[Národná Transfúzna Služba (ntssr.sk)](https://www.ntssr.sk/web/o_darovani_krvi/proces_darovania_krvi) – video – proces darovania krvi

**Mýty a fakty o darovaní krvi**

**Mýtus:** **Vegetariáni nemôžu darovať krv.**

**Fakt:** Vegetarián, ktorý má v strave mäso nahradené dostatočným množstvom strukovín, konzumuje zároveň aj viac zeleniny a ovocia, nie je ohrozený málokrvnosťou ani pri pravidelnom darovaní krvi.

**Mýtus: Darca krvi sa pri odbere krvi môže nakaziť**

**Fakt:** Riziko infikovania darcu pri odbere je podľa transfuziológov za posledných 15 až 18 rokov u nás nulové. Darca totiž prichádza do styku vždy len s jednorazovým materiálom. Pri každom odbere krvi sa robí vyšetrenie na prevenciu prenosu 4 nebezpečných chôrob – infekčných žltačiek typu B a C, na prevenciu prenosu AIDS, kde sa vyšetrujú protilátky anti HIV 1 a HIV 2, a na prevenciu syfilisu.

**Mýtus: Odber 450ml bude telu chýbať. Predsa je to takmer pol litra.**

**Fakt:** V ľudskom tele koluje približne 5-6 litrov krvi, v závislosti od hmotnosti. Aj to je len dôvodom, prečo musí mať darca krvi najmenej 50 kg. Necelého pol litra krvi (niekedy sa odoberie aj menej) je 1/10 až 1/12 objemu. Toto množstvo si organizmus pomerne rýchlo doplní.

**Mýtus: Naposledy ma vyradili z darovania, takže som s darovaním skončil.**

**Fakt:**Darca krvi môže byť vyradený dočasne alebo natrvalo. Závisí to od mnohých kritérií, napríklad darca môže byť vyradený dočasne pre anémiu alebo pre iné okolnosti, ktoré sú zvyčajne len prechodným stavom. Ak dôvod na dočasné vyradenie pominul, je darca krvi opäť zaradený do zoznamu darcov krvi.

**Mýtus: Veľa ľudí daruje krv, takže ja nemusím.**

**Fakt:** Pri jednej operácii srdca pacient potrebuje aj päť transfúznych jednotiek, pri autonehode sa môže spotrebovať 50 jednotiek krvi, pri liečbe leukémie je často potrebných aj osem transfúznych jednotiek týždenne. Krv je vzácna a darcovia krvi nenahraditeľní. Každý z nich je vítaný.

**Mýtus:** **Existuje umelá krv.**

**Fakt**: Hoci snaha vedcov trvá už dlhé roky, tekutinu s rovnakými vlastnosťami ako krv sa doteraz vyrobiť nepodarilo.

Darovať krv môžu v zásade všetci zdraví ľudia vo veku od 18 do 60 rokov, ktorí vážia viac ako 50 kg. Pravidelní darcovia môžu darovať krv až do veku 65 rokov, ak sú v dobrom zdravotnom stave.

**Test spôsobilosti Vám napovie, či momentálne môžete darovať krv:**