

# ՏԵՂԵԿԱՏՎՈՒԹՅՈՒՆ ԴՈՆՈՐՆԵՐԻՆ

## ՈՎ ԿԱՐՈՂ Է ՀԱՆԴԻՍԱՆԱԼ ԴՈՆՈՐ

Եթե դուք որոշել եք նվիրել ձեր արյունը, ապա պետք է՝

- լինեք 18 տարեկան,
- լինեք առնվազն 53 կգ, եթե դուք իգական սեռի ներկայացուցիչ եք, 63 կգ, եթե արական սեռի ներկայացուցիչ եք,
- արյան ճնշումը չլինի շատ բարձր կամ ցածր/որոշում է բժիշկը/առավելագույնը՝ 90 դիաստոլիկ, նվազագույնը՝ 60, առավելագույնը՝ 140 սիստոլիկ, նվազագույնը՝ 90
- զարկերակը լինի 60-90 հարված րոպեում

## Արյունատվության հակացուցումները

Հակացուցումները կարող են լինել.

- **բացարձակ**, երբ մարդը երբևէ չի կարող հանձնել արյուն
- **Ժամանակավոր**, երբ մարդը որոշ ժամանակ անց կարող է դառնալ դոնոր:

## Բացարձակ հակացուցումներն են.

- Վարակիչ հիվանդությունները (ՄԻԱՎ-վարակակրություն, վիրուսային հեպատիտներ, երբևէ լաբորատոր դրական պատասխան վիրուսային հեպատիտների նկատմամբ, սիֆիլիսի, բնածին կամ ձեռքբերովի, տուբերկուլյոզի բոլոր ձևերը, բրուցելյոզ և այլն):
- Սիրտ-անոթային, նյարդային, շնչառական, մարսողական համակարգերի մի շարք հիվանդությունները, չարորակ նորագոյացությունները, արյան հիվանդությունները և այլն:

Բացի մշտական հակացուցումներից, արյունատվության բացառման համար հիմք են հանդիսանում նաև հետևյալ ռիսկային խմբերին պատկանող անձիք՝ արվամոլները, մարմնավաճառները, կալանավայրերում գտնվող անձիք, վիրուսային հեպատիտներով հիվանդների և վարակակիրների, ՁԻԱՀ-ով հիվանդների և ՄԻԱՎ-վարակակիրների ընտանիքի անդամներ:

**Դոնորությունը բացառող ժամանակավոր հակացուցումներն են.**

1) արյան բաղադրամասերի փոփոխություն, դաջվածք, մաշկի կամ լորձաթաղանթների ամբողջականության խախտումով ուղեկցվող բժշկական գործիքային միջամտություններ	6 ամիս
2) վիրահատություններ, այդ թվում նաև՝ հղիության արհեստական ընդհատում	6 ամիս
3) Հայաստանի Հանրապետությունից դուրս երկարատև (1 ամսից ավելի) գործուղում(վարակների էնդեմիկ օջախներում)	6 ամիս
4) հղիության և լակտացիայի շրջան	ոչ պակաս, քան 1 տարի ծննդաբերությունից հետո, ոչ պակաս, քան 3 ամիս լակտացիայի ավարտից հետո
5) դաշտանի շրջան	դաշտանի ավարտից հետո ոչ պակաս, քան 5 օր
6) ալերգիկ վիճակներ	2 ամիս
7) 37 °C ջերմաստիճանից բարձր ջերմություն, վերին շնչառական ուղիների սուր բորբոքումներ	1 ամիս
8) պատվաստումներ՝ կենդանի վակցինա սպանված վակցինա կատաղության դեմ հեպատիտ Բ-ի դեմ	1 ամիս 10 օր 2 շաբաթ 6 ամիս
9) դեղերի օգտագործում՝ հակաբիոտիկներ, սայլիցիլատներ և ոչ	1 շաբաթից մինչև 1

ստերոիդ հակաբորբոքային միջոցներ	ամիս
10) մալարիայի էնդեմիկ վայրերից վերադարձած անձինք	5 տարի
11) ոգելից խմիչքների ընդունում	24 ժամ
12) ալանինամինատրանսֆերազայի բարձրացում մինչև 2 անգամ	3 ամիս

### **Ինչպես նախապատրաստվել արյունատվության**

Եթե Դուք համապատասխանում եք նշված պայմաններին, ապա՝

- արյունատվության օրը չպետք է օգտագործեք յուղոտ, տապակած, կծու, ապխտած կերակուր, կարելի է ընդունել միայն թեյ կամ սուրճ,
- արյունատվությունից 24 ժամ առաջ չպետք է օգտագործեք ոգելից խմիչքներ,
- Ձեր ընտրած արյան կետը ներկայանաք անձնագրով և/կամ զինվորական գրքույկով/:

Դոնորը լրացնում է հարցաթերթիկը, որում նշում է իր առողջական վիճակի և ապրելակերպի մասին, որից հետո անցնում է լաբորատոր հետազոտություն և զննվում է թերապևտի կողմից: Արյունատվության գործընթացն իրականացվում է միանվագ ստերիլ պարագաներով: Արյունատվությունն իրականացվում է ժամը 9.00-13.00-ը ամեն օր, բացի հանգստյան և տոնական օրերից: Ցանկալի է չնախատեսել արյունատվություն քննություններից, մրցումներից և այլ ինտենսիվ աշխատանքներից առաջ:

### **Արյունատվությունից հետո անհրաժեշտ է.**

- 10-15 րոպե մնալ հանգիստ պառկած վիճակում,
- վիրակապը պահել 1.5-2 ժամ,
- այդ օրը չգրադվել ծանր ֆիզիկական աշխատանքով,
- չօգտագործել ոգելից խմիչք,
- լավ սնվել և խմել շատ հեղուկ:

Պատվաստումների կատարում թույլատրվում է արյունատվությունից առնվազն 10 օր հետո: