



REGIONALNE CENTRUM KRWIODAWSTWA I KRWIOLECZNICTWA W ŁODZI

Włącz się w krwiobieg

Sytuacja

Regionalne Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Łodzi to publiczny zakład opieki zdrowotnej. Naszym zadaniem jest zaopatrywanie w krew i w tworzone na jej bazie preparaty jednostek medycznych w województwie łódzkim. By działać efektywnie, dziennie potrzebujemy około 300 (słownie: trzystu) donacji. Epidemia utrudniła nam działanie. Nie możemy organizować zbiórek krwi w szkołach, zakładach pracy, instytucjach. Trudniej zorganizować zbiórkę wyjazdową, liczba osób, które możemy przyjąć w autobusie zmniejszyła się o połowę. Zapotrzebowanie na krew jednak nie spada. Nawet wzrasta – po miesiącach ograniczeń związanych z COVID-19, szpitale powoli wracają do wykonywania zabiegów planowych. Bez krwiodawstwa to niemal niemożliwe – potrzebujemy wsparcia.

Nasza prośba

Wiemy, że obecna sytuacja jest trudna. Mimo wszystko chcemy Cię poprosić o przysługę – **poświęcenie kilku sekund na nagranie dla nas filmu telefonem komórkowym z prośbą do Twoich odbiorców, klientów i klientek, publiczności, by oddali krew i umieszczenie go na Twoich mediach społecznościowych.** Odwdzięczymy się zapewniając bezpieczeństwo Tobie i Twoim bliskim.

Jak taki film mógłby wyglądać?

Nie powiemy Ci, co masz powiedzieć. Chcemy, by Twoje nagranie było jak najbardziej naturalnie – by było szczere, w stu procentach „Twoje”. Dla nas najważniejszy jest przekaz „Krew zapewnia nam bezpieczeństwo i ratuje życie. W tej chwili nie ma jej za dużo – pomożesz?”. Kilka sugestii dotyczących treści, które mogą Ci pomóc:

- **Kilka słów o Tobie** – kim jesteś, gdzie możemy Cię spotkać na co dzień, jak sobie radzisz w obecnej, epidemiologicznej sytuacji.
- **Kilka słów apelu o oddanie krwi** – krew zapewnia bezpieczeństwo nam wszystkim, ratuje życie, jej oddawanie jest proste i wcale nie boli. To niby tylko chwila, efekty tej chwili są co najmniej satysfakcjonujące.
- **Apel do innych** – nie wszyscy chcą, nie wszyscy mogą oddać krew. Jasne – rozumiemy. Może jednak znają takich, którzy mogliby ją oddać? Może znajdą kilka sekund i nagrają dla



REGIONALNE CENTRUM KRWIODAWSTWA I KRWIOLECZNICTWA W ŁODZI

nas film z prośbą do swoich znajomych, klientów, odbiorców?

- **Kilka słów o akcji „włącz się w krwiobieg”** - jeżeli masz życzenie, chciałbyś lub chciałabyś skomentować. No i hasztag w opisie **#naczyniapolaczone**

Kilka informacji, które mogą Cię zainteresować:

- Każda grupa krwi jest dla nas tak samo ważna. To, co się zmienia, to stany zapasów poszczególnych grup. Nie powiemy Ci, jakiej grupy brakuje nam najbardziej – jutro może brakować nam innej. Dla nas liczy się systematyka, ciągłość oddawania.
- Jesteś ciekaw/a, jakiej krwi potrzebujemy? Stany zapasów krwi znajdziesz na stronie www.krwiodawstwo.pl
- Poczucie satysfakcji z oddania krwi to jedno. Drugie, to konkretne profity, które przysługują Ci jako krwiodawcy.
 - Po każdym oddaniu krwi przysługuje Ci dzień wolny od pracy – tak, wystawiamy zaświadczenia dla pracodawców.
 - Każde oddanie krwi, to bezpłatne badania. Zarówno krwi (także pod kątem wirusów HIV, HBS/HCV), jak i ogólnego stanu zdrowia.
 - Ekwiwalent kaloryczny – pudełko z 9 tabliczkami czekolady!
 - Oddanie krwi traktowane jest jak darowizna – tak, możesz odliczyć ją od podatku!
 - Zostając Zasłużonym Honorowym Dawcą Krwi (oddając co najmniej 5 lub 6 litrów krwi, zależnie od płci), możesz liczyć na łatwiejszy dostęp do służby zdrowia, niższe ceny leków refundowanych i bezpłatną komunikację miejską.
- Do operacji serca potrzeba ok. 6 jednostek krwi. Przeszczep wątroby? Ok. 20 jednostek.
- Jak się przygotować do oddawania krwi? Wyśpij się. Zjedz lekkostrawne śniadanie. Wypij więcej niż zwykle (zalecamy ok. 2 litry, nie musi być woda, tak – może być to kawa). Wypal mniej niż zwykle (zalecamy – ogranicz palenie! A najlepiej rzuć).

Masz wątpliwości? Zapytaj:

Sekcja Organizacji Honorowego Krwiodawstwa

tel. (42)-61-61-407

e-mail: propagowanie@krwiodawstwo.pl

Jesteśmy do dyspozycji