

# Dni Honorowego Krwiodawstwa Polskiego Czerwonego Krzyża

W dniach 22-26 listopada obchodzone są Dni Honorowego Krwiodawstwa Polskiego Czerwonego Krzyża. Jest to święto wszystkich polskich Honorowych Dawców Krwi, którzy bezinteresownie przekazują swoją krew osobom potrzebującym.



Rok 1958 uznawany jest jako początek honorowego krwiodawstwa w Polsce. To wtedy Polski Czerwony Krzyż podjął pierwsze działania na rzecz propagowania tej wspaniałej idei. Działalność Polskiego Czerwonego Krzyża w tym okresie skupiała się wokół zagadnień promocji krwiodawstwa i rekrutacji dawców.

Wiele uwagi Polski Czerwony Krzyż poświęcił akcji uświadamiania braku szkodliwości oddawania krwi. Do najczęściej stosowanych form promocyjnych należały prowadzone w zakładach pracy, szkołach i innych instytucjach pogadanki, referaty i wykłady.

W 1972 roku Polski Czerwony Krzyż doceniając zasługi honorowych dawców krwi ustanowił Dni Honorowego Krwiodawstwa, które niezmiennie obchodzone są w dniach 22–26 listopada. Wg danych GUS w Polsce w 2022 r. ponad 622 tys. osób oddało krew, a wśród nich ponad 621 tys. stanowili Honorowi Dawcy Krwi. Aby stać się Zasłużonym Honorowym Dawcą mężczyzna musi oddać, co najmniej 6 litrów krwi, a kobieta co najmniej 5 litrów krwi.

Krew jest niezastąpionym lekiem ratującym zdrowie i życie, którego nie można wyprodukować. Propagowanie idei honorowego krwiodawstwa oraz dzielenie się wiedzą w tym zakresie, przyczynia się do zwiększenia świadomości społecznej oraz znacznego powiększenia grona Honorowych Dawców Krwi.

## Kto może oddać krew?

Dawcą krwi może zostać osoba pełnoletnia (między 18. a 65. rokiem życia), zdrowa, o wadze powyżej 50 kg.

Przeciwwskazania do oddania krwi to m.in.:

- przebyta żółtaczka zakaźna,
- choroby autoimmunologiczne, układu krążenia, układu nerwowego, układu endokrynnego, choroba nowotworowa,
- przebyte zawały i udary,
- nadciśnienie tętnicze.

## Gmina Lyski

Zabieg pobrania krwi lub jej składników jest bezbolesny. Niektórzy mogą odczuwać chwilowy dyskomfort podczas wprowadzania igły do żyły, nie trwa to jednak dłużej niż kilka chwil. Po oddaniu krwi również nie powinno być żadnych przykrych doznań, pod warunkiem zastosowania się do wskazań personelu medycznego.

Szczegółowe informacje o Krwiodawstwie dostępne są na stronie [PCK](#)

Składamy serdeczne podziękowania i wyrazy uznania Honorowym Dawcom Krwi oraz wszystkim osobom wspierającym honorowe krwiodawstwo za bezinteresowne działania na rzecz ratowania życia i zdrowia drugiego człowieka.

Źródło:

<https://www.gov.pl/web/nck/promuj-idee-honorowego-krwiodawstwa>

<https://pck.pl/22-26-listopada-dni-honorowego-krwiodawstwa-pck/>