

Regionalne Centra Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa:

RCKiK w Białymstoku:

ul. Marii Skłodowskiej-Curie 23, 15-950 Białystok
tel. (85) 744 70 02
www.rckik.bialystok.pl

RCKiK w Bydgoszczy:

ul. Ks. Markwarta 8, 85-015 Bydgoszcz
tel. (52) 322 18 71 do 74
www.rckik-bydgoszcz.com.pl

RCKiK w Gdańsku:

ul. J. Hoene-Wrońskiego 4, 80-210 Gdańsk
tel. (58) 520 40 20
www.krew.gda.pl

RCKiK w Kaliszu:

ul. Kaszubska 9, 62-800 Kalisz
tel. (62) 767 66 63
www.krwiodawstwo.kalisz.pl

RCKiK w Katowicach:

ul. Raciborska 15, 40-074 Katowice
tel. (32) 208 73 00
www.rckik-katowice.pl

RCKiK w Kielcach:

ul. Jagiellońska 66, 25-734 Kielce
tel. (41) 335 94 00
www.rckik-kielce.com.pl

RCKiK w Krakowie:

ul. Rzeźnicza 11, 31-540 Kraków
tel. (12) 261 88 20
www.rckik.krakow.pl

RCKiK w Lublinie:

ul. I Armii Wojska Polskiego 8, 20-078 Lublin
tel. (81) 532 62 75
www.rckik.lublin.pl

RCKiK w Łodzi:

ul. Franciszkańska 17/25, 91-433 Łódź
tel. (42) 616 14 00
www.krwiodawstwo.pl

RCKiK w Olsztynie:

ul. Hanki Sawickiej 27, 10-247 Olsztyn
tel. (89) 526 01 56
www.rckikol.pl

RCKiK w Opolu:

ul. Kośnego 55, 45-372 Opole
tel. (77) 441 06 00
www.rckik-opole.com.pl

RCKiK w Poznaniu:

ul. Marcelińska 44, 60-354 Poznań
tel. (61) 886 33 00
www.rckik.poznan.pl

RCKiK w Raciborzu:

ul. Sienkiewicza 3, 47-400 Racibórz
tel. (32) 418 15 92
www.rckik.pl

RCKiK w Radomiu:

ul. Limanowskiego 42, 26-600 Radom
tel. (48) 340 05 20
www.rckik.radom.pl

RCKiK w Rzeszowie:

ul. Wierzbowa 14, 35-310 Rzeszów
tel. (17) 867 20 30
www.rckk.rzeszow.pl

RCKiK w Słupsku:

ul. Szarych Szeregów 21, 76-200 Słupsk
tel. (59) 842 20 21
www.krwiodawstwo.slupsk.pl

RCKiK w Szczecinie:

al. Wojska Polskiego 80/82, 70-482 Szczecin
tel. (91) 424 36 00
www.krwiodawstwo.szczecin.pl

RCKiK w Wałbrzychu:

ul. Chrobrego 31, 58-303 Wałbrzych
tel. (74) 664 63 10
www.rckik.walbrzych.pl

RCKiK w Warszawie:

ul. Saska 63/75, 03-948 Warszawa
tel. (22) 514 60 00
www.rckik-warszawa.com.pl

RCKiK we Wrocławiu:

ul. Czerwonego Krzyża 5-9, 50-345 Wrocław
tel. (71) 371 58 10
www.rckik.wroclaw.pl

RCKiK w Zielonej Górze:

ul. Zyty 21, 65-046 Zielona Góra
tel. (68) 329 83 60
www.rckik.zgora.pl

WCKiK Warszawa:

ul. Szaserów 128, 04-349 Warszawa
tel. (22) 681 67 16
www.wckik.pl

CKiK MSW Warszawa:

ul. Wołoska 137, 02-507 Warszawa
tel. (22) 508 13 12
www.ckikmsw.pl

TWAJA KREW MOJE ŻYCIE



Ministerstwo
Zdrowia

NCK

NARODOWE CENTRUM KRWI

Krew to płynna tkanka składająca się z krwinek czerwonych, białych, płytek krwi i osocza. Jest odpowiedzialna za transport tlenu oraz składników odżywczych do całego organizmu człowieka, zatrzymuje krwawienie, chroni przed zakażeniami. Jest genialnym i niezwykle cennym lekiem ratującym życie i przywracającym zdrowie.

Na Twoją krew czekają chorzy.

