

Każda kropla jest cenna

...a Twoja decyzja o oddaniu krwi
lub jej składników – bezcenna.
Pomagasz w ten sposób wielu
potrzebującym, dając im szansę
na powrót do zdrowia.



Łączy nas
krew,
która ratuje
życie.

*twoja krew
moje życie*

www.twojakrew.pl



Ministerstwo Zdrowia

www.gov.pl/zdrowie

NCK

NARODOWE CENTRUM KRWI

www.gov.pl/nck

Dziękując za Twój dar, zapraszamy do uczestnictwa w programie „Każda kropla jest cenna”.

Wypełnij kupon, zbieraj pieczątki za każdorazowe oddanie krwi lub jej składników i ciesz się upominkami!



Zasady udziału w programie:

- Wypełnij kupon, na którym będziesz gromadzić pieczątki-krople.
- Pamiętaj, aby po każdorazowym oddaniu krwi lub jej składników poprosić o odpowiednią liczbę stempli na Karcie Uczestnika Programu.
- Wybierz upominek i zobacz ile stempli potrzebujesz, aby odebrać nagrodę.
- Możesz odbierać upominki przez cały czas trwania programu.
- Wybrany przez Ciebie upominek odbierzesz w Twoim Regionalnym Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa.

Szczegółowy regulamin programu „Każda kropla jest cenna” znajduje się w Regionalnym Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa zarówno w siedzibie oraz na stronie internetowej.

Wybierz upominek



1. BRELOK W KSZTAŁCIE KROPELKI

Breloka do kluczy każdy potrzebuje, a brelok w kształcie wesolej kropelki krwi będzie przypominał jak możemy pomóc innym. Łączy nas krew, która ratuje życie...

Czy brelok w kształcie kropelki krwi złączy Twoje klucze? Otrzymasz go za 6 stempli.



2. ETUI NA SMARTFONA

Aby zapewnić jakość połączeń bez szkazy na ekranie Twojego smartfona, to etui zabezpieczy go w eleganckim stylu. Hasło „Łączy nas krew, która ratuje życie” pokazuje Twoje zaangażowanie w honorowe krwiodawstwo, a żywoczerwony kolor etui pozwoli odnaleźć smartfon w torebce lub plecaku. Otrzymasz go za 8 stempli.



3. TORBA ECO Z NADDRUKIEM

Płócienna, wygodna do noszenia na ramieniu torba – idealna na codzienne wyjścia lub zakupy – zmieścisz w niej wszystkie najpotrzebniejsze rzeczy. Dzięki prostemu wykonaniu i eleganckiemu logo „Twoja krew, moje życie” torba pasuje do wszystkiego. Noś ją dumnie za 10 stempli.



10 

4. KROKOMIERZ

Jeśli wyruszasz z punktu A do punktu B, od tej pory będziesz mógł uzyskać dokładną miarę przebytej drogi. Wstąp więc śmiało na ścieżkę treningowego sukcesu, mając za nieomylnego towarzysza ten krokomierz! Otrzymasz go za 12 stempli.



12 

5. KUBEK TERMICZNY

„Ciepłe kluchy” nie są co prawda komplementem ale z drugiej strony „zimna zupa” też nie smakuje... Dzięki kubkowi termicznemu będziesz mógł delektować się smakiem zup lub napojów w idealnej temperaturze. Otrzymasz go za 20 stempli.



20 

6. KOC POLAROWY

Ten duży koc polarowy sprawdzi się zarówno w domu, jak i podczas wakacyjnych wycieczek, ponieważ dzięki paskom łatwo go przenieść z miejsca na miejsce.

Otrzymasz go za 24 stemple.

24 



18 

7. KUBEK DO MALOWANIA

Uśmiechnięta buźka albo serduszko i strzała? Kilka ciepłych słów do porannej herbaty? Ważna wiadomość? Słowa wypowiedziane (zwłaszcza rano!) mogą być ulotne ale jeśli zapiszesz je na tym kubku – wiesz, że na pewno dotrą do adresata! Otrzymasz go za 18 stempli.

8. KUBEK

Kawa, herbata, gorące kakao...? Dzięki tej kolekcji unikalnie ozdobionych kubków Ty i Twoi bliscy będą mogli cieszyć się ulubionymi napojami. A może będą cieszyć Twoje oko i przypominać o tym, jak ważna jest każda kropla krwi? Otrzymasz go za 16 stempli.



16 

* Przedstawione wizualizacje materiałów promocyjnych należy traktować jako poglądowe. Finalny produkt może się nieznacznie różnić od przedstawionych zdjęć.

Kilka ważnych informacji



Przed oddaniem krwi:

- zjedz lekkostrawny, niskotłuszczowy posiłek,
- nie spożywaj alkoholu (również w dniu poprzedzającym donacją),
- powstrzymaj się na kilka godzin od palenia papierosów,
- nie zapomnij o nawodnieniu – już dzień przed oddaniem wypij co najmniej 2-3 litry płynów (woda, soki),
- wypocznij.

Po oddaniu:

- odpocznij,
- zjedz kaloryczny posiłek, bogaty w węglowodany,
- unikaj nadmiernego wysiłku fizycznego.

Krew i jej składniki to najcenniejszy dar



Krwi potrzebują nie tylko ofiary wypadków, czy osoby poddające się operacji ale także chorujące na choroby przewlekłe, np. białaczkę oraz inne choroby krwi.

Ponieważ jeden dawca może oddać tylko 450 ml, warto zachęcać do regularnego oddawania krwi rodzinę i przyjaciół. Kobiety mogą oddawać krew 4 razy w ciągu roku, mężczyźni 6 razy - jednak nie częściej niż co 8 tygodni.

Oprócz najbardziej rozpowszechnionego sposobu oddawania krwi, czyli jednorazowego pobrania 450 ml krwi pełnej, oddawać można także poszczególne jej składniki.

Droga Dawcy



Zgłoś się do rejestracji i wypełnij kwestionariusz (będziesz potrzebować dokumentu tożsamości ze zdjęciem i numerem PESEL). Możesz od razu także zaznaczyć, że chcesz oddać krew lub któryś z jej składników (np. osocze lub płytki). Ostatecznej kwalifikacji do danego rodzaju zabiegu dokonuje lekarz.

Gabinet zabiegowy

Następnie udaj się do gabinetu zabiegowego gdzie zostanie pobrana próbka Twojej krwi do badań. Oprócz innych badań zostanie oznaczona Twoja grupa krwi. Bezpłatne wyniki badań krwi otrzymasz na życzenie – uzgodnij ich odbiór z pracownikiem medycznym RCKiK. Raz w roku każdy Dawca wielokrotnie ma wykonywaną pełną morfologię krwi.

Gabinet lekarski

Następnie zostaniesz zaproszony na badanie lekarskie by sprawdzić, czy możesz zostać Dawcą.

Sala pobrań

Jeśli lekarz nie stwierdzi w przeprowadzonym badaniu przeciwwskazań, zostanie pobrane 450 ml krwi pełnej lub jej składnika.

Rejestracja

Po oddaniu krwi bądź jej składników zgłoś się po odbiór „ekwiwalentu kalorycznego”.

