

Уважаемые читатели!

Перед вами не совсем обычный номер «Вестника». Он приурочен ко Всемирному дню донора крови и посвящен теме донорства. Мы расскажем об истории донорства в мире, о развитии донорского движения в Санкт-Петербурге и Адмиралтейском районе.

Вы узнаете удивительные факты о крови и ее компонентах, научитесь различать мифы и правду о донорстве, услышите слова людей, имеющих прямое отношение к донорскому движению. Наши цели — привлечь внимание к этой теме и предложить алгоритм действия каждому, кто готов встать на этот почетный путь.



Вестник Адмиралтейского района

Газета администрации Адмиралтейского района

6+

№ 10 (79)

8 июня 2018 года



Активное донорство — залог безупречного здоровья

В районе прошел фестиваль «Адмиралтейская артерия», посвященный развитию донорского движения и здоровому образу жизни.

стр. 4

На экранах — фильм «Блокадная кровь»

Наш гость — Дмитрий Каралис, режиссер документального фильма, рассказывающего о донорстве крови в Ленинграде в годы войны.

стр. 7

Дни донора: активность высокая!

В 2018 году 18 учреждений, расположенных на территории Адмиралтейского района, присоединились к донорскому движению. До конца года в районе запланировано провести 40 донорских дней и собрать порядка 1000 литров крови. Отдел здравоохранения благодарит всех доноров, а также организаторов и волонтеров донорского движения.

стр. 5

Район — в тройке лидеров



1 июня в администрации Адмиралтейского района прошел очередной День донора. Наш район — один из лучших по донорской активности в Санкт-Петербурге.

стр. 4

ВСЕ НОВОСТИ

Адмиралтейского района на сайтах:
http://gov.spb.ru/gov/terr/reg_admiral
<http://www.admnews.ru>

В группе «ВКонтакте»:
<https://vk.com/officialadmiral>

ЗВОНИТЕ

в редакцию газеты по тел. 401-68-30

ПИШИТЕ

info@kurier-media.ru





Капля жизни

Каждый год 14 июня человечество отмечает Всемирный день донора крови.



Донор в переводе с латыни значит «дарить». И это истинная правда, ведь отдать свою кровь — это подарить кому-то жизнь. Человечество долго и трудно шло к такому осознанию предназначения донора, но сегодня мы понимаем:

без доноров, без их бескорыстного служения жизни, без их тепла и частички души качественная медицинская помощь невозможна.

Мы еще не научились заменять человеческую кровь чем-то другим, а жить без крови человек не может. При травмах, при некоторых заболеваниях, в процессе хирургических операций часто возникает ситуация, когда объем крови в организме достигает критического минимума. В этот момент запас крови нужно восполнить, иначе гибель человека неизбежна. Поэтому слова о том, что донор спасает жизнь, совершенно справедливы.

Добровольное донорство развито во всем мире, но лишь в каждой третьей стране достигнут удовлетворительный уровень обеспечения банка крови своими силами. В большинстве же мировых государств донорской крови не хватает. Многие люди, особенно в беднейших странах мира, умирают именно потому, что не нашлось нужного количества доноров. Поэтому важно расширять круг людей, добровольно и бесплатно сдающих свою кровь ради других.

В нашей стране донорство всегда было почетным отличительным знаком человека, говорящим о его личных качествах, бескорыстии и самоотверженности. Многие из тех, кто в свое время получил знак «Почетный донор СССР», до сих пор являются постоянными участниками дней донора. И сегодня мы стремимся к тому, чтобы молодые люди пополняли ряды тех, кто осознанно встал на путь донорства и регулярно сдает кровь во благо других.

В тяжелые для страны дни, когда мы сталкиваемся с террористическими актами или последствиями природных и техногенных катастроф, на пункты сдачи крови приходят сотни тысяч добровольцев. Каждый из них стремится помочь в деле спасения человеческих жизней. Это очень здорово, это вселяет веру в наше будущее и многое говорит о наших современниках.

Но донорская кровь нужна ежедневно. Чтобы обеспечивать бесперебойную работу всей системы здравоохранения, работают тысячи специалистов — медиков, ученых. Это те, кто разрабатывает всевозможные методики, тщательно обследует сдаваемый материал, контролирует работу аппаратуры и санитарное состояние центров переливания. Без усилий этих людей невозможно представить успешное развитие донорства ни в одной стране. Вот почему Всемирный день донора — это еще и профессиональный праздник тех, кто не покладая рук трудится, чтобы ни одна капля донорской крови не была пролита зря, чтобы сданная кровь принесла надежду на спасение, стала залогом успешного выздоровления.

Я благодарю за помощь в подготовке этого выпуска Службу крови Санкт-Петербурга и Фонд доноров и искренне надеюсь, что наша работа поможет кому-то в принятии важного решения — стать донором крови.

**Изоolda Никифорова, начальник отдела
здравоохранения администрации
Адмиралтейского района**

Кодекс донора

Предмет Кодекса донора — определение этических принципов и правил, охватывающих деятельность трансфузионной медицины. Настоящий кодекс разработан при технической поддержке и поддержан ВОЗ, а также принят Генеральной ассамблеей Международного общества переливания крови (ISBT) 12 июля 2000 года.

1

Донация крови, включая донацию тканей для трансплантации, должна быть добровольной и безвозмездной при любых обстоятельствах; не должно быть какого-либо принуждения в отношении донора. Донор должен дать информированное согласие на донацию крови или компонентов крови с последующим законным их использованием службой крови.

2

Пациенты должны быть извещены об известных рисках и пользе гемотрансфузий и/или альтернативных методов лечения и иметь право принять процедуру или отказаться от нее.

3

В случае, когда пациент не способен дать предварительное информированное согласие, основой для трансфузионной терапии должен быть максимальный учет интересов пациента.

4

Получение прибыли не должно служить основой для учреждения и деятельности службы крови.

5

Донор должен быть извещен о риске, связанном с процедурой кроводачи. Любые процедуры, связанные с введением донору веществ, способствующих повышению концентрации каких-либо компонентов крови, должны выполняться в соответствии с международными принятыми стандартами.

6

Анонимность между донором и реципиентом должна быть обеспечена, за исключением особых ситуаций, а также должна быть гарантирована конфиденциальность информации о доноре.

7

Донор должен сознавать риск донации инфицированной крови для других и свою моральную ответственность перед реципиентом.

8

Донорство крови должно быть основано на регулярно пересматриваемых критериях медицинского отбора без какой-либо дискриминации по признакам пола, расы, национальности или религии. Ни донор, ни потенциальный реципиент не имеет права требовать, чтобы любая подобная дискриминация практиковалась.

9

Взятие крови осуществляется под полной ответственностью зарегистрированного медицинского работника надлежащей квалификации.

10

Все вопросы, относящиеся к донорству, должны соответствовать стандартам, определенным надлежащим образом и принятым международным сообществом.

11

Донор и реципиент должны быть проинформированы, если им был нанесен вред.

12

Трансфузионная терапия должна проводиться под всецелой ответственностью зарегистрированного медицинского работника.

13

Единственным основанием для трансфузионной терапии должна быть четкая клиническая необходимость.

14

Финансовые соображения не должны быть причиной назначения трансфузии крови.

15

Кровь — общественный ресурс, который должен быть общедоступен.

16

Пациент, насколько это возможно, должен получать те отдельные компоненты (клетки, плазму, производные плазмы), которые клинически показаны и наиболее безопасны.

