



ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

# Как стать собственным донором крови

Эта информация позволит узнать, как вы можете стать собственным донором крови. В этом материале описано, чего стоит ожидать до, во время и после сдачи крови в кабинете доноров крови (Blood Donor Room) в центре MSK.

## О донорстве крови

Возможно, во время операции в центре MSK вашему хирургу придется сделать вам переливание крови. Переливание крови — это процедура, при которой кровь или клетки крови вводят в ваш организм. Вы можете сдать свою кровь для этих целей до операции. Это называется аутодонорством крови. Термин «аутодонорство» означает, что вы сдаете собственную кровь, которую можно будет сохранить и использовать для вас в случае необходимости.

Вам также могут перелить кровь из банка крови. В этом случае вам перельют кровь, которую сдал другой человек. Для получения дополнительной информации о переливании крови ознакомьтесь с материалом *О переливании крови* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/about-blood-transfusion](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/about-blood-transfusion)).

## Донорство крови в центре MSK

Вы можете сдавать кровь раз в неделю, начав за 5 недель до операции. Вы должны прекратить сдавать кровь за 7 дней до операции. Если вы планируете сдавать кровь несколько раз, необходимо делать это с

перерывом не менее 7 дней. Срок использования сданной крови истекает через 35 дней (5 недель) после ее сдачи.

Для сдачи крови потребуется около 1 часа. В это время входит:

- Беседа с сотрудником центра перед процедурой сдачи. Такая беседа позволит убедиться в том, что вы можете быть донором крови.
- Забор крови. Он занимает около 20 минут.
- Отдых после процедуры сдачи.

Вам может потребоваться больше крови, чем вы сможете сдать. В этом случае вы можете попросить ваших друзей и родственников стать для вас донорами крови. Если они сдадут кровь, ее проверят на соответствие вашей группе крови, а также на наличие заболеваний. Это может быть:

- сифилис;
- ВИЧ-инфекция (вирус, который вызывает СПИД);
- человеческий Т-клеточный лимфотропный вирус (Human T-cell lymphotropic virus (HTLV));
- гепатит.

Если в крови будет обнаружено какое-либо из этих заболеваний, донор будет уведомлен об этом в частном порядке. Такая кровь не может быть использована, и мы утилизируем ее.

Если кровь доноров безопасна для переливания, но вам она не понадобилась, она будет передана в банк крови. Эту кровь можно будет перелить другим людям.

Если вы женщина детородного возраста и у вас есть партнер, от которого вы можете забеременеть, он не должен быть вашим донором крови. Это может стать причиной проблем, если вы забеременеете от этого партнера в будущем. Поговорите со своим медицинским сотрудником о том, кто может быть донором крови для вас.

Вам может потребоваться больше крови, чем сдали ваши доноры. В таком случае вам перельют кровь из банка крови.

## Что нужно сделать перед сдачей крови

Для аутодонорства крови вам потребуется получить разрешение вашего медицинского сотрудника. Ваш медицинский сотрудник направит соответствующее назначение в кабинет доноров крови (Blood Donor Room) центра MSK. Вам также назначат день и время для сдачи крови. Вы должны быть записаны на прием каждый раз, когда сдаете кровь.

Плотно поешьте за 1–2 часа до назначенного времени процедуры сдачи крови. Также важно выпить перед приемом дополнительное количество жидкости. Это облегчит процесс сдачи крови и улучшит ваше самочувствие во время процедуры.

Вы не сможете сдать кровь, если вы плохо себя чувствуете или принимаете антибиотики в день сдачи крови. Антибиотики — это лекарства для лечения инфекций. В этом случае позвоните в кабинет доноров крови (Blood Donor Room) центра MSK по телефону 212-639-7648 перед сдачей крови. Попросите связать вас с медсестрой/медбратом.

