

«НОШТӨРДӘ ЭШ МЕНӘН ТӘММИН ИТЕУГӘ БУЛЫШЛЫК  
КУРЬӨТЕУ ҮЗӘГЕ»  
МУНИЦИПАЛЬ БЮДЖЕТ УЧРЕЖДЕНИЕНЫ



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР СОДЕЙСТВИЯ  
ЗАНЯТОСТИ МОЛОДЕЖИ»

450097, Өфө к., Комсомол ур., 12  
Тел./факс: (347) 279-06-35, 279-06-56  
E-mail: eszm@mail.ru

450097, г. Уфа, ул. Комсомольская, 12  
Тел./факс: (347) 279-06-35, 279-06-56  
E-mail: eszm@mail.ru

ОКПО 52980290 ОРГН 1030204204458  
ИНН КР 0276060470-027601001

15.03.2018 № 44  
100

Руководителю предприятия,  
организации, учреждения

11 апреля 2018 года Совет трудящейся молодежи городского округа город Уфа Республики Башкортостан совместно с Республиканской станцией переливания крови проводят благотворительную акцию «День донора».

Приглашаем представителей Вашей организации принять участие в мероприятии и подарить шанс на здоровую жизнь тому, кто в этом нуждается.

Сдать кровь можно будет 11 апреля 2018 г. с 09.00 час. до 12.00 час. в Республиканской станции переливания крови (ул. Батырская, 41/1).

Участникам акции необходимо:

- внимательно ознакомиться с Приказом 364 «Об утверждении порядка медицинского обследования донора крови и ее компонентов» (Приложение 1);

- за 72 часа до сдачи крови выполнить рекомендации, указанные в Памятке Донору (Приложение 2);

- оставить персональную заявку по телефону или направить ее на адрес электронной почты [trudmolufa@mail.ru](mailto:trudmolufa@mail.ru) до 01 апреля 2018 г.

Контактное лицо: Юмагузина Лилия Рафисовна – начальник отдела по работе с трудящейся молодежью МБУ «Центр содействия занятости молодежи» ГО г. Уфа РБ, телефоны для связи: 279-06-35.

Приложение:

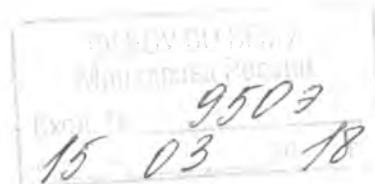
1. Приказ 364 «Об утверждении порядка медицинского обследования донора крови и ее компонентов» на 5 л. в 1 экз.;

2. Памятка Донору на 1 л. в 1 экз.

Директор

Е.В. Недопекина

Исп.: Юмагузина Л.Р.  
Тел.: 279-06-35



## П Р И К А З

Министерства здравоохранения Российской Федерации  
от 14 сентября 2001 г. N 364

### Об утверждении порядка медицинского обследования донора крови и ее компонентов

#### ПЕРЕЧЕНЬ

противопоказаний к донорству крови и ее компонентов

#### I. АБСОЛЮТНЫЕ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

(отвод от донорства независимо от давности заболевания и результатов лечения)

1. Гемотрансмиссивные заболевания.
  - 1.1. Инфекционные:
    - СПИД, носительство ВИЧ-инфекции и лица, относящиеся к группе риска (гомосексуалисты, наркоманы, проститутки)
    - Сифилис, врожденный или приобретенный
    - Вирусные гепатиты, положительный результат исследования на маркеры вирусных гепатитов (HBsAg, анти-HCV антител)
    - Туберкулез, все формы
    - Бруцеллез
    - Сыпной тиф
    - Туляремия
    - Лепра.
  - 1.2. Паразитарные:
    - Эхинококкоз
    - Токсоплазмоз
    - Трипаносомоз
    - Филяриатоз
    - Ришта
    - Лейшманиоз.
2. Соматические заболевания.
  - 2.1. Злокачественные новообразования.
  - 2.2. Болезни крови.
  - 2.3. Органические заболевания ЦНС.
  - 2.4. Полное отсутствие слуха и речи.
  - 2.5. Психические заболевания.
  - 2.6. Наркомания, алкоголизм.
  - 2.7. Сердечно-сосудистые заболевания:
    - гипертоническая болезнь II-III ст.
    - ишемическая болезнь сердца
    - атеросклероз, атеросклеротический кардиосклероз
    - облитерирующий эндоартериит, неспецифический аортоартериит, рецидивирующий тромбофлебит
    - эндокардит, миокардит
    - порок сердца.
  - 2.8. Болезни органов дыхания:
    - бронхиальная астма
    - бронхоэктатическая болезнь, эмфизема легких, обструктивный бронхит, диффузный пневмосклероз в стадии декомпенсации.
  - 2.9. Болезни органов пищеварения:
    - ахилеский гастрит
    - язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки.
  - 2.10. Заболевания печени и желчных путей:
    - хронические заболевания печени, в том числе токсической природы и неясной этиологии
    - калькулезный холецистит с повторяющимися приступами и явлениями холангита
    - цирроз печени.
  - 2.11. Заболевания почек и мочевыводящих путей в стадии