JEŚLI:

- ukończyłeś 18 rok życia, nie przekroczyłeś 65 roku życia,
- ważysz więcej niż 50 kg,
- cieszysz się dobrym zdrowiem,
- nie chorowałeś na żółtaczkę, kiłę, w ciągu ostatniego półroczia nie miałeś wykonanego zabiegu operacyjnego, tatuażu, przekłucia uszu lub innych części ciała...

...zostań honorowym krwiodawcą!

ZGŁOŚ SIĘ:

- wypoczęty,
- po lekkim ubogotłuszczowym posiłku,
- z dokumentem ze zdjęciem stwierdzającym tożsamość, wraz z numerem PESEL i adresem zamieszkania/zameldowania (np. dowód osobisty, prawo jazdy),
- dzień wcześniej i w dniu oddania krwi nie spożywaj alkoholu lub innych środków zmieniających nastrój,
- ogranicz palenie papierosów,
- zadbaj o nawodnienie organizmu.

Droga Dawcy:

- rejestracja dawcy z dokumentem tożsamości (wypełnienie kwestionariusza),
- badanie laboratoryjne (oznaczenie poziomu hemoglobiny),
- badanie lekarskie uwzględniające wyniki badań laboratoryjnych, ocena informacji zawartych w kwestionariuszu, kwalifikacja,
- pobór krwi 450 ml (max do 12 min),

- regeneracja sił – pozostanie na miejscu bez wykonywania gwałtownych ruchów (krótki odpoczynek),
- odbiór ekwiwalentu kalorycznego,
- i Ogromna Satysfakcja!

Współczesna medycyna nie jest w stanie obejść się bez ważnych **Partnerów-Krwiodawców**, którzy są jedynym źródłem bezcennego leku jakim jest krew ludzka.

Krwi nie można wyprodukować!

Krew jest tak cenna gdyż nauka nie zna sposobu na jej laboratoryjne pozyskanie. Jedyną „fabryką krwi” jest ludzki organizm.

Oddawanie krwi jest bezpieczne!

Krew pobierana jest przez profesjonalny personel medyczny przy wykorzystaniu sprzętu jednorazowego użytku.

Oddawanie krwi nie uzależnia

Organizm człowieka produkuje dokładnie tyle krwi ile potrzebuje, czuwają nad tym mechanizmy regulacyjne. U stałych dawców krwi nie występuje zjawisko nadprodukcji, zatem nie można się uzależnić od jej oddawania.

Niesienie pomocy wymaga poświęcenia czasu – zarezerwuj sobie ok. 1 godziny

Krew oddaje się nieodpłatnie (honorowo)

Krew to bezinteresowny i bezcenny dar życia. Uczestnictwo w krwiodawstwie jest dobrowolne.

Po oddaniu krwi Krwiodawcy przysługuje:

- dzień wolny od pracy i nauki,
- w uzasadnionych przypadkach zwrot kosztów podróży do najbliższej placówki Służby Krwi,
- ekwiwalent energetyczny (np. czekolady),
- wyniki badań wykonane z Twojej krwi,
- odliczenie rocznej darowizny krwi od podstawy opodatkowania.

Jeśli oddasz honorowo co najmniej 5 litrów krwi (kobiety) lub 6 litrów (mężczyźni) otrzymasz tytuł Zasłużonego Honorowego Dawcy Krwi. Tytuł ten upoważnia do otrzymania bezpłatnych leków podstawowych i uzupełniających oraz do korzystania ze świadczeń opieki zdrowotnej i usług farmaceutycznych udzielanych w aptekach poza kolejnością.

PO ODDANIU KRWI...

- w przypadku wystąpienia w ciągu 48 godzin od pobrania krwi jakichkolwiek objawów chorobowych, zawiadom telefonicznie właściwe RCKiK lub Oddział Terenowy,
- unikaj w tym dniu większego wysiłku fizycznego,
- jeśli poczujesz się słabo poinformuj o tym fakcie osobę z najbliższego otoczenia, powiedz, że oddawałeś krew i poproś o pomoc,
- najlepiej połóż się z nogami ułożonymi wyżej lub z głową między kolanami, kilka razy głęboko zakasłaj, rozluźnij odzież.



**Zostań Honorowym
Dawcą Krwi
Podziel się, bo krwi nie
da się wyprodukować!**

**Zapraszamy do stałej
współpracy ze służbą
krwi na terenie całego
Kraju.**

www.twojakrew.pl

Program Zdrowotny „Zapewnienie samowystarczalności Rzeczypospolitej Polskiej w zakresie krwi, jej składników i produktów krwiopochodnych”, finansowany ze środków Ministerstwa Zdrowia