17

В целях безопасности интересов потенциальных реципиентов и донора следует избегать списания продуктов крови вследствие истечения срока хранения.

18

Служба крови, учрежденная национальными или международными органами здравоохранения и другими, наделяется компетенцией и правами для работы в соответствии с настоящим кодексом этики.



Донорство в мире



В Швейцарии донорством занимается исключительно Служба переливания крови (СПК), созданная в 1939 году, с началом Второй мировой войны. Сегодня это автономная ассоциация в рамках швейцарского Красного Креста. Ее члены — 13 региональных служб переливания крови и швейцарское подразделение Красного Креста. На региональные службы возлагается задача проведения кампаний в кантонах для привлечения доноров.



Французская организация крови — государственное образование, но продвижением и рекламой донорства в большей степени занимаются неправительственные организации.



Помимо проведения разовых мероприятий по продвижению донорства некоммерческие организации разрабатывают долгосрочные образовательные программы, размещают передвижные пункты приема крови в вузах, изготавливают и распространяют информационную продукцию и сувениры.



В системе донорства Германии — три составляющие: Службы крови Немецкого Красного Креста (НКК), Службы крови федеральных земель и общин и Центры плазмафереза фармацевтической отрасли, которые представляют собой независимые частные службы крови. Многие частные донорские центры выдают каждому донору, приведенному в центр двух человек, подарочные сертификаты, позволяющие участвовать в розыгрыше ценных призов.



Национальная служба крови Великобритании (NBS) действует с 1946 года и уделяет большое внимание работе с донорами — как новыми, так и постоянными. У Службы крови есть собственный сайт и журнал «Донор», который выходит два раза в год и бесплатно распространяется в торговых центрах, офисах и других местах массового скопления людей.

Самым распространенным типом учреждения службы крови в США является Банк крови. Это специализированное медицинское учреждение по заготовке, обработке, хранению и распределению донорской крови и ее компонентов. Американская ассоциация банков крови координирует внутреннюю работу и занимается привлечением доноров. Основные мотивы для сдачи крови — чувство гражданской ответственности и возможность спасти жизнь человека. Донорство часто становится семейной традицией, а январь считается национальным месяцем донорства.



История донорства в датах

Древнейшие времена



В древние времена люди верили в чудодейственные свойства крови и пытались с ее помощью лечить болезни.

Английский ученый Уильям Гарвей открыл систему кровообращения человека, что дало возможность для разработки метода переливания крови.



XVII век
1628 г.

XVII век
1667 г.



Французский ученый Жан-Батист Дени осуществил первое успешное переливание крови животного (ягненка) человеку. Однако, после того как четвертый опыт завершился смертью больного, опыты по переливанию крови человеку прекратились почти на целое столетие.

Американский врач Филипп Синг Физик провел первое переливание крови от человека к человеку, однако не стал предавать свой опыт широкой огласке.



XVIII век
1795 г.

XIX век
1818 г.



Британский акушер Джеймс Бланделл изобрел первые инструменты для переливания крови и сформулировал два важнейших постулата: кровь следует вводить медленно, наблюдая за состоянием больного; при появлении любой нежелательной реакции необходимо сменить донора.

Первое переливание крови в России: используя аппарат и методику Бланделла, акушер Андрей Мартынович Вольф спас женщину с тяжелейшим послеродовым кровотечением. Операция была выполнена в доме И. В. Рогинского, современный адрес которого: Санкт-Петербург, Лермонтовский проспект, дом 9.



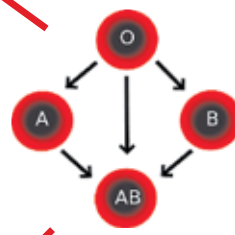
XIX век
1832 г.

XX век
1900 г.



Австрийский врач Карл Ландштайнер открыл первые три группы крови — А, В и С. Вскоре врачи Альфред де Кастелло и Адриано Струли добавляют к этому списку еще одну группу — четвертую.

Советский хирург Владимир Николаевич Шаповалов научно обосновал необходимость учитывать при переливании крови ее групповую принадлежность.



XX век
1919 г.

XX век
1942 г.



В Ленинградском институте переливания крови в годы войны разрабатывается «жидкость Петрова» — инфузионный раствор, содержащий 10 % донорской крови. Флакон с этой жидкостью был при себе у каждой фронтовой медсестры. Это позволило спасти жизнь сотням тысяч бойцов, защищавших город.

Мифы и правда о донорстве

Миф № 1

Во время сдачи крови и ее компонентов можно заразиться какой-нибудь неприятной болезнью.

Это не так. Сдача крови абсолютно безопасна: все донорские пункты обеспечены одноразовым стерильным оборудованием и индивидуальными системами, которые вскрываются только в присутствии больного и уничтожаются после использования.

Миф № 2

У меня слишком распространенная (или, наоборот, редкая) группа крови, она никому не нужна.

На самом деле, если группа крови распространенная, значит, и реципиентов с такой группой будет много. А если группа крови редкая, то и доноров с такой группой очень немного, поэтому такой донор очень ценен.

Миф № 3

Донорство вредно, так как регулярные кроводачи заставляют организм вырабатывать кровь в большем объеме, что в итоге вызывает зависимость от кроводач.

Действительно, кровопускание в разумных и обоснованных дозах обладает неко-

торым стимулирующим эффектом, поэтому доноры в большинстве своем активные и жизнерадостные люди. Однако кроводачи не могут вызвать привыкание, так как организм человека эволюционно приспособлен к кровопусканиям. Регулярные кроводачи не заставляют организм вырабатывать больше крови, зато приучают его быстрее восстанавливаться после кровопотери.

Миф № 4

Для людей определенной национальности лучше всего подходит кровь от донора той же национальности.

В крови нет элементов, способных рассказать о национальности. Для реципиента подходит кровь от донора с той же группой и резус-фактором. Никаких других отличий не существует.

Миф № 5

Меня это не касается.

Это самый опасный миф, потому что любому человеку может в какой-то момент понадобиться донорская кровь. По статистике, каждый третий человек в течение жизни нуждается в переливании крови. И сегодня вы можете стать донором и помочь!

Донорство и религии

• ИСЛАМ

Важным качеством мусульманина является благосклонность. Поэтому нужно безвозмездно дарить нуждающимся все, что пойдет во благо, включая кровь. Мусульманин верит, что человек — высшее из творений Аллаха, поэтому он должен быть всегда готов спасти других, в том числе через донорство.

• БУДДИЗМ И СИНТОИЗМ

В странах, где исповедуют буддизм и синтоизм, донорство распространено очень широко. Например, в Японии, где большинство населения — синтоисты, свою кровь жертвует почти каждый житель. Буддисты высоко ценят донорство. Акт сдачи крови расценивается как альтруистический поступок, положительно влияющий на карму.

• ИУДАИЗМ

Согласно иудейским догматам ценность человеческой жизни бесконечна, поэтому нельзя сокращать ее ни на секунду. Отсюда проистекает и положительное отношение к переливанию крови, донорству костного мозга, пересадке органов и трансплантации, так как это продлевает жизнь. Поэтому донорство крови в Израиле и всех еврейских общинах развито и всячески поощряется.

• ЗОРОАСТРИЗМ

Это древнейшая религия, согласно которой тело представляет собой источник скверны,

требующий ритуального очищения. Зороастрийские священники осуждают трансплантацию органов, однако в вопросе переливания крови среди них нет единства. Традиционный взгляд состоит в отказе от донорства. Но сейчас в большинстве случаев переливание считается допустимым.

