



Vilniaus universiteto ligoninės **SANTARIŠKIŲ KLINIKOS**



Sakoma, kad savanorišką veiklą sieja bendruomenės narių susibūrimas kokiam nors tikslui, pavyzdžiui, siekis paremti tuos, kuriems tikrai reikia pagalbos, kuriems mes esame, galbūt, paskutinė viltis.

Ta proga Vilniaus universiteto ligoninės (VUL) Santariškių klinikų Kraujo centras siekia suteikti visuomenei kuo daugiau informacijos apie kraujo donorystę. Norėdami padėti sergantiems kraujo vėžiu, ar ligoniams operacijų metu, po kaulų čiulpų transplantacijų, mažiesiems pacientams iš Vaikų ligoninės, kviečiame savanoriškai donorystei.

2016 m. Gruodžio mėn. 5 d. nuo 9.00 iki 13.00 val. kviečiame visus norinčius prisijungti prie šios gražios ir viltį puoselėjančios idėjos, pasidalinti gerumu - tapti kraujo donoriais Kauno miesto savivaldybės, mažojoje salėje (I aukštas)

Kraujo davimo procedūra yra visiškai saugi, greita ir nesudėtinga - jus aptarnaus ir konsultuos patyrę specialistai (1 asm. registracija, patikrinimas ir procedūra užtruktų vos apie 30min.). Svarbiausia prieš tai būti pavalgus, išgėrus daugiau skysčių ir su gera nuotaika!

VUL SK Kraujo centro vedėja
Lina Kryžauskaitė



Vilniaus universiteto ligoninės **SANTARIŠKIŲ KLINIKOS**

Atmintinė donorams:

Pasiruošimas donorystei:

- Gerai išsimiegokite.
- Sočiau pavalgykite.
- Išgerkite daugiau skysčių, kad papildytumėte kraujo tūrį, kurio neteksite (venkite arbatos, kavos ar kitų kofeino turinčių gėrimų).
- Valgykite daug geležies turinčio maisto – raudonos mėsos, žuvies, vištienos, kepenų, pupelių, razinų, riešutų, žaliųjų augalų.
- Prieš donorystę venkite riebaus maisto: mėsainių, keptų bulvyčių, ledų, cepelinų, bulvinių blynų. Kai kurios infekcinių ligų kraujo tyrimus gali iškreipti riebiosios dalelės esančios kraujyje – lipidai, kurie atsiranda kraujyje ir būna jame keletą valandų pavalgius riebaus maisto. Dėl šios priežasties, kartais gaunamas klaidingai teigiamas infekcinės ligos tyrimo atsakymas ir dėl to Jūsų dovanotas kraujas bus įvertintas kaip netinkamas.

Duodant kraujo:

- Dėvėkite rūbus, kurių rankoves galima nusmukti virš alkūnės.
- Pamėginkite prisiminti „geriausią“ veną iš kurios ėmė kraują ankstesniais kartais.
- Prisiminkite, kad Jūsų padovanotas kraujas gali išgelbėti gyvybę ir padėti sunkiai sergantiems žmonėms, ir atsipalaiduokite – juk Jūs darote gerą darbą!
- Jei turite klausimų, visada kreipkitės į DONORŲ ORGANIZATORIUS

Informacija telefonu: 8 6 21 153 44