декомпенсации:

- диффузные и очаговые поражения почек
- мочекаменная болезнь.
- 2.12. Диффузные заболевания соединительной ткани.
- 2.13. Лучевая болезнь.
- 2.14. Болезни эндокринной системы в случае выраженного нарушения функций и обмена веществ.
- 2.15. Болезни ЛОР-органов:
  - озена
  - прочие острые и хронические тяжелые гнойно-воспалительные заболевания.
- 2.16. Глазные болезни:
  - остаточные явления увеита (ирит, иридоциклит, хориоретинит)
  - высокая миопия (6 Д и более)
  - трахома
  - полная слепота.
- 2.17. Кожные болезни:
  - распространенные заболевания кожи воспалительного и инфекционного характера
  - генерализованный псориаз, эритродермия, экземы, пиодермия, сикоз, красная волчанка, пузырьчатые дерматозы
  - грибковые поражения кожи (микроспория, трихофития, фавус, эпидермофития) и внутренних органов (глубокие микозы)
  - гнойничковые заболевания кожи (пиодермия, фурункулез, сикоз).
- 2.18. Остеомиелит острый и хронический.
- 2.19. Оперативные вмешательства по поводу резекции органа (желудок, почка, желчный пузырь, селезенка, яичники, матка и пр.) и трансплантации органов и тканей.

## II. ВРЕМЕННЫЕ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ

Наименования	Срок отвода от донорства
1	2
1. Факторы заражения гемотрансмиссивными заболеваниями:	
1.1. Трансфузии крови, ее компонентов (исключение составляют ожоговые реконвалесценты и лица, иммунизированные к резус-фактору).	6 месяцев
1.2. Оперативные вмешательства, в т. ч. аборты (необходимо представление медицинской справки (выписки из истории болезни) о характере и дате операции).	6 месяцев со дня оперативного вмешательства
1.3. Нанесение татуировки или лечение иглоукальванием.	1 год с момента окончания процедур
1.4. Пребывание в загранкомандировках длительностью более 2 месяцев.	6 месяцев
1.5. Пребывание в эндемичных по малярии странах тропического и субтропического климата (Азия, Африка, Южная и Центральная Америка) более 3 месяцев.	3 года
1.6. Контакт с больными гепатитами:	
гепатит А	3 месяца
гепатиты В и С.	1 год
2. Перенесенные заболевания:	
2.1. Инфекционные заболевания, не указанные в разделе "Абсолютные противопоказания":	
- малярия в анамнезе при отсутствии симптомов и отрицательных результатов иммунологических тестов	3 года

- брюшной тиф после выздоровления и полного клинического обследования при отсутствии выраженных функциональных расстройств	1 год
- ангина, грипп, ОРВИ	1 месяц
	после
	выздоровления
2.2. Прочие инфекционные заболевания, не указанные в разделе "Абсолютные противопоказания" и п. 2.1 настоящего раздела.	6 месяцев
	после
	выздоровления
2.3. Экстракция зуба.	10 дней
2.4. Острые или хронические воспалительные процессы в стадии обострения независимо от локализации.	1 месяц
	после
	купирования
	острого
	периода
2.5. Вегето-сосудистая дистония.	1 месяц
2.6. Аллергические заболевания в стадии обострения.	2 месяца
	после
	купирования
	острого
	периода
3. Период беременности и лактации.	1 год после
	родов,
	3 месяца
	после
	окончания
	лактации
4. Период менструации.	5 дней
	со дня
	окончания
	менструации
5. Прививки:	
- прививка убитыми вакцинами (гепатит В, столбняк, дифтерия, коклюш, паратиф, холера, грипп), анатоксинами	10 дней
- прививка живыми вакцинами (бруцеллез, чума, туляремия, вакцина БЦЖ, оспа, краснуха, полиомиелит перорально), введение противостолбнячной сыворотки (при отсутствии выраженных воспалительных явлений на месте инъекции)	1 месяц
- введение иммуноглобулина против гепатита В	1 год
- прививка вакциной против бешенства	2 недели
6. Прием лекарственных препаратов:	
- антибиотики	2 недели
	после
	окончания
	приема
- анальгетики, салицилаты	3 дня
	после
	окончания
	приема
7. Прием алкоголя.	48 часов
8. Изменения биохимических показателей крови:	
- повышение активности аланин-аминотрансферазы (АЛТ) менее чем в 2 раза	3 месяца
- повторное повышение или увеличение АЛТ в 2 и более раз	отстранение
	от донорства
	и направление
	на обследовании
- диспротеинемия	1 месяц