• ХРИСТИАНСТВО

Христиане всех конфессий в основном относятся к донорству положительно и считают, что оно должно быть безвозмездным. От переливания крови отказываются лишь отдельные секты, не жалующие современную медицину, например, амиши. Но даже консервативные группировки постепенно меняют отношение к донорству, оставляя этот вопрос на личное усмотрение верующего.

• СВИДЕТЕЛИ ИЕГОВЫ

Свидетелям Иеговы запрещено любое употребление крови — как в пищу, так и для переливания. Запрет основан на ряде мест в Библии, где кровь представлена как вместилище души. Запрет на переливание соблюдается очень строго, в связи с чем для лечения таких пациентов разработан метод «бескровной хирургии», не требующие использования донорской крови. Часто они основаны на депонировании крови самого пациента перед операцией.

Удивительные цифры и факты о крови

• В организме у взрослого человека примерно 5 л крови (6-8 % от массы человеческого тела), у ребенка — около 3 л.

• Если соединить все сосуды человека, то их длина составит 200 тысяч км — в пять раз больше, чем длина экватора!

• Красный цвет крови придают эритроциты, а им, в свою очередь, — гемоглобин, в состав которого входит железо. За всю жизнь у человека вырабатывается около 650 кг эритроцитов.

• У здорового человека в крови примерно 1,5 трлн тромбоцитов. Но они настолько

малы, что всю их массу можно поместить в две десертные ложки.

• В человеческой крови находится примерно 35 млрд клеток лейкоцитов, которые выполняют защитную функцию и являются частью иммунной системы организма. Если выстроить их в один ряд, получится цепочка длиной в 525 км.

• Диаметр эритроцита равен 0,007 мм. В кубическом мм крови насчитывается 4,5-5 млн эритроцитов, ну а в 5 л крови, содержащихся в человеческом организме, — около 25 трлн.



Активное донорство – залог безупречного здоровья

23 мая на Пионерской площади прошел районный праздник-фестиваль «Адмиралтейская артерия», посвященный развитию донорского движения и здоровому образу жизни.

Пионерская площадь превратилась на время в игровую зону, где каждый нашел себе занятие по душе. Представители Центра по работе с молодежью «Адмиралтейский» и Центра физической культуры, спорта и здоровья Адмиралтейского района Санкт-Петербурга организовали интерактивные площадки и провели для участников спортивную эстафету и викторину с ценными призами от партнеров фестиваля.

Посетители узнали много нового о донорстве крови, научились распознавать мифы и суеверия, получили полезную информацию от Фонда доноров. Кроме этого, собравшиеся увидели яркие выступления молодежных коллективов районных подростково-молодежных клубов, смогли попробовать свои силы в творческих конкурсах, стали участниками акций по здоровому образу жизни.



Студенты Медико-технического колледжа ФМБА России подготовили для участников целую программу: устроили мастер-класс по пеленанию, обменивали сигареты на яблоки, измеряли всем желающим уровень артериального давления и распространяли буклеты и листовки о донорстве крови и костного мозга.

В мобильном пункте благотворительного фонда «Диакония» посетители быстро, безопасно и анонимно могли узнать свой ВИЧ-статус и получить консультацию специалистов по защите от инфекционных заболеваний.

Сотрудники районных Центра здоровья и Диабетологического центра, действующих при СПб ГБУЗ «Городская поликлиника № 24», провели более сотни исследований уровня глюкозы крови и содержания окиси углерода в легких и дали консультации по отказу от вредных привычек и снижению риска развития диабета и сердечно-сосудистых заболеваний.

На площадке Городского центра медицинской профилактики особое внимание было уделено отказу от вредных привычек. Специалисты центра на примере куклы Сюзи показали, что происходит с легкими

человека даже от одной выкуренной сигареты, и пригласили всех желающих в Школу отказа от курения.

Сотрудники партнера фестиваля — компании «Диарси» — также подготовили свою программу: рассказывали участникам о важности гигиены полости рта, развлекали малышей и раздавали полезные подарки зрителям и участникам спортивных мероприятий.

Более 300 человек стали участниками праздника, устроенного, чтобы пропагандировать культуру активного донорства.

— Здоровье донора — это сфера его личной ответственности за жизнь человека, которому донор стремится помочь, — говорит Ирина Докучаева, ведущий специалист отдела здравоохранения администрации Адмиралтейского района. — Мы надеемся, что этот праздник подтолкнет многих участников регулярно следить за своим здоровьем: проходить обследования, прислушиваться к советам специалистов, отказаться от вредных привычек.

Каждый человек, регулярно сдающий кровь, знает, как важно сохранять свое здоровье, потому что от этого зависят человеческие

жизни. Вот почему доноры регулярно обследуются и стремятся находиться в хорошей физической форме. Именно поэтому активное донорство — залог безупречного здоровья.

Мероприятие подготовлено и проведено отделом культуры, отделом молодежной политики и взаимодействия с общественными организациями и отделом здравоохранения в соответствии с решением Донорского совета при администрации Адмиралтейского района и при поддержке: СПбГУ «Центр «Адмиралтейский» по работе с подростками и молодежью», СПбГУ «Центр физической культуры, спорта и здоровья» Адмиралтейского района Санкт-Петербурга, СПб ГБУ «Дом молодежи «Рекорд», СПб ГКУ «Городской центр медицинской профилактики», СПб ГБУЗ «Центр по профилактике и борьбе со СПИД и инфекционными заболеваниями», ФГБПОУ «Санкт-Петербургский медико-технический колледж Федерального медико-биологического агентства», ФГБОУ ВО ПСПбГМУ им. И. П. Павлова Минздрава России; Торгово-промышленной группы компаний «Диарси»; БФ «Диакония».

Район — в тройке лидеров

Первое в этом году заседание Донорского совета состоялось в администрации Адмиралтейского района. В мероприятии приняли участие представители органов местного самоуправления, Красного Креста, Городской станции переливания крови, Национального центра социальной помощи и других организаций.

Участники заседания подвели итоги дней донора, проводившихся в 2017 году, и обсудили планы по развитию донорского движения в Адмиралтейском районе на ближайшие месяцы.

Почетный донор России, специалист по пропаганде Городской станции переливания крови Станислав Давыдов ознакомил участников совета с итогами работы Службы крови, перспективами развития и формами сотрудничества с районными администрациями и общественными организациями. Он высоко оценил вовлеченность жителей района в участие в донорских днях, активность отделов администрации, молодежных, волонтерских и добровольческих объединений в деле распространения знаний о донорстве и развитии донорской культуры и отметил, что Адмиралтейский район входит в тройку лидеров по донорской активности в Санкт-Петербурге.

Заведующая Второй выездной бригадой Городской станции переливания крови Анна Дорофеева привела статистические показатели донорской активности в Адмиралтейском районе. Всего в 2017 году Вторая выездная бригада совершила 30 выездов в организации и на предприятия Адмиралтейского района, в результате чего было собрано 690 литров крови. Всего же в 2017 году адмиралтейцы сдавали кровь 3745 раз, собрано 1685 литров крови. Эти данные сопоставимы с результатами прошлого года и позволяют Адмиралтейскому району удерживать уверенные позиции в числе лидеров по донорской активности.

С докладом о текущей совместной работе и перспективах взаимодействия выступила представитель Национального центра социальной помощи, руководитель регионального отделения Фонда доноров в Санкт-Петербурге Юлия Ускова. Докладчик подчеркнула важность пропаганды донорства костного мозга среди жителей района и представила участникам заседания примеры возможных форм совместной работы, нацеленной на становление и укрепление национального регистра доноров костного мозга.