## Что взять с собой

Принесите с собой список всех лекарств, которые вы принимаете, включая:

- рецептурные и безрецептурные лекарства, пластыри и кремы;
- лечебные средства из трав;
- витамины;
- пищевые добавки;

## добавки с содержанием железа.

Сдача крови может вызвать легкую анемию (пониженное количество красных кровяных телец в крови). При анемии вы можете чувствовать слабость и усталость. Чтобы этого не случилось, ваш медицинский

сотрудник может порекомендовать вам перед процедурой сдачи крови принимать добавку с содержанием железа, например сульфат железа. Вы можете купить его в аптеке без рецепта.

Не принимайте какие-либо добавки без предварительной консультации с медицинским сотрудником. Обсудите со своим медицинским сотрудником дозировку принимаемой вами добавки с содержанием железа.

Распространенные побочные эффекты приема добавок с содержанием железа включают:

- стул (кал) темного цвета;
- тошнота (ощущение подступающей рвоты);
- запоры (когда опорожнение кишечника происходит реже, чем обычно). Для предотвращения запоров ваш медицинский сотрудник может порекомендовать вам принимать размягчители стула, например docusate sodium (Colace®). Обсудите со своим медицинским сотрудником их дозировку.

Не принимайте какие-либо добавки без предварительной консультации с медицинским сотрудником.

## Куда идти

Schwartz Cancer Research Building  
1250 1<sup>st</sup> Ave. (между East 67<sup>th</sup> Street и East 68<sup>th</sup> Street)  
New York, NY 10065

Кабинет доноров крови открыт для аутодонорства с понедельника по пятницу с 9:00 до 15:00.

## Во время сдачи крови

Сдача крови займет около 1 часа с момента вашего прибытия и до момента ухода. Этот процесс включает перечисленные ниже этапы.

1. Вы заполните форму, указав в ней основные сведения о себе. Вам нужно

будет предъявить документ, удостоверяющий личность, в котором указано ваше имя, а также имеется ваше фото или подпись.

2. Сотрудник кабинета проверит ваше кровяное давление, температуру и уровень железа в крови.
3. Сотрудник центра также задаст вам вопросы о вашем самочувствии. Это позволит убедиться в том, что вы можете сдавать кровь в этот день.
4. Если у вас все в порядке, вы сдадите кровь. Это займет около 20 минут.

## После сдачи крови

После сдачи крови вам предложат сок и легкий перекус. Это поможет восполнить утраченный объем жидкости. Обязательно увеличьте количество выпиваемой жидкости в этот день, чтобы восполнить утраченный объем жидкости. Пейте воду и жидкости, содержащие электролиты (например, Gatorade®, Powerade® и другие спортивные напитки). Придерживайтесь обычного рациона питания.

В течение 24 часов после сдачи крови воздержитесь от выполнения интенсивных физических упражнений, таких, как поднятие тяжестей, бег или аэробика. Вам показана легкая нагрузка, например ходьба.

Если вы принимаете добавку с содержанием железа и docusate sodium, прекратите их прием за 2 дня до операции. У вас могут появиться синяки или раздражение в месте введения иглы. Если вы обнаружили большой синяк или сильное раздражение, либо если вы плохо себя чувствуете, позвоните своему медицинскому сотруднику и в кабинет доноров крови (Blood Donor Room) центра MSK.

Если у вас есть вопросы или опасения, позвоните своему медицинскому сотруднику. Вы можете связаться с сотрудником своей лечащей команды с понедельника по пятницу с 9:00 до 17:00. В остальное время вы можете оставить сообщение или поговорить с другим врачом центра MSK. Вы всегда можете связаться с дежурным врачом или медсестрой/медбратом. Если вы не знаете, как связаться со своим медицинским сотрудником, позвоните по номеру 212-639-2000.

Если у вас есть вопросы или опасения, позвоните своему медицинскому сотруднику. Специалист вашей лечащей команды ответит на звонок с понедельника по пятницу с 9:00 до 17:00 В другое время вы можете оставить сообщение или поговорить с другим врачом центра MSK. Вы всегда можете связаться с дежурным врачом или медсестрой/медбратом. Если вы не знаете, как связаться со своим медицинским сотрудником, позвоните по номеру 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe).

---

Being Your Own Blood Donor - Last updated on February 12, 2025

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center