Примечание. При наличии у донора заболеваний, не вошедших в данный

Перечень, вопрос о допуске к донорству решается комиссионно врачом-трансфузиологом и соответствующим(ими) специалистом(ами).

**Приложение 3**  
**к Порядку медицинского обследования**  
**донора крови и ее компонентов**

**НОРМЫ СОСТАВА И БИОХИМИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ**  
**ПЕРИФЕРИЧЕСКОЙ КРОВИ**

Показатели	Пределы колебаний	Метод исследования
1	2	3
Гемоглобин: мужчины	не менее 130 г/л	Колориметрический метод
женщины	не менее 120 г/л	Купросульфатный метод
Гематокрит: мужчины	0,40-0,48 л/л	Центрифужный метод
женщины	0,38-0,42 л/л	
Количество эритроцитов:		Подсчет в автоматическом
мужчины	$(4,0-5,5) \times 10^{12}$ /л	счетчике или камере Горяева
женщины	$(3,8-4,7) \times 10^{12}$ /л	
СОЭ:		Микрометод Панченкова
мужчины	не более 10 мм/ч	
женщины	не более 15 мм/ч	
Количество тромбоцитов	$(180-320) \times 10^9$ /л	Подсчет в камере Горяева, подсчет в окрашенном мазке крови, подсчет в автоматическом счетчике
Количество лейкоцитов	$(4-9) \times 10^9$ /л	Подсчет в автоматическом счетчике, подсчет в камере Горяева
Лейкоцитарная формула:		Подсчет в окрашенном мазке
Палочкоядерные нейтрофилы	1-6%	
Сегментоядерные нейтрофилы	47-72%	
Базофилы	0-1%	
Эозинофилы	0,5-5%	
Моноциты	2-10%	
Лимфоциты	18-38%	
Билирубин	5,1-17 мкмоль/л	Метод Йендрашика
Аланинаминотрансфераза	0,1-0,68 ммоль/час-л	Метод Райтмана и Френкеля
Общий белок сыворотки	65-85 г/л	Биуретовый метод

крови		
+ Беловые фракции сыворотки крови		Электрофоретический метод
Альбумин	56,5-66,8%	
Глобулины	33,2-43,5%	
альфа 1-глобулины	3,5-6%	
альфа 2-глобулины	6,9-10,5%	
бета-глобулины	7,3-12,5%	
гамма-глобулины	12,8-19%	
+ Время свертывания крови	5-10 мин	Метод Ли-Уайта
+ Ретикулоциты	2-10%	Подсчет в окрашенном мазке
+-----	+-----	+-----

## ПАМЯТКА ДЛЯ ДОНОРА!

**Стать донором может практически любой здоровый гражданин Российской Федерации, если он старше 18 лет и весом более 50кг. Однако существуют определенные медицинские противопоказания к донорству крови и ее компонентов.**

