

14 июня  
2026 года

К сведению:

В Республике  
Беларусь:

За последние годы рекрутировано максимальное количество доноров крови, ее компонентов. Это позволило достичь максимальных за историю национальной службы крови и достаточных для выполнения нормативов государственного обеспечения потребностей организаций здравоохранения для плановой и экстренной трансфузиологической помощи объемов заготовки.

В донациях приняли участие более 100 000 доноров крови, ее компонентов.

Свыше 68 000 доноров крови, ее компонентов награждены знаком отличия «Ганаровы донор Рэспублікі Беларусь».

Национальная служба крови полностью обеспечивает организации здравоохранения качественными и безопасными компонентами крови, диагностическими наборами собственного производства, а также основными лекарственными средствами из плазмы крови человека.

**Обратите  
внимание:**

Понятие «донор» происходит от латинского слова «дарящий». Это означает, что человек искренне дарит страждущему частицу себя, т.е. совершает высочайший факт гуманности, не требуя никаких вознаграждений, даже не зная того, кому его кровь будет предназначена.

Донор, регулярно сдающий кровь, живет в среднем на 5 лет дольше, поскольку омолаживается организм.

Каждая донация – это чувство самоутверждения и морального удовлетворения, повышения стрессоустойчивости.



# Единый день здоровья



## Всемирный день донора крови

Традиционно 14 июня во всем мире отмечается Всемирный день донора крови. **Тема кампании этого года — «Спасибо донорам крови».** В этот день мы выражаем искреннюю благодарность людям, которые сдают свою кровь, ее компоненты, необходимые для спасения человеческих жизней, и ставим цель привлечь внимание к необходимости участия в регулярном добровольном донорстве.

Наличие безопасной крови, ее компонентов является

критически важной составляющей для оказания многих видов медицинской помощи в хирургии, акушерстве и гинекологии, онкологии, трансплантологии позволяющей ежедневно спасать жизни людей.

Службы крови, обеспечивающие доступ пациентов к достаточным запасам безопасной крови и продуктов крови, – ключевые компоненты эффективных систем здравоохранения. Надлежащее снабжение может быть обеспечено

только благодаря регулярному, добровольному и безвозмездному донорству крови.

Каждый человек, ставший донором, вносит свой вклад в будущее, где каждый пациент сможет вовремя получить необходимые компоненты крови для лечения.



### Как стать донором?

Донорами крови могут быть граждане Республики Беларусь, а также иностранные граждане и лица без гражданства, постоянно проживающие в Республике Беларусь в возрасте от 18 до 65 лет, обладающие полной дееспособностью, прошедшие медицинский осмотр, не страдающие заболеваниями и не находящиеся в состояниях, при которых сдача крови, её компонентов противопоказана. Вес донора должен быть не менее 55 кг.

**Какие документы необходимо иметь при себе:**

Документ, удостоверяющий личность.

Выписку из медицинских документов, срок годности 12 месяцев (с указанием флюорографии, гинеколога и др. исследований).

**Перед дачей крови соблюдать рекомендации:**

Не планируйте дачу крови после ночной смены, перед экзаменами, соревнованиями, на время особенно интенсивного периода работы и т.п.

Женщины и девушки могут сдавать кровь через 3 дня после месячных.

Не приходите на дачу крови и ее компонентов при наличии признаков недомогания (насморк, кашель, головная боль, боль в горле и др.).

За 3 дня до дачи крови не употребляйте спиртные напитки.

Накануне вечером и в день дачи крови не употребляйте жирную пищу (сало, жирное мясо, сливочное масло, сметану, молоко, творог, майонез). На ужин продукты, содержащие красители

(свекла, помидоры, напитки и др.).

Приходите на сдачу крови, отдохнувшим.

В день сдачи крови обязательно нужно позавтракать (чай с булкой, каша на воде, картофель отварной — все без масла).

Не скрывайте от врача сведения о перенесенных заболеваниях, о случайных половых связях, которые могут повлечь за собой заболевания вирусными инфекциями (ВИЧ, гепатиты, инфекции, передающиеся половым путем).

Воздержитесь от употребления лекарств.

Воздержитесь от курения 12 часов до процедуры.

Помните, что от решения стать донором, может зависеть жизнь человека, нуждающегося в вашем участии.