Члены Донорского совета обсудили проведенные в школах Адмиралтейского района донорские уроки: сообщение о результатах проведения таких занятий, об отзывах педагогов и школьников сделала заместитель директора по воспитательной работе гимназии № 272 Надежда Синиченко. Гимназия активно сотрудничает с районной администрацией, Службой крови и Национальным центром социальной помощи, предоставляя специалистам возможность встречи с учениками и поощряя получение школьниками новых знаний. На таких занятиях старшеклассники не только узнают о процедуре донации и важности донорской крови для бесперебойной работы по спасению человеческих жизней, но и учатся принимать взвешенные решения, касающиеся собственного здоровья и будущего. Такие уроки способствуют воспитанию новых поколений доноров, многие из учеников готовятся в будущем пополнить кадровый донорский состав.

Участники заседания признали работу по организации и пропаганде донорства крови и ее компонентов в Адмиралтейском районе Санкт-Петербурга в 2017 году удовлетворительной и приняли решение о проведении просветительских акций, направленных на распространение знаний о важности донорства крови, ее компонентов и костного мозга.

Уроки для будущих героев



В учебных заведениях Адмиралтейского района проходят открытые уроки по донорству.

Ежедневно десятки лечебных учреждений Санкт-Петербурга нуждаются в компонентах донорской крови, поэтому активное участие жителей в донорском движении особенно важно.

Одним из основных пунктов развития донорства является воспитание будущих активных доноров среди учащихся средних и старших классов. Этому во многом способствуют открытые интерактивные уроки в школах, которые проводятся в рамках реализации донорской программы районные специалисты, специалисты СПб ГКУЗ «Городская станция переливания крови» и Фонда доноров.

Ученики узнают много нового: как проходит процедура забора крови, что происходит с собранной кровью потом, что такое «диета донора» и почему ее не следует нарушать, как позаботиться о себе до сдачи крови и после донации, что нужно, чтобы стать почетным донором. Ребята начинают понимать, что не каждый человек может быть донором, но каждый может стать волонтером донорского движения и помогать тем, кто сдает свою кровь, и тем, кто каждый день трудится, чтобы эта кровь спасала человеческие жизни.

— Донорские уроки способствуют повышению уровня гражданской сознательности молодых людей, готовящихся к взрослой жизни, и позволяют надеяться, что в будущем эти ребята пополнят кадровые резервы российского до-

норского движения, — говорит директор ГБОУ «Гимназия № 272» Адмиралтейского района Санкт-Петербурга, заслуженный учитель РФ Галина Калмыкова.

Интерактивный формат уроков повышает интерес учеников к теме и позволяет с интересом осваивать новые знания. Кроме того, он предлагает ребятам ответить на важные вопросы о том, станут ли они донорами в будущем, готовы ли они безвозмездно помогать другим и хотят ли участвовать в этом важном и полезном деле.

В этом году на донорских уроках адмиралтейские школьники увидели документально-исторический фильм «Блокадная кровь», выход которого был приурочен к 75-й годовщине прорыва блокады Ленинграда.

Урок, построенный на документальных материалах, воспоминаниях о блокаде и свидетельствах очевидцев, дал представление о работе в блокадном Ленинграде Института переливания крови, снабжавшего Ленинградский фронт и город донорской кровью, о тяжелых буднях Службы крови в осажденном городе и героических жертвах простых ленинградцев, становившихся донорами в тяжелейших условиях голода и военных действий.

По словам педагогов, такие мероприятия не только открывают новые страницы в истории родного города, но и помогают подросткам осознать всю значимость добровольного и бескорыстного донорства, прививают чувство ответственности и воспитывают осознанное отношение к принимаемым решениям.



Дни донора: активность высокая!

Число учреждений, регулярно проводящих дни донора, неуклонно растет: если в 2017 году мобильные бригады Службы крови выезжали по 14 адресам, то в 2018-м заявлено уже 18 организаций, желающих присоединиться к донорскому движению.

— В этом году мы запланировали провести в учреждениях, расположенных на территории Адмиралтейского района, 40 донорских дней. Это значит, что число донаций может существенно превысить показатели прошлого года и мы вплотную приблизимся к отметке в 1000 литров собранной крови против 690 литров, взятых в 2017 году, — говорит заведующая выездной бригадой № 2 Городской станции переливания крови Анна Дорофеева.

Администрация Адмиралтейского района является постоян-

ным участником донорских дней на протяжении последних 10 лет. Трижды в году в Большом зале администрации проводится День донора, участниками которого становятся жители района, работники администрации и подведомственных учреждений.

1 июня в администрации состоялась очередной День донора. Временный пункт по забору крови посетили ровно 100 человек, 75 из которых стали в этот день донорами и сдали в общей сложности 34 литра крови.

— Сегодня мы увозим с собой пять проб — это кровь тех, кто только начинает свой путь донора. Через шесть месяцев, когда пробы пройдут все проверки, мы будем рады вновь увидеть этих людей, чтобы поздравить их с вступлением в донорские ряды, — отмечает Анна Дорофеева.

В Адмиралтейском районе тра-



диционно высокая донорская активность, поэтому большинство из тех, кто сдает кровь сегодня, являются активными кадровыми

донорами и составляют «золотой запас», на который опирается Служба крови. Отдел здравоохранения администрации благодарит

участников Дня донора и выражает признательность всем организаторам донорского движения в нашем районе.

«Я спасаю чью-то жизнь...»

Накануне Всемирного дня донора, который отмечается 14 июня, мы провели опрос среди активных доноров Адмиралтейского района. Наши респонденты рассказали, почему они регулярно сдают кровь и как нужно готовиться к этой процедуре.



Оксана Ермоленко, детский сад № 30:

— Сдавать кровь я начала в 2015 году. Я работаю в детском саду, и однажды к нам на почту пришла информация о Дне донора. Нас приглашали сдать кровь в районной администрации. Мы пришли на сдачу крови коллективно — нашлось много желающих. Сейчас я сдаю кровь постоянно. Прежде всего мной движет желание помочь и убеждение, что это действительно кому-то необходимо.



Вера Колесниченко, Комплексный центр социального обслуживания населения Адмиралтейского района:

— Я сдаю кровь со студенческой скамьи. Как-то нас, студентов, пригласили сдать кровь в День донора. Я сразу согласилась, потому что как раз узнала, что подруга одной из студенток попала в аварию и ей нужна кровь. Именно тогда я поняла, что моя кровь может спасти чью-то жизнь. Затем я сдала кровь для своего дяди, который болел лейкозом. Впоследствии я становилась донором всегда, когда нужна была кровь моей группы. Сейчас я сдаю кровь регулярно — раз в три месяца, за исключением дней отпуска. Конечно, я стараюсь следить за здоровьем, чтобы кровь была хорошего качества и мой организм быстро восстанавливался после этой процедуры.

Ольга Логинова, Комплексный центр социального обслуживания населения Адмиралтейского района:



— Когда десять лет назад впервые сдавала кровь, то мной двигало прежде всего то, что за это давали два дополнительных дня к отпуску. Потом я стала интересоваться, как кровь обрабатывается и как доходит до людей. Постепенно появилось чувство осознанности, что это нужно для чьей-то жизни. Я узнала, что большая помощь идет именно от кадровых доноров, людей, которые сдают кровь регулярно. А еще мне известно, что сданная кровь тщательно проверяется, и если после сдачи мне не звонят и не сообщают, что что-то не так, значит, мое здоровье в полном порядке. К донорству со временем приобщилась и вся моя семья.



