



ДЕНЬ ДОНОРА
в Общественной палате
Российской Федерации
19 декабря 2016г.
с 9.00 до 12.00

Рекомендации по подготовке к сдаче крови

- ✓ Накануне и в день сдачи крови не рекомендуется употреблять жирную, жареную, острую и копченую пищу, а также молочные продукты, яйца и масло, шоколад и финики, бананы.
- ✓ Лучше пить сладкий чай с вареньем, соки, морсы, компоты, минеральную воду и есть хлеб, сухари, сушки, отварные крупы, макароны на воде без масла, овощи и фрукты (кроме бананов).
- ✓ За 48 часов до процедуры донации нельзя употреблять алкоголь, а за 72 часа – принимать лекарства содержащие аспирин и анальгетики.
- ✓ Утром нужно легко позавтракать. **Нельзя сдавать кровь натощак!**
- ✓ **За 3 часа до донации воздержитесь от курения!**

Не забудьте взять паспорт!

Противопоказания к сдаче крови

1. Абсолютные противопоказания

(не зависят от давности заболевания и результатов лечения):

ВИЧ-инфекция, сифилис, вирусные гепатиты, болезни крови, онкологические заболевания, бронхиальная астма, болезни эндокринной системы, сердечно-сосудистые заболевания, высокая миопия (6 Д и более).

С полным списком Вы можете ознакомиться здесь:

<http://www.bloodfmba.ru/ru/important/whocan>

Противопоказания к сдаче крови

2. Временные противопоказания

(действуют лишь определенный срок в зависимости от причины):

- ✓ удаление зуба (10 дней),
- ✓ менструация (в т.ч. 5 дней после окончания),
- ✓ ангина, грипп, ОРВИ (1 месяц с момента выздоровления),
- ✓ нанесение татуировки, пирсинг или лечение иглоукалыванием (1 год),
- ✓ приём гормональных контрацептивов (1 месяц после окончания приёма),
- ✓ аборт (6 месяцев),
- ✓ период беременности и лактации (1 год после родов, 3 месяца после окончания лактации), прививки.

Справка донора

ФГБУЗ
ЦЕНТР КРОВИ
ФМБА России
Москва, Щукинская ул., д. 6,
к. 2, т. 8(499)190-75-55

Медицинская документация
Форма 402/у

17530

Справка серия АП

Дана донору Внуков А.И.
(фамилия, имя, отчество)

в том, что он(а) дал(а) кровь 18 АПР 2013
(число, месяц, год)

Дана для предъявления по месту работы.

В день сдачи крови и ее компонентов, а также в день связанного с этим медицинского обследования работник освобождается от работы.

После каждого дня сдачи крови и ее компонентов работнику предоставляется дополнительный день отдыха. Указанный день отдыха по желанию работника может быть присоединен к ежегодному оплачиваемому отпуску или использован в другое время в течение года после дня сдачи крови и ее компонентов.

При сдаче крови и ее компонентов работодатель сохраняет за работником его средний заработок за дни сдачи и предоставленного в связи с этим дня отдыха.

Трудовой кодекс Российской Федерации, 2001 г., ст. 186.

Центр крови
ФМБА России

М.П.

Пчелина И.С.
Лицо, выдавшее справку

(подпись)

Справка формы 402/у
выдается донору
после успешной кроводачи.
Данная справка
предъявляется
по месту работы.

В соответствии со статьей 186
Трудового кодекса РФ
после каждого дня сдачи
крови и ее компонентов
работнику предоставляется
дополнительный день отдыха.

Справка донора



Первый день отдыха

по согласованию с руководством
МОЖНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ в день
донации.

Дополнительный день отдыха

по желанию работника может
быть присоединен к ежегодному
оплачиваемому отпуску
или использован в другое время
в течение года, после
сдачи крови и ее компонентов.