

# Донор – означає здоровий



**Щ**осекунди в усьому світі у людей будь-якого віку і походження виникає потреба в переливанні крові, яку медики нерідко називають ліками для порятунку життя. Тому завжди актуальним і благородним є бажання людини прийти і подарувати свою кров. На щастя, таких людей в усьому світі мільйони, і щороку у червні вони відзначають своє «професійне» свято – Всесвітній день донора крові.

На Львівській магістралі є майже дві тисячі працівників, для яких цей почесний обов'язок став правилом життя, – розповідає в.о. головного лікаря Дорожньої станції переливання крові Ірина Косогорова. – За нагоди хочу подякувати керівництву залізниці, дорожньої профспілкової організації, керівникам структурних підрозділів магістралі, які з розумінням ставляться до наших проблем, допомагають в організації і проведенні «Днів донора». За п'ять місяців цього року організовано 24 виїзди на підприємства залізниці для збору донорської крові. Активно підтримують благородну справу донорства працівники Тернопільського, Ужгородського, Чопського, Королівського, Ківерцівського, Ковельського, Мукачівського, Дрогобицького, Стрийського Чернівецького залізничних вузлів, Львівського локомотиворемонтного заводу, вагонного депо Клепарів, локомотивного депо Львів-Захід, пасажирського вагонного депо Львів, студенти Львівської філії Дніпропетровського університету залізничного транспорту.

Ірина Анатоліївна небагатослівна щодо того, що колектив Дорожньої станції переливання крові працює в режимі екстреної медицини, підпорядкованій головному завданню – врятувати життя людини, і могла б навести чимало прикладів відповідальності та відданості роботі. Вона вважає, що нині треба якомога більше сказати про донорів, адже 14 червня – їхнє професійне свято. І, не виокремлюючи найбільш активних донорів, вона дякує всім залізничникам, які мають щедre серце і дарують свою кров для порятунку інших.

Такої ж думки завідувач відділу комплектації донорських кадрів Дорожньої станції переливання крові Ігор Пелих.

– Людині, яка мало обізнана зі специфікою служби крові, важко собі уявити нашу працю. Тільки лікарі знають, як часто доводиться нашим спеціалістам поспішати на допомогу хворим у реанімацію, хірургію, гінекологію чи інші відділення лікарні, адже поки не існує штучного замінника донорської крові, – розповідає Ігор Пелих. – Вирішивши стати донором крові, людина робить відповідальний вибір. Ще вчора вона відповідала тільки за стан свого здоров'я, а сьогодні – уже й за самопочуття інших людей. Відтепер у її житті з'явився особливий, невідомий раніше сенс – дарувати здоров'я тим, хто потрапив у біду. Донор дарує хворій людині надію і здоров'я. Тому він не може ризикувати собою заради сумнівних задовольень.

Тяжкі травми, масивні кровотечі, опіки, променева хвороба, онкохворі – далеко не повний перелік тих випадків, коли питання життя чи смерті нерідко вирішується лише з допомогою донорської крові чи її компонентів.

Минулого року продовжилася позитивна тенденція в роботі нашої служби крові. Ми зверталися до підприємств Львівської залізниці, і, як правило, нам не відмовили: приходили донори, тривала заготівля крові.

– Інколи у людей виникає питання: «Бути чи не бути донором?» – каже Ігор Пелих. – Здоров'я нації, як моральне, так і фізичне, визначається саме тим, як пересічна людина відповідає на це питання. Важлива навіть не сама відповідь, а те, що спонукає людину здавати кров: упевненість у власних фізичних силах або радість дарувати надію на одужання хворим.

Якщо ви вирішили стати донором, вам



**«На Львівській магістралі є майже дві тисячі працівників, для яких цей почесний обов'язок став правилом життя. За п'ять місяців цього року було організовано 24 виїзди на підприємства залізниці для збору донорської крові. Активно підтримують благородну справу донорства працівники Тернопільського, Ужгородського, Чопського, Королівського, Ківерцівського, Ковельського, Мукачівського, Дрогобицького, Стрийського Чернівецького залізничних вузлів, Львівського локомотиворемонтного заводу, вагонного депо Клепарів, локомотивного депо Львів-Захід, пасажирського вагонного депо Львів, студенти Львівської філії Дніпропетровського університету залізничного транспорту».**