### Рекомендации до и после донации

#### Как подготовиться к сдаче крови?

- **Накануне и в день сдачи крови запрещено употреблять** жирную, жареную, острую и копченую пищу, колбасные изделия, а также мясные, рыбные и молочные продукты, яйца и масло (в т.ч. растительное), шоколад, орехи и финики. **Натощак сдавать кровь не нужно!**
- Лучше пить сладкий чай с вареньем, соки, морсы, компоты, минеральную воду и есть хлеб, сухари, сушки, отварные крупы, макароны на воде без масла, овощи и фрукты, кроме бананов.
- За 48 часов до визита на станцию переливания нельзя употреблять алкоголь, а за 72 часа — принимать лекарства, содержащие аспирин и анальгетики.
- Утром нужно легко позавтракать, а непосредственно перед процедурой донору положен сладкий чай.
- Также за час до сдачи крови следует воздержаться от курения.
- Медики установили, что лучше всего на кровопотерю организм реагирует именно в утренние часы. И чем раньше происходит донация, тем легче переносится эта процедура. После 12.00 сдавать кровь рекомендуется только постоянным донорам.
- Не следует сдавать кровь после ночного дежурства или просто бессонной ночи.
- Не планируйте сдачу крови непосредственно перед экзаменами, соревнованиями, сдачей проекта, на время особенно интенсивного периода работы и т. п.
- При себе необходимо иметь паспорт с регистрацией (либо свидетельство о временной регистрации) в том регионе, где сдается кровь (в настоящее время создается электронная система, которая позволит после 2012 года сдавать донорам кровь вне зависимости от места прописки).

Следование этим несложным правилам особенно важно при сдаче тромбоцитов или плазмы, их нарушение повлияет на качество заготавливаемых компонентов крови

Что касается самочувствия во время кроводачи, то у некоторых людей наблюдается легкое головокружение. Недомогание может быть вызвано снижением уровня гемоглобина, что вызывает понижение давления. Однако обычно организм здорового человека с этим легко справляется.

#### После сдачи крови

- Непосредственно после сдачи крови посидите расслабленно в течение 10–15 минут.
- Если вы чувствуете головокружение или слабость, обратитесь к персоналу. Самый простой способ победить головокружение: лечь на спину и поднять ноги выше головы, либо сесть и опустить голову между колен).
- Воздержитесь от курения в течение часа до и после кроводачи.
- Не снимайте повязку в течение 3–4 часов, старайтесь, чтобы она не намочла.
- Старайтесь не подвергаться значительным физическим нагрузкам в течение суток.
- Воздержитесь от употребления алкоголя в течение суток.
- Старайтесь обильно и регулярно питаться в течение двух суток.
- Употребляйте повышенное количество жидкости в течение двух суток.
- Прививки после сдачи крови разрешаются не ранее чем через 10 суток.
- Ограничений по вождению автомобиля в день кроводачи нет. За руль мотоцикла можно садиться через 2 часа после кроводачи.

## Как часто можно сдавать кровь?

В целях безопасности донорства также важно соблюдать правила, установленные медиками. Так, мужчины могут сдавать кровь не более 5 раз в год, женщины — не более 4.

Исходные процедуры	Последующие процедуры			
	Цельная кровь	Плазма	Тромбоциты	Лейкоциты
Цельная кровь	60 дней	30 дней	30 дней	30 дней
<b>Плазма:</b>				
доза 250-300 мл	7-14 дней	7-14 дней	7-14 дней	7-14 дней
доза 500-600 мл	14 дней	14 дней	14 дней	14 дней
<b>Тромбоциты</b>	14 дней	14 дней	14 дней	14 дней
<b>Лейкоциты</b>	30 дней	14 дней	14 дней	30 дней

### Повторный приход донора очень важен!

Почему доноров, однократно сдавших кровь или прекративших сдавать кровь регулярно, приглашают прийти в учреждение службы крови на повторное (очередное) обследование или кроводачу.

Доноров приглашают с целью проведения повторного анализа крови, чтобы убедиться в том, что кровь донора не содержит инфекций ВИЧ, гепатитов В, С, сифилиса.

Инфекции, которые могут содержаться в плазме, имеют так называемый скрытый серонегативный период вирусносительства. Это значит, что при первой сдаче крови донора эти инфекции могут быть не обнаружены. Плазма помещается в специальный "холодильник" – низкотемпературный комплекс для хранения компонентов крови. Такое хранение плазмы до повторной проверки донора называется карантинизацией. Карантинизация плазмы длится 6 месяцев.

Только по истечении этого срока мы можем с уверенностью сказать, содержит ли плазма вирусы или нет. Выдача плазмы в медицинскую организацию возможна только после повторной явки донора не ранее, чем через 180 дней, и при наличии у него отрицательного результата на инфекционные маркеры (ВИЧ, гепатит, сифилис).

Если Вы сдали кровь - это только полдела. Нужно помнить о необходимости приходе на повторный анализ через шесть месяцев.