Анастасия Петрова, отдел потребительского рынка администрации Адмиралтейского района:

— Первый раз сдала кровь семь лет назад на работе, когда к нам приехали специалисты станции переливания крови. Просто хотелось попробовать. Никаких изменений самочувствия тогда не было, и я решила сдавать кровь регулярно. У меня достаточно распространенная группа крови, и, думаю, много людей в ней нуждаются.

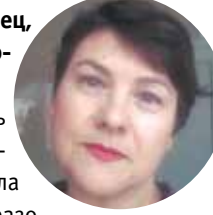
Елена Ксенженко, Центр социальной помощи семье и детям Адмиралтейского района:



— Когда я впервые сдавала кровь в 2008 году вместе с коллегами, это воспринималось как эксперимент. Сейчас помимо понимания социальной необходимости это переросло в потребность. За десять лет организм привык к обновлению, и я просто лучше себя чувствую. За месяц до

кровосдачи я регулярно начинаю вводить в рацион соки, говядину и печень, гематоген и придерживаюсь такого питания недели две после сдачи крови. Все это, включая донорство, повышает тонус организма.

Екатерина Гришконец, стоматологическая поликлиника № 16:



— Первый раз кровь сдавала в учебном заведении, когда получала профессиональное образование. Мне очень хотелось пойти по стопам мамы — она у меня почетный донор. Сначала было просто любопытно, а потом пришло желание помогать людям. За несколько дней до сдачи крови я стараюсь больше пить жидкости, соблюдать рекомендации врачей. Наверное, это помогает мне переносить эту процедуру легко, без недомоганий.



Александр Комиссаров, отдел молодежной политики администрации Адмиралтейского района:

— Донорство, не только крови, очень важно. Донорская кровь нужна ежедневно — для операции или других нужд. Важно то, что именно ваша кровь может спасти человеческую жизнь. Именно вам будет благодарен человек, который сможет увидеть рассвет, обнять детей или сказать: «Мама, со мной все хорошо!» Просто осознайте это, и вы поймете, почему донорство так важно и нужно.

Тамара Белозерова, Комплексный центр социального обслуживания населения Адмиралтейского района:



— Я сдаю кровь с 24 лет. Везде, где бы я ни работала, принимала участие в днях донора. А делаю я это, потому что мне хорошо, когда другим хорошо.

**Марина Кравцова
Фото — Татьяна Горд**

Безопасность донора

Обеспечение 100-процентной безопасности процедуры сдачи крови для донора — один из приоритетов учреждений Службы крови.

За здоровьем доноров ведется постоянное медицинское наблюдение. Первичный донор попадает к врачу-трансфузиологу после медицинского обследования и клинико-лабораторного исследования крови. Регулярные доноры ежегодно проходят медицинское обследование, включающее сдачу анализов, проведение рентгеноскопического (или флюорографического) обследования органов грудной клетки, электрокардиографии и других.

Для забора крови используют только стерильные одноразовые инструменты. Повторное использование инструментов исключено. Для плазмафереза и тромбоцитозфереза все чаще применяют так называемые закрытые системы, в которых забор крови производится автоматически на специальном оборудовании, при минимальном вмешательстве медицинского персонала.

Выездные донорские акции также безопасны. Предварительно все помещения, где проходит акция, лично осматривает и одобряет специалист учреждения Службы крови. Накануне везде производится санитарная обработка. В донорский зал доноры, организаторы акции и журналисты входят только в бахилах. На всех акциях работает выездная бригада учреждения, в том числе врачи-трансфузиологи, и используется специальное, предназначенное для выездных донорских мероприятий медицинское оборудование.

Каждый донор застрахован государством. В случае причинения ему какого-либо вреда во время сдачи крови ущерб и расходы на лечение будут компенсированы.

Соблюдение донорами рекомендаций Службы крови позволяет улучшить переносимость донации. Ознакомиться с рекомендациями можно на сайте Службы крови udonor.ru.



«Помощь не может быть одноразовой»

О том, как развивается донорское движение в Санкт-Петербурге, мы беседуем со специалистом по пропаганде донорства Городской станции переливания крови, руководителем Ресурсного центра по донорству крови в СЗФО Станиславом Давыдовым.

— Около 10 лет назад в СМИ было много информации о нехватке доноров. Как сейчас обстоит ситуация в Санкт-Петербурге?

— Более 50 тысяч горожан ежедневно сдают кровь и ее компоненты, так что запасов достаточно для любой экстренной ситуации. Но важно отметить, что кровь нужна не только в период ЧП, а круглый год. Да, у нас имеются необходимые запасы, но их надо регулярно пополнять.

Положение с кровью определяется по количеству доноров на



тысячу жителей. В США эта цифра достигает 60, в Европе — 50. А в России, в том числе в Петербурге, — 14 человек. Но и этого числа достаточно, чтобы своевременно передавать донорскую кровь в учреждения здравоохранения.

— Что вы считаете главной задачей донорского движения?

— Мы стремимся привлечь к донорству здоровых людей, которые осознанно хотят помогать другим, причем на постоянной основе. Несколько лет назад мы работали прежде всего, чтобы привлечь новых доноров. Именно они стали основой, костяком наших кадров, состоящих из активных доноров. Сегодня мы стараемся сохранить этот ресурс и продолжаем работу с первичными донорами, но уже с прицелом на перспективу.

— Что происходит со взятой кровью? Она сразу поступает в медицинские учреждения?

— Нет. Донорская кровь после каждой донации тестируется на иммунологические показатели, а также на инфекционные маркеры, среди которых ВИЧ, гепатиты В, С, сифилис. Такой компонент крови, как

плазма, содержит основное количество вирусов. Инфекции, которые могут содержаться в плазме, имеют скрытый период вирусносительства. Это значит, что сразу при сдаче крови эти инфекции не могут быть обнаружены. Только по истечении шести месяцев врачи могут с уверенностью сказать, содержит ли плазма вирусы или нет. Выдача плазмы в лечебное учреждение возможна только после повторной явки донора через 180 дней и при наличии у него отрицательного результата на инфекционные маркеры. Вот почему донорам так важно явиться для повторного обследования!

— И поэтому так важны кадровые, активные доноры?

— Конечно. Ведь кровь от регулярного донора — это залог безопасности и качества собранного материала. Поэтому всем, кто сдал кровь однажды, мы стараемся

объяснить всю серьезность этого поступка. Донорская кровь незаменима, поэтому врачи и пациенты постоянно нуждаются в помощи доноров. Желательно, чтобы эта помощь проводилась на регулярной основе, а не оказывалась спонтанно, под воздействием эмоций или как ответ на ту или иную кампанию. Та помощь, которую мы ждем, не может быть одноразовой.

— Спасибо, Станислав. Если кто-то захочет получить больше данных и потом сдать кровь, то где искать информацию?

— У нас есть сайт yadonorspb.ru, группа в социальной сети vk.com/yadonorspb. Кроме того, работает единый донорский центр, где любой желающий сможет получить ответы на свои вопросы по телефону (812) 635-68-85. Принимаем мы в будни с 09.00 до 13.00 на Московском проспекте, дом 104.

Вопросы-ответы о донорстве

Кто может быть донором?

Любой здоровый гражданин РФ, если он старше 18 лет, его вес больше 55 кг и он не имеет противопоказаний к донорству.

Как часто можно сдавать кровь?