необхідно навчитися берегти себе заради інших. Здоровий спосіб життя донора передбачає правильне харчування і прийом вітамінів, відмову від надмірного вживання алкоголю, бажано – і від куріння, дотримання інтервалів між здаванням крові. Важливо, щоб донорство не заповдіало шкоди ні донору, ні реципієнту. Якщо з якихось причин лікар сьогодні не допускає донора до здачі крові, необхідно прислухатися до його рекомендацій. Краще один раз утриматися від здачі крові, ніж потім назавжди відмовитися від донорства. Якщо вас щось турбує, обов'язково порадьтеся з лікарем станції переливання крові. При дотриманні простих правил донорство буде корисним для вашого здоров'я і може на довгі роки стати стилем життя. Адже якщо ви – донор, це означає, що ви здорові.

– Які плюси має донорство крові?

– Насамперед разова здача крові врятує два життя, і донору буде приємно відчувати причетність до цього порятунку. А ще, мабуть, буде приємно усвідомлювати свою унікальність і це підвищує самооцінку. Крім того, бути здоровим нині модно та престиж-



но, а до донорів зараховують тільки здорових людей, – наголошує Ігор Пелих.

Після здачі крові відчувається приплив нових сил – це яскраве свідчення оновлення організму: навіть одноразова здача крові справляє оздоровлювальний вплив на нього. Оновлюється клітинний склад, активізуються всі резервні сили організму, стимулюється кровотворення. При регулярному донорстві організм омолоджується, покращується діяльність імунної системи, печінки, підшлункової залози, інших органів травлення, як наслідок – стабілізується обмін речовин, що є надійною профілактикою захворювань серцево-судинної системи, усіх «хвороб накопичення» – атеросклерозу, подагри, ожиріння та інших.

– Розкажіть про правові аспекти донорства. Для прикладу, чи можна донорів використовувати окремо по одному дню відпочинку, якщо йому належить, скажімо два дні, чи обов'язково приєднувати їх до відпустки? Упродовж якого часу слід використати «донорські вихідні» тощо?

– Питання про надання пільг донорам,

зокрема днів відпочинку у разі здавання крові та (або) її компонентів, передбачене статтею 9 Закону України «Про донорство крові та її компонентів» від 23 червня 1995 року №239/95-ВР.

Згідно з цією статтею, у день здавання крові та (або) її компонентів, а також у день медичного обстеження працівник, який є або виявив бажання стати донором, звільняється від роботи на підприємстві, в установі, організації будь-якої форми власності зі збереженням за ним середнього заробітку. Донори з-поміж студентів вищих навчальних закладів та учнів професійних навчально-виховних закладів у зазначені дні звільнюються від занять.

Після кожного дня здавання крові та (або) її компонентів, зокрема у разі здавання у вихідні, святкові та неробочі дні, донору надається додатковий день відпочинку зі збереженням за ним середнього заробітку. За бажанням працівника цей день можна приєднати до щорічної відпустки або використати в інший час упродовж року після дня здавання крові.

У разі, коли за погодженням із керівництвом підприємства в день здавання крові донора залучали до роботи чи до несення служби, йому за бажанням надається інший день відпочинку зі збереженням середнього заробітку. У разі здавання крові та (або) її компонентів у період щорічної відпустки ця відпустка продовжується на відповідну кількість днів з урахуванням надання працівникові додаткового дня відпочинку за кожний день здавання крові.

Відповідно до зазначеного, працівник може бути звільнений від роботи на два дні лише тоді, коли за погодженням із керівництвом підприємства його у день здавання крові залучали до роботи. Законом не передбачено у такому випадку надавати дні відпочинку поспіль, а тому ці дні працівник може використати як разом, так і окремо, зокрема приєднати до щорічної відпустки. При цьому треба мати на увазі, що, попри те, чи буде день відпочинку після здавання крові приєднаний до щорічної відпустки, чи наданий окремо, його слід використати впродовж року після дня давання крові чи її компонентів.

Із нагоди Всесвітнього дня донора крові хочу подякувати всім донорам Львівської залізниці, а особливо почесним донорам України – людям із великим серцем, які безоплатно здали кров у кількості понад 40 разових максимально допустимих доз, тобто більше 18-ти літрів. Запрошуємо і надалі всіх працівників Львівської залізниці не залишатися байдужими до чужої біди і брати активну участь у донорстві – у цій добрій і корисній справі.

Орися ТЕСЛЮК  
Фото з архіву газети