

Oddaj krew w MZK

[1]

Już po raz drugi Miejski Zakład Komunikacji w Toruniu, we współpracy z Regionalnym Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Bydgoszczy, organizuje akcję krwiodawstwa. Zbiórka krwi pod hasłem „W tym morzu liczy się każda kropla” odbędzie się 17 października 2021 r. w zajezdni autobusowej przy ul. Legionów 220. Osoby, które oddadzą krew, dostaną karty rabatowe na paliwo ze stacji paliw MZK.

Krew jest prawdziwym darem życia. Mimo postępu medycyny nie udało się dotąd stworzyć substancji, która mogłaby ją w pełni zastąpić. Jedyną jej fabryką jest ludzki organizm. Dlatego tak ważne jest, by podzielić się nią z potrzebującymi, zwłaszcza w czasie pandemii, kiedy w całym kraju spadła liczba chętnych do jej oddawania. Stąd właśnie pomysł, by ponownie zaprosić krwiobus do zajezdni autobusowej Miejskiego Zakładu Komunikacji.

Pierwsza edycja akcji poboru krwi „W tym morzu liczy się każda kropla” odbyła się 21 marca br. Wówczas zgłosiło się 35 osób, które łącznie oddały 15,75 l „daru życia”. Druga edycja akcji odbędzie się w niedzielę 17 października w godz. 9.00-14.00. Krew może oddać każdy, nie tylko pracownicy MZK, lecz wszyscy chętni. Przy okazji będzie można także zarejestrować się jako potencjalny dawca szpiku - bez dodatkowych badań i formalności, wystarczy oddać krew.

Osoby, które wezmą udział w zbiórce krwi, dostaną **karty rabatowe na paliwo ze stacji paliw MZK** przy ul. Legionów 220.

Co ważne, oddawanie krwi nie boli, jest bezpieczne, trwa kilka minut i odbywa się z ścisłym zachowaniem rygorów bezpieczeństwa.

Kto może oddawać krew?

Krew mogą oddawać osoby pełnoletnie do 65 roku życia, zdrowe, które nie mają żadnych objawów infekcji, ważące nie mniej niż 50 kilogramów. Zgłaszający się do oddania krwi powinien posiadać przy

sobie dokument ze zdjęciem potwierdzający tożsamość i numer PESEL.

Jak się przygotować?

Przed oddaniem krwi w ciągu doby należy wypić ok. 2 litrów płynów (woda mineralna, soki), być wyspanym i wypoczętym, spożyć lekki posiłek, w miarę możliwości wyeliminować z diety tłuszcze pochodzenia zwierzęcego, ograniczyć palenie papierosów i nie pić alkoholu (również w dniu poprzedzającym oddanie krwi).

ODDAWANIE KRWI JEST BEZPIECZNE – w tym celu używa się wyłącznie sprzętu jednorazowego użytku, w związku z czym nie ma zagrożenia zakażenia wirusami przenoszonymi drogą krwi. Wizyta w ambulansie rozpoczyna się od wypełnienia kwestionariusza i rejestracji oraz pobrania próbki krwi i badania lekarskiego.

Sam pobór trwa około 5-10 minut (pobierana jest najczęściej jedna jednostka krwi pełnej, czyli 450 ml), a po nim następuje 15 minutowy odpoczynek, po którym dawca odbiera ekwiwalent kaloryczny (czekolady i sok).

Zapraszamy wszystkich do oddawania krwi. Nie tylko pracowników MZK, ale każdego, kto chce się podzielić tym wyjątkowym lekiem. To może uratować czyjeś zdrowie lub życie!

[Kliknij, aby zapoznać się ze szczegółowymi informacjami nt. oddawania krwi - DOC](#) [2]

Odnosiniki:

[1] https://torun.pl/sites/default/files/mzk_2021_10_04_krwiobus_2_www.jpg

[2] https://torun.pl/sites/default/files/pliki/mzk_krwiobus_kto_moze_zostac_dawca_krwi.docx