

## Cenna krew!



Autor: fot. arch. rodzinne Emila Góreckiego

Każdy z nas może potrzebować tego szczególnego daru. Wakacyjne miesiące to tradycyjnie czas, kiedy krwi brakuje najbardziej. Zwiększony ruch na drogach to więcej wypadków, których ofiary mogą potrzebować transfuzji.

## Emil Górecki – Honorowy Dawca Krwi

Bądź bohaterem, uratuj komuś życie, jak Emil Górecki – od tego roku dumny posiadacz legitymacji i odznaki „Honorowy Dawca Krwi – Zasłużony dla Zdrowia Narodu”. Na co dzień pracuje w urzędzie marszałkowskim. Jego przygoda z krwiodawstwem rozpoczęła się w 2005 r. podczas odbywania zasadniczej służby wojskowej.

– Za pierwszym razem był lekki strach, ale przekonałem się, że to nic nie boli i mogę pomóc innym. Od tego momentu pan Emil oddał ponad 20 litrów krwi. Kontynuuje pomaganie i zachęca do tego innych. – Oddawajmy krew, każda jej kropla jest ważna. Angażujmy znajomych, bo nigdy nie wiadomo, kiedy ten cenny dar będzie nam potrzebny.

## Krew to życie

- Co minutę ktoś potrzebuje krwi
- 450 ml tyle zawiera jednostka krwi; może uratować życie nawet 3 osobom
- 72 tys. – tylu było w 2021 r. krwiodawców na Mazowszu. To wciąż za mało w skali regionu i kraju

**Źródło: US w Warszawie1**

- 0 RH minus to najbardziej poszukiwana grupa krwi, może być przetoczona każdemu biorcy w nagłej sytuacji. Brakuje też grup: B Rh- i AB Rh- (sprawdź na [krew.info/zapasy](http://krew.info/zapasy))
- 1 h – tyle potrzebujesz, by oddać krew i załatwić formalności.

# Kto może zostać krwiodawcą?

- Każda zdrowa dorosła osoba (18–65 r.ż.), która pomyślnie przejdzie proces kwalifikacji
- Krew można oddać w Regionalnym Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Warszawie (ul. Saska 63/75) lub jego oddziałach terenowych, szczegóły na [www.rcik-warszawa.com.pl](http://www.rcik-warszawa.com.pl) oraz w mobilnych krwiobusach
- Po oddaniu krwi unikaj szybkiej zmiany pozycji z leżącej na stojącą, najpierw usiądź, dopiero po chwili wstawaj.

## Krwiobusy

To potoczna nazwa mobilnych punktów poboru krwi. Już 1 września ambulans dotrze m.in. do Płońska i Wyszkowa, kolejnego dnia będzie w Węgrowie, a 5 września w Płocku.

## Benefity dla krwiodawców

Jest ich wiele, m.in. bezpłatne badania krwi, dzień wolny od pracy i nauki, pierwszeństwo w kolejce do lekarza specjalisty, zniżki na niektóre leki i... 8 tabliczek czekolady.

Dumnym posiadaczem legitymacji i odznaki „Honorowy Dawca Krwi – Zasłużony dla Zdrowia Narodu” jest Emil Górecki. Średnio co dw  
miesiące, a w przypadku osocza co miesiąc, odwiedzał jeden z punktów krwiodawstwa, by zrobić coś dobrego dla innych.



fot. arch.prywatne

Krwiobusy to mobilne punkty poboru krwi.



fot. arch. Urzędu m.st. Warszawy

UWAGA

Informacje opublikowane przed 1 stycznia 2021 r. dostępne są na stronie [archiwum.mazovia.pl](http://archiwum.mazovia.pl)