



JAK NA HROMADNÉ DAROVÁNÍ KRVE I VE VAŠÍ SOKOLOVNĚ

Tento manuál je určený těm, kdo by rádi zorganizovali hromadný odběr darování krve na jednom místě pro více dárců. Co je potřeba zjistit, než se do toho pustíte, koho kontaktovat a kolik dárců je vůbec potřeba? Na tyto a další důležité otázky byste měli najít odpovědi níže. Počítejte s tím, že požadovaný termín je potřeba nahlásit **alespoň 3 měsíce dopředu**.

Výjezdní tým se skládá z několika sestřiček a lékaře, který musí vyhodnotit zdravotní stav každého dárce a (ne)doporučit darování krve. Sestřičky a lékař jsou přítomni po celou dobu a do všeho vás zasvěťí. Obdobně jako v nemocnici i tady si dárce projde 5 stanovišti (1) administrativa, kde vyplní dotazník či je jako prvodárce poučen o darování krve, (2) měření hemoglobinu v krvi, (3) základní vyšetření a zanesení vašich údajů do systému, (4) konzultace a vyšetření lékařem a (5) lehátko, kde vám sestřičky naberou vzorek krve a poté už probíhá samotný odběr. Šesté stanoviště, které už není v rukou lékařů, ale ve vašich je odpočinková zóna s občerstvením, kde se dárci posilní a chvíli si odpočinou.

Manuál je rozdělený do **4 částí**, pro lepší orientaci a opakované použití. Tak na co čekat, pusťme se do toho.

Samozřejmě můžete také hromadně **darovat krev na transfuzním oddělení**, které máte poblíž a zajistit například společnou dopravu na a z místa. Stačí mít jen správnou motivaci. I to se počítá. :))

1. ČÁST - CO JE POTŘEBA ZJISTIT JAKO PRVNÍ?

1. Může k nám výjezdní tým vůbec přijet?

Zásadní otázkou je zjistit dostupnost výjezdního týmu - v Praze je to tým ÚVN a nově v Brně tým z FN Brno, jak daleko od nemocnice budou moct dojet je první věc, kterou musíte zjistit.

2. Máme vhodné prostory?

Pokud disponujete dostatečně prostornou tělocvičnu či velkou místnost s přístupem k toaletám, pak máte téměř vhodný prostor. Protože s sebou výjezdní tým bude mít také spoustu zařízení, je vhodné aby nemuseli do místnosti chodit po schodech. Pokud byste ale sehnali místnost mimo sokolovnu, která je přístupná výtahem, neměl by s tím být problém. Kromě volně přístupného prostoru v místnosti budou zdravotníci potřebovat přístup k zásuvkám, židle a stoly pro dárce a rozložení vybavení.

3. Budeme mít dostatečný počet dárců?

V dalším kroku byste měli zjistit předběžný počet zájemců, tedy ideálně rozeslat e-mail na členy a známé či se na nejbližším setkání osobně zeptat na to, kdo by se chtěl v plánovaném termínu zúčastnit darování krve. Zájemců by mělo být alespoň 30, aby se výjezdnímu týmu vyplatilo k vám přijet. Počítejte ale s tím, že i polovina z původně přihlášených zájemců si může své rozhodnutí

rozmyslet, nemusí být v daný termín zdraví nebo budou mít jiné povinnosti. Darování krve je dobrovolné, nikdo by tak neměl být nucen ani přemlouván k této aktivitě.

Pokud jste na předchozí otázky našli kladné odpovědi, pak vám nebrání nic v tom, abyste se domluvili z výjezdním týmem na konkrétním termínu hromadného odběru. Myslete ale na to, že pro výjezdní tým je výhodné, pokud u vás bude darovací akce probíhat pravidelně alespoň 2x ročně s odstupem 3 měsíců.

2. ČÁST - JAKÉ INFORMACE PŘEDAT DÁRCŮM?

Ať už zjišťujete zájem o darování krve či jste už s výjezdním týmem domluveni na konkrétní termín, je na místě předat dárčům potřebné informace, ty by měly obsahovat:

1. Obecné podmínky darování krve (můžete o ně požádat výjezdní tým, najít byste je měli na webových stránkách transfuzního oddělení či ve zkrácené podobě [TADY](#))

2. Nejčastější otázky a odpovědi (sepsali jsme je pro vás [TADY](#))

3. Co můžu a nemůžu den PŘED a V den odběru (žádné tučné jídlo, alkohol, ani vysoká fyzická či psychická zátěž, s sebou OP a kartičku pojištění, tyto informace by vám měl poskytnout výjezdní tým)

4. Tabulka s časy (připravte si jednoduchou tabulku s počty lehátek a jednotlivými časy odběru, do které se vám dárci budou moci zapsat, zjednoduší vám to celý průběh odběru, počítejte ale s rezervou, kdyby někdo nedorazil nebo nebyl doktorem doporučen k darování krve)

3. ČÁST - CO JE POTŘEBA ZAJISTIT V DEN HROMADNÉHO ODBĚRU?

Připravit místnost:

- stoly a židle dle stanovišť (viz úvod, případně vám poradí výjezdní tým)
- prodlužovačky
- rozmístit stoly a posezení u občerstvení
- návleky nebo požádat dárce o přezůvky
- čísla stanovišť (není nezbytné)

Připravit občerstvení

- dostatek pití (voda, čaj) a kelímků pro dárce před odběrem
- pití (čaj, káva, **Coca-Cola**, pokud by měl někdo nízký tlak nebo zkolaboval, funguje nejlépe)
- sladké pečivo, sendviče, tatranky aj.

Česká obec sokolská

Újezd 450/40, Tyršův dům, 118 01 Praha 1–Malá Strana

Registovaná u MV ČR,
pod č.j. VSP/1-1311/90-R
č.ú.: 00000000/000

tel.: +420 000 000 000
tel.: +420 000 000 000

IČO: 00000000
DIČ: CZ00000000

info@sokol.eu
sokol.eu

strana 2/3

4. ČÁST - NEZAPOMEŇTE:

- fotit nebo točit, jak u vás odběr probíhal
- pochlubit se komunikačnímu týmu ČOS nebo koordinátorům projektu Sokolská kapka krve
- nahlásit počty dárců do projektu Sokolská kapka krve - každý prvodárce od nás dostane pamětní odznak SKK a pokud budete v počtech odběrů dostatečně aktivní, tedy mezi prvními 4 jednotami, odměníme vás i hodnotnou cenou.
- zapsat si, kdo krev daroval, abyste je mohli oslovit i příště
- vyvěsit plakát o hromadném odběru nebo o projektu Sokolská kapka krve ve vaší sokolovně
- podpořit vaši aktivitu - dejte o hromadném odběru vědět okolním jednotám, vaší župě nebo přátelům a třeba se vám přihlásí i další