Цельную кровь разрешено сдавать не более 5 раз в год мужчинам и не более 4 раз — женщинам. Интервалы между кроводачами должны быть не менее 60 дней. Компоненты крови можно сдавать чаще, но вид донорства определяет врач станции переливания крови исходя из потребностей больниц.

Что нужно взять с собой?

Паспорт и страховое свидетельство государственного страхового обеспечения (СНИЛС).

Какие бывают противопоказания к донорству?

Эти противопоказания бывают абсолютными — не зависящими от давности заболевания и результатов лечения и временными — действующими лишь определенный срок.

Абсолютные противопоказания: ВИЧ, сифилис, вирусные гепатиты, туберкулез, болезни крови, онкологические заболевания и другие.

Временные противопоказания:

- Недавние оперативные вмешательства, при которых возможно получение инфекции, включая переливания крови и оперативное прерывание беременности, — дается отвод на 6 месяцев.
- Нанесение татуировки, пирсинг или иглоукалывание — отвод на 1 год с момента окончания процедур.
- Пребывание за границей более 2 месяцев — отвод на 6 месяцев.
- Пребывание в эндемичных по малярии странах тропического и субтропического климата (Азия, Африка, Южная и Центральная Америка) более 3 месяцев — отвод на 3 года.
- Контакт с большими гепатитом А — 3 месяца.
- Контакт с большими гепатитами В и С — 1 год.
- Перенесенные инфекционные заболевания, не указанные в числе абсолютных противопоказаний, в т. ч. малярия, брюшной тиф, грипп, ОРВИ, — от 1 месяца до 3 лет.
- Удаление зуба, менструация — 5-10 дней.
- Воспалительные процессы — 1 месяц после купирования острого периода.
- Аллергические заболевания в стадии обострения — 2 месяца после купирования острого периода.
- Беременность и лактация — 1 год после родов, 3 месяца после окончания лактации.
- Прививки — от 10 дней до 1 года.
- Прием ряда лекарственных препаратов — от 3 до 14 дней после окончания приема.
- Употребление алкоголя — не менее 48 часов.

Это не полный перечень, поэтому перед процедурой потенциальный донор проходит бесплатное медицинское обследование, включающее прием врачом-трансфузиологом и лабораторное исследование.

Помните: окончательное решение о допуске к сдаче крови принимает трансфузиолог!

Как подготовиться к сдаче крови?

• Накануне и в день сдачи крови запрещено употреблять жирную, жареную, острую и копченую пищу, колбасные изделия, а также мясные, рыбные и молочные продукты, яйца и масло (в т. ч. растительное), шоколад, орехи, финики, авокадо, свеклу, бананы. Натощак сдавать кровь не нужно!

• Пить лучше сладкий чай с вареньем, соки, морсы, компоты, минеральную воду. Есть — хлеб, сухари, сушки, отварные крупы, макароны на воде без масла, овощи и фрукты.

• За 48 часов до визита в службу крови нельзя употреблять алкоголь, за 72 часа — принимать лекарства, содержащие аспирин и анальгетики.

• За час до процедуры донации следует воздержаться от курения.

• Лучше сдавать кровь в утренние часы: чем раньше происходит донация, тем легче переносится эта процедура. После 12.00 сдавать кровь рекомендуется только постоянным донорам.

• Не планируйте донацию после ночного дежурства или бессонной ночи.

• Не стоит сдавать кровь перед экзаменами, соревнованиями, сдачей проекта, в период интенсивной работы и т. п.

Следование этим правилам особенно важно при сдаче тромбоцитов или плазмы. Нарушение правил влияет на качество заготавливаемых компонентов.

Как чувствует себя донор во время кроводачи?

У некоторых людей наблюдается легкое головокружение, связанное с незначительным понижением давления. Однако обычно организм здорового человека с этим легко справляется.

Что делать после сдачи крови?

• Непосредственно после сдачи крови посидите расслабленно 10-15 минут.

• Если вы чувствуете головокружение или слабость, обратитесь к медперсоналу. Самый простой способ помочь себе: лечь на спину и поднять ноги выше головы либо сесть и опустить голову между колен.

• Воздержитесь от курения в течение часа после донации.

• Не снимайте повязку в течение 3-4 часов, старайтесь, чтобы она не намочилась.

• Избегайте в этот день тяжелых физических и спортивных нагрузок, подъема тяжестей, в т. ч. сумок с покупками.

• Полноценно и регулярно питайтесь в течение двух суток после донации и выпивайте не менее 2 литров жидкости в день: соки, воду, некрепкий чай. Употребление алкоголя не рекомендуется.

• Ограничений по вождению автомобиля в день кроводачи нет. За руль мотоцикла можно садиться через 2 часа после донации.

Почетные доноры: кто это и какие льготы для них предусмотрены

Доноры, которые имеют 20 и более кроводач, награждаются специально учрежденными нагрудными знаками, выражающими признание государством и обществом благородного вклада гражданина в развитие добровольного и безвозмездного донорства крови и ее компонентов.

ПОЧЕТНЫЙ ДОНОР РОССИИ



В соответствии с Федеральным законом № 125-ФЗ «О донорстве крови и ее компонентов» нагрудным знаком «Почетный донор России» награждаются граждане, сдавшие бесплатно кровь 40 и более раз или плазму 60 и более раз.

Почетные доноры имеют право на:

- внеочередное лечение в государственных или муниципальных организациях здравоохранения в рамках Программы государственных гарантий оказания гражданам Российской Федерации бесплатной медицинской помощи;
- первоочередное приобретение по месту работы или учебы льготных путевок для санаторно-курортного лечения;
- предоставление ежегодного оплачиваемого отпуска в удобное для них время года;
- ежегодную денежную выплату.

Граждане Российской Федерации, награжденные знаком «Почетный донор СССР», пользуются всеми льготами почетного донора России.

ПОЧЕТНЫЙ ДОНОР САНКТ-ПЕТЕРБУРГА



С 2018 года правительством Санкт-Петербурга утверждена новая награда для доноров: нагрудный знак «Почетный донор Санкт-Петербурга».

Нагрудный знак представляет собой медаль, которая является формой признания заслуг человека в рамках развития добровольного активного донорства крови в Санкт-Петербурге. Эту медаль смогут получить доноры, которые, проживая в нашем городе, здесь же сдали кровь не менее 20 раз, а компоненты крови — не менее 30 раз.

Чтобы оформить документы для представления к наградам «Почетный донор России» и «Почетный донор Санкт-Петербурга», донор с паспортом и справкой о безвозмездных донациях (форма 448-05/у) из учреждения Службы крови должен отправиться в отдел по работе с почетными донорами СПб ГКУЗ «Городская станция переливания крови» по адресу: Московский проспект, дом 104 (станция метро «Московские ворота»). Заявления принимаются в следующем режиме:

- понедельник, вторник, среда: с 09.00 до 16.00 (обед с 13.00 до 13.30);
- четверг: с 16.00 до 20.00;
- пятница: приема нет.

Телефон для справок 635-68-89. Подробная информация — на сайте yadonorspb.ru.

На экранах — «Блокадная кровь»

В этом году мы отмечаем 75-летие прорыва блокады Ленинграда, в результате которой от голода, холода, бомбежки и обстрелов погибли, по разным данным, от 600 тысяч до 1,5 миллиона человек. К этой дате был приурочен показ документального фильма «Блокадная кровь», рассказывающего о донорстве крови в Ленинграде в годы войны.

