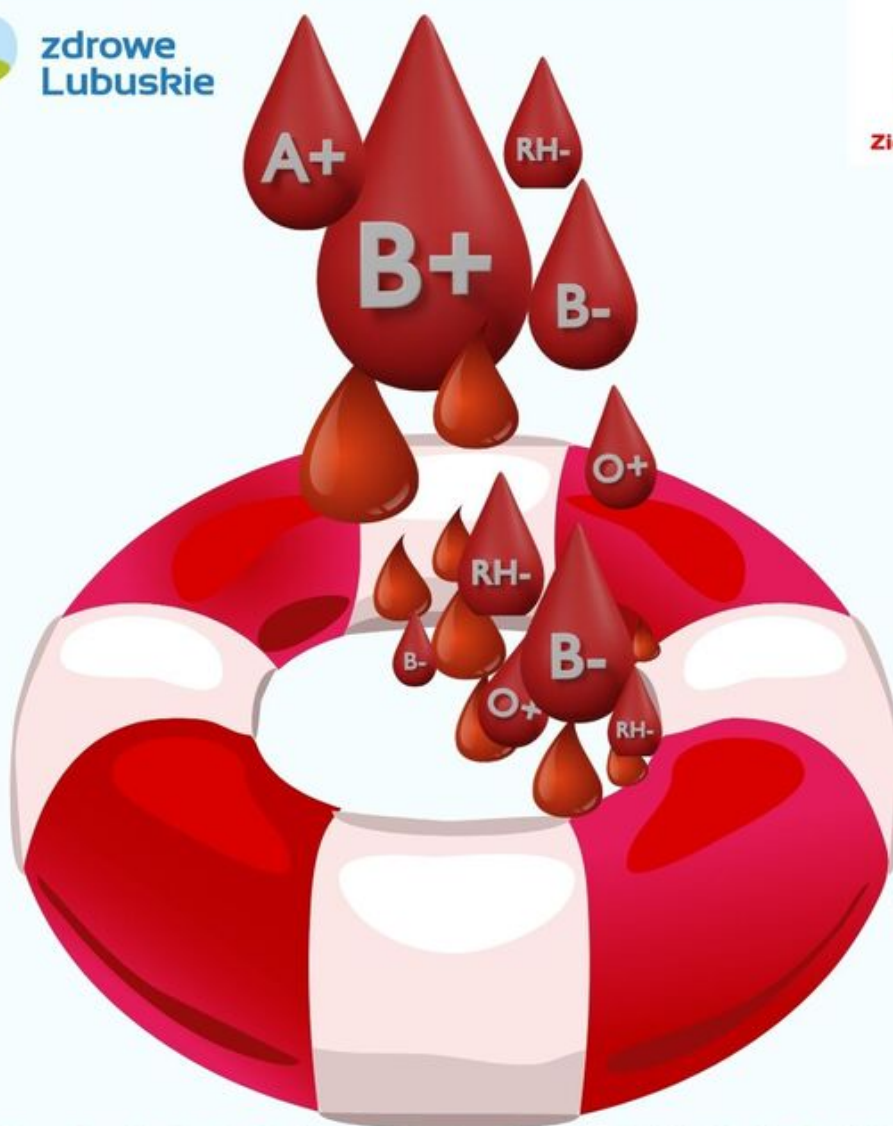
26 LIPCA 2023 r.
GODZINA 9:00 - 13:00



zdrowe
Lubuskie



RCKiK
Zielona Góra



**PODAJ KOŁO RATUNKOWE
– ODDAJ KREW W WAKACJE**

