

# Urząd Miejski w Łomiankach

<https://lomianki.pl/pl/aktualnosci/2208,25-czerwca-ida-na-rekord-w-oddawaniu-krwi.html>  
02.07.2024, 16:47

## 25 czerwca idą na rekord w oddawaniu krwi

25 czerwca będzie miała miejsce próba pobicia rekordu Polski w ilości oddanej honorowo krwi. Odbędzie się ona podczas Wielkiego Pikniku Krwiodawstwa, który organizuje Klub HDK PCK Strażak we współpracy z Powiatem Warszawskim Zachodnim.

### 25 czerwca idą na rekord w oddawaniu krwi

25 czerwca będzie miała miejsce próba pobicia rekordu Polski w ilości oddanej honorowo krwi. Odbędzie się ona podczas Wielkiego Pikniku Krwiodawstwa, który organizuje Klub HDK PCK Strażak we współpracy z Powiatem Warszawskim Zachodnim.



**Dar Serca**  
Wielki Piknik Krwiodawstwa  
**Wspólnie pobijmy rekord Polski!**  
25.06.2016 (sobota)  
godz. 9:00-16:00  
Ożarów Mazowiecki

Patronat Honorowy:  
Organizator:  
www.pwz.pl

Partnerzy:  
Powiat Warszawski Zachodni

Poprzedni rekord Polski został ustanowiony w 2015 r. Udało się wówczas pozyskać 178 litrów krwi od 397 uczestników. Organizatorzy imprezy w Ożarowie Mazowieckim liczą, że uda im się ten wynik poprawić. Na miejscu akcji pojawi się 5 ambulansów przystosowanych do badań oraz oddawania krwi. Poza mobilnymi punktami pobrań, przewidziano też kilka stanowisk stacjonarnych, które będą ulokowane w budynku Starostwa Powiatu Warszawskiego Zachodniego. Wszystkie próbki krwi zebrane podczas pikniku zostaną zbadane. Jak zaznaczają organizatorzy, to świetna okazja do zrobienia darmowych badań i sprawdzenia swojego stanu zdrowia. Skład krwi często sygnalizuje, że w organizmie dawcy rozpoczynają się procesy chorobowe. Pozwala to na czas rozpocząć leczenie, dzięki któremu można uniknąć lub zminimalizować skutki groźnych chorób.

Wielki Piknik Krwiodawstwa odbędzie się w sobotę, 25 czerwca przy ul. Poznańskiej 129/133 w

Ożarówie Mazowieckim. Rejestracja dawców rozpocznie się o godz.9.00 i potrwa do godz. 16.00. Osobom, które oddadzą krew będzie przysługiwać w tym dniu zwolnienie z pracy.

Każdy uczestnik, poza posiłkiem regeneracyjnym – czekoladą i wojskową grochówką – otrzyma od organizatorów specjalny medal okolicznościowy i los na loterię, w której będzie można wygrać atrakcyjne nagrody. Na zwycięzców czekają m.in. sprzęt AGD, zaproszenie na ekskluzywną kolację w hotelu Mazurkas, vouchery na zwiedzanie PGE Narodowego, wejściówki do tunelu aerodynamicznego Fly Spot oraz bilety wstępu do Podniebny Cyrku w Julinku, największego Parku Linowego w Polsce.

Dodatkowe atrakcje, jakie przygotowali organizatorzy imprezy, to m.in. pokazy kulinarne gwiazd programów MasterChef, Top Chef i Hell's Kitchen, miasteczko ruchu drogowego, a także pokaz ratownictwa medycznego w wykonaniu aktualnych wicemistrzów świata ze Stacji Ratownictwa Medycznego w Błoniu. Przewidziano także turniej piłki nożnej w dwóch kategoriach wiekowych. Podczas imprezy będzie można również skorzystać z porad dietetyka i za pomocą smokolizera zmierzyć poziom szkodliwego tlenku węgla w wydychanym powietrzu. Dzięki alkologolom kierowcy będą mogli sprawdzić, jak 1 promil alkoholu we krwi upośledza postrzeganie i szybkość reakcji. Imprezę zakończy koncert Kasi Lesing i Jamrose.

### **Kto może oddać krew?**

Krwiodawcą może zostać każda osoba między 18 a 65 rokiem życia, ważąca powyżej 50 kg. Przed oddaniem krwi należy być wyspanym i wypoczętym. Warto też zjeść lekkostrawny, niskokaloryczny posiłek. W ciągu doby poprzedzającej oddanie krwi należy wypić ok. 1,5 płynów, nie wolno natomiast spożywać w tym czasie alkoholu. Do punktu krwiodawstwa nie powinny zgłaszać się osoby z objawami przeziębienia lub przyjmujące lekki.

### **Jak oddać krew?**

1. Oddawanie krwi jest bezpieczne i wraz z badaniem trwa około godziny. Pierwszym krokiem jest wypełnienie kwestionariusza, w którym kandydat na krwiodawcę odpowiada na pytania o stan zdrowia, przebyte choroby i ewentualne przeciwwskazania. Dotyczą one m.in. przyjmowanych leków, czasu od ostatniej wizyty u stomatologa czy posiadanych tatuaży.
2. Po wypełnieniu kwestionariusza następuje rejestracja dawcy. Potrzebny będzie numer PESEL oraz dokument ze zdjęciem potwierdzającym tożsamość (np. dowód osobisty, prawo jazdy lub paszport). Nie trzeba obawiać się o swoje dane osobowe. Krwiodawstwo zapewnia ich pełną ochronę.
3. Kolejny krok to sprawdzenie zbadanie poziomu hemoglobiny lub morfologia krwi oraz oznaczenie grupy krwi. Krwiodawca nie może mieć zbyt niskiego poziomu czerwonego barwnika krwi, którego główną funkcją jest przenoszenie tlenu. Można go uzupełnić m.in. spożywając produkty bogate w żelazo.
4. Następnie kandydat na dawcę poddawany jest krótkiemu badaniu, podczas którego mierzone jest ciśnienie krwi. Lekarz przeprowadza też wywiad medyczny, zwracając uwagę m.in. na wagę, tętno, węzły chłonne i zmiany skórne w okolicach miejsca wkłucia.
5. Jeżeli poziom cukru we krwi okaże się zbyt niski, dawca otrzymuje produkt, który pozwoli go

podwyższyć, np. czekoladowy wafelek lub kubek kawy.

6. Teraz można przystąpić do oddania krwi, które odbywa się w przeznaczonym do tego celu fotelu. Pielęgniarka przemywa zgięcie łokciowe i wkłuwa igłę. Procedura nie jest bolesna, a samo pobieranie krwi trwa około 10 minut. Po oddaniu krwi dawca otrzymuje regeneracyjny posiłek o wartości 4500 kalorii.

inf. na podstawie PWZ

[Poprzedni Strona](#)

[Następny Strona](#)