Основанный на архивных материалах, воспоминаниях очевидцев и работах ученых, фильм рассказывает о деятельности Ленинградского института переливания крови, о блокадных донорах, о том, как работала служба крови, снабжавшая фронт донорской кровью. Мы побеседовали с автором сценария и режиссером фильма Дмитрием Каралисом.

— Дмитрий Николаевич, фильм «Блокадная кровь» посвящен теме, неизвестной широкой аудитории. Откуда возникла идея снять такую картину?

— Эта тема возникла из другого сценария — о юнгах на Невском пятачке. Мои герои сопровождали фургон с донорской кровью и попали в засаду. Чтобы разобраться в тонкостях переливания крови, пришлось идти в библиотеку НИИ трансфузиологии и гематологии. А там вспомнилось, что моя мать была почетным донором СССР, всю блокаду сдавала кровь, и жила наша семья в доме напротив этого института, на 2-й Советской. Я и сам жил в том доме до 18 лет. Думаю, такие совпадения не случайны, эта тема просто ждала меня...

Когда я окупился в историю института, то отложил сценарий о



Дмитрий Каралис

юнгах и пошел в архивы. Там меня ждало удивительное открытие — оказывается, в блокадном городе было налажено донорство крови, о котором сытая немецкая армия и не мечтала. У немцев не было фронтовой службы крови — они пришли проливать чужую кровь, а не свою. Плюс теория чистой арийской крови, не позволявшая переливать любую кровь. Правда, под Ленинградом им быстро пришлось пересмотреть свою теорию — они стали брать кровь сначала у военнопленных, а потом и у детей.

— Как шла работа над фильмом? Вам довелось говорить со свидетелями тех событий?

— Началось с того, что я рассказал своему коллеге и другу Даниилу Гранину о неожиданном повороте. Он выслушал и сказал: «Об этом надо обязательно снять

фильм!» Впоследствии Гранин дал интервью для фильма и стал военно-историческим консультантом картины... Я написал сценарий, и мы стали искать единомышленников и партнеров. И нашли — в лице Сергея Мирнова, сына фронтовика, петербуржца, с которым оба были хорошо знакомы... И вот начались интереснейшие встречи с персоналиями. Люди рассказывали свои истории, не зная ни цели, ни концепции фильма, но все срослось, как по написанному.

Донорская кровь, которой город питал своих фронтовых защитников, стала символом мужества и стойкости. А когда обнаружилось, что блокадная кровь сильно уклонилась от нормы в результате небывалых психофизиологических испытаний, выпавших на долю ленинградцев, и подоспели открытия американских генетиков о наследовании опыта предков, то картина в общих чертах сложилась. В нашем фильме содержится, как говорят ученые, «нулевая гипотеза», которую надо либо обоснованно отвергнуть, либо доказать, что блокадная кровь передается по наследству и отличается непобедимым духом.

— Фильм вызвал много споров, но никого не оставил равнодушным. На какую аудиторию вы ориентировались?

— На всех ленинградцев-петербуржцев, от мала до велика. Даже если отбросить гипотезу наследственности блокадной крови, все должны знать, что голодный и холодный город питал донорской кровью два фронта и Балтийский флот. В 22 медицинских

учреждениях велись уникальные научные исследования — медики и ученые воспользовались вынужденным экспериментом, чтобы наблюдать способность человека к выживанию, чтобы оставить людям бесценные результаты этого страшного испытания.

Блокаду от начала до конца пережили 558 тысяч человек, сейчас потомки блокадников живут в 46 странах мира, и их надо изучать как редкий биологический вид. Уже установлено, что три группы заболеваний блокадников передались по наследству. Исследования проводились у нас и в США, и есть планы взять кровь у блокадников для длительного хранения и продолжения исследований. Думаю, медиков и генетиков ждут удивительные открытия.

— Накануне Всемирного дня донора и в преддверии Дня медицинского работника что бы вы пожелали тем, кто сегодня обеспечивает бесперебойность снабжения медицинских учреждений донорской кровью?

— Как сын родителей-блокадников, я низко кланяюсь всем медработникам, занятым в этом благородном и даже священном деле — донорстве крови. Желаю нынешним трансфузиологам и гематологам знать и хранить высокие традиции блокадной медицины. И конечно, хотелось бы, чтобы нынешние медики посмотрели наш фильм. Там есть замечательные слова Даниила Гранина о том, что блокада Ленинграда остается не столько военным примером, сколько примером мужества духа, милосердия, человечности, которых так не хватает нам сегодня.



Кадр из фильма «Блокадная кровь»

«Врач всегда остается врачом»

Людмила Никифоровна Брянцева — одна из героинь фильма Дмитрия Каралиса «Блокадная кровь». В 1938 году, в возрасте 18 лет, она поступила на лечебный факультет 2-го Ленинградского медицинского института и с тех пор уже не изменяла своему выбору.

Людмила Брянцева — талантливый хирург, замечательный организатор медицинской службы, доктор наук, автор сотни научных трудов. Среди ее учеников — нынешние профессора, доктора и кандидаты наук. До 80 лет она продолжала работать и оперировать в Максимилиановской поликлинике № 81. Мы попросили Людмилу Никифоровну рассказать, как работала служба крови в годы войны и с чем приходилось сталкиваться врачу в условиях блокады.

О ЖИЗНИ В БЛОКАДНОМ ГОРОДЕ

...Об эвакуации даже речи быть не могло. Это Ленинград, это наш город! Мы с мамой четко решили, что никуда не поедет и никуда не пойдём, ни в какие бомбоубежища. Так и сделали.

...Когда я окончила третий курс, нам разрешили работать врачами квартирной помощи. Это было подспорье — врачам давали рабочие карточки. Я пошла в 35-ю поликлинику рядом с домом. Приема в поликлинике не велось, мы только ходили по квартирам. Вызовы удавалось выполнять на десятый-двенадцатый день, и часто мы приходили уже к покойнику.

...Трудностей было много, но жизнь продолжалась: работали театры, кинотеатры. В октябре 1942 года мы окончили институт: сдали госэкзамены, а потом получали дипло-



Людмила Никифоровна Брянцева в наши дни

мы в Пажеском корпусе на Садовой. И нам устроили красивый выпускной бал! Такое время было, но город все-таки это сделал.

...По карточкам давали крупу. Из 40 граммов пшена мы с мамой варили суп, это был обед. Обязательно давали водку и соль — это было непреложно. Еще мы получали какую-то мелюзгу: то рыбу, то кусочек мяса. Ну и хлеба по кусочку. Хлеб обязательно делили на части, чтобы есть три раза в день. Иначе нельзя, ни в коем случае! Кто это соблюдал, тот и выжил.

О ДОНОРАХ

...После получения диплома я попала в Институт переливания крови, в донорский отдел, где мы принимали доноров, осматривали и направляли на анализы.

...Донорами в основном были студенты,



Людмила в молодости

рабочие. Мы, сотрудники института, тоже сдавали кровь. Причем нам разрешали через какой-то срок снова сдавать, не выдерживая необходимого времени для восстановления. Больше всего мне запомнились доноры-актеры, они у нас концерты устраивали.

...Доноры получали паек. Этот паек немножко поддерживал людей, и многие шли ради этого. Хотя паек был всего 40 граммов хлеба... А если шоколадку давали, так это счастье было!

...Моя мама тоже была донором, но, когда началась дистрофия, кровь у нее брать перестали.

О ВРАЧЕБНЫХ ПРАКТИКАХ

...Фармакологии какой-то особой не было. А гипертоники были. Как их лечить?

Выпускали 200 граммов крови — и все, давление падало.

...Мазь Вишневского сами делали. Собирали копать из труб, разводили рыбьим жиром и этим лечили раны.

...О раненых мы старались заботиться. В госпитале собирали хвою, изготовляли настои, чтобы были витамины. Делали запеканки из дрожжей. Такая гадость! Но это белок, и люди его ели.

О КОЛЛЕГАХ И ПРОФЕССИИ

...Врач всегда оставался врачом. Вот эпизод, самый элементарный. Однажды моим пациентом оказался стоматолог Тотман. И я в разговоре обмолвилась, что маме нужен зубной протез. «Так пусть приходит», — говорит. Мама пошла, и он сделал ей протез и, думаете, взял хоть рубль? Нет!

...В 35-й поликлинике была великолепный невропатолог. В прошлом, очевидно, из богатой семьи. У нее были иконы, вышитые жемчугом, она их потом сдавала. Это была доктор от Бога. Она никогда не ждала вызова — приходила, и все. И наблюдала больного до тех пор, пока не считала нужным оставить его в покое.

...Я хирург. Со студенческих лет была хирургом и всегда хотела быть только им... Знаете, как нас учили? Если при вас что-то случилось: в трамвае ли, на улице, где угодно, вы обязаны подойти и выяснить, что к чему.

...Настоящий врач до конца остается человеком... Это блестящая специальность. Святая специальность.



Компоненты крови

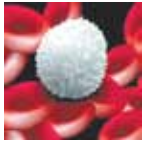
После того как донор сдает кровь, полученная кровь с помощью специального оборудования разделяется на компоненты.

Компоненты крови — это клетки (эритроциты, лейкоциты, тромбоциты) и плазма.



Красные кровяные тельца (эритроциты)

Основная функция эритроцитов — перенос кислорода от органов дыхания ко всем клеткам тела и удаление из тканей углекислого газа. Переливание эритроцитов используется при больших кровопотерях или для лечения тяжелой анемии, когда костный мозг не производит достаточно эритроцитов, например при химиотерапии и лейкемии.



Белые кровяные тельца (лейкоциты)

Лейкоциты борются с инфекциями и являются частью защитной системы организма. Переливание лейкоцитов осуществляется пациентам, страдающим от угрожающих жизни инфекционных заболеваний.



Красные пластинки (тромбоциты)

Тромбоциты — это клетки крови, останавливающие кровотечение. В их переливании нуждаются люди, страдающие онкологическими заболеваниями.



Плазма

Это жидкая часть крови желтого цвета, на 90% состоящая из воды. Основные препараты донорской плазмы крови — это альбумин и факторы свертывания крови. Альбумин применяют при шоке, ожогах, острой кровопотере, гнойно-септических заболеваниях, заболеваниях печени и почек. Факторы свертывания крови помогают при гемофилии и острых кровотечениях.

Группы крови и резус-фактор

Даже если вы знаете свою группу крови, врач не примет ваши слова на веру, а обязательно проведет собственное исследование. Ведь от точного знания группы крови и резус-фактора донора зависит человеческая жизнь.

Первые опыты переливания крови редко заканчивались успешно, бывало, что человек погибал вскоре после того, как в его кровь попадала кровь донора. Только в начале XX века были обнаружены особые белки в эритроцитах — агглютиногены, то есть вызывающие реакцию агглютинации — склеивание эритроцитов. Она-то и являлась причиной гибели больных после переливания крови.

Два основных вида агглютиногенов были

условно названы А и В. Склеивание эритроцитов, то есть несовместимость крови, происходит, если агглютиноген соединяется с одноименным белком — агглютинином, содержащимся в плазме крови, соответственно а и в. Это значит, что в крови человека не может быть одноименных белков, вызывающих склеивание эритроцитов, то есть если есть агглютиноген А, то в ней не может быть агглютина а. Обнаружено также, что в крови могут быть оба агглютиногена — А и В, но тогда она не содержит ни одного вида агглютининов, и наоборот. Все это и есть признаки, определяющие группу крови.

На основании этих открытий у людей выделено четыре основных вида группы крови:

0 (I) Первая группа крови (47 % населения планеты)	Не содержит агглютиногенов, но содержит оба агглютина а и в. Это самая распространенная группа крови.
A (II) Вторая группа крови (39 % людей)	Содержит агглютиноген А и агглютинин в.
B (III) Третья группа крови (10 % людей)	Содержит агглютиноген В и агглютинин а.
AB (IV) Четвертая группа крови (4 % людей)	Содержит оба агглютиногена А и В и не содержит агглютининов. Такая группа крови самая редкая.

РЕЗУС-ФАКТОР

Еще один специфический белок-антиген эритроцитов — резус-фактор. Вначале он был выявлен у макаки-резус, откуда и получил свое название, но оказалось, что он есть и у 85 % населения. То есть эти люди обладают резус-положительной кровью (Rh+). Еще у 15 % этот антиген отсутствует, то есть у них отрицательный резус-фактор (Rh-). При попадании в кровь людей, не имеющих этого белка, резус способствует выработке антител. Но при повторном контакте с резусом эти антитела дают тяжелую гемолитическую реакцию, которая называется резус-конфликтом.



Где сдать кровь в Петербурге

Дорогие доноры!

Городская станция переливания крови принимает доноров в будни с 09.00 до 13.00 и каждую третью субботу месяца с 09.00 до 12.00.

Рекомендуем посещать наш сайт или группу «ВКонтакте» накануне прихода на станцию для ознакомления с возможными ограничениями и с данными актуального Донорского светофора.

Городская станция переливания крови расположена по адресу: Санкт-Петербург, Московский проспект, дом 104 (станция метро «Московские ворота»).

Телефон донорского отдела (812) 635-68-85.

Если по какой-то причине сдать кровь на Городской станции переливания крови вы не можете, то сделать это можно в отделениях переливания крови (ОПК) при крупных больницах. Перечень учреждений, где можно сдать кровь, ищите на сайте Службы крови yadonor.ru.

Перед посещением выбранного учреждения просим уточнять информацию о возможных ограничениях в приеме.

КАК ПРОХОДИТ ДОНАЦИЯ

1. ЗАПИСЬ НА ДОНОРАТВОРСТВО

2. СДАЧА АНАЛИЗОВ КРОВИ

3. ОБСЛЕДОВАНИЕ И ИСПЫТАНИЕ

4. ПЕРЕДТЕН, КАК СДАТЬ КРОВЬ ДОНОРОМ

5. СДАЧА КРОВИ

6. ПУНКТ ВЫДАЧИ СПРАВОК

ГУИОН

Мы переехали: ул. Маяковского, д. 19/15

ПРОЕКТ ПЕРЕПЛАНИРОВКИ

жилых и нежилых помещений

от 20 раб. дней ПОД КЛЮЧ от 10 500 руб.!*

ЗВОНИТЕ **777-5-111**

УСЛУГИ ПО ПРОЕКТИРОВАНИЮ

(Полное сопровождение проекта перепланировки: консультация, составление тех. задания, дизайн, согласование)

МОЖНО ПОЛУЧИТЬ ВО ВСЕХ РАЙОННЫХ ПИБ

<http://guion.spb.ru/contacts>

ИЛИ В ОТДЕЛЕ ПРОЕКТИРОВАНИЯ ГУП «ГУИОН»

ул. Маяковского, д. 19/15

*Стоимость проекта перепланировки нежилого помещения рассчитывается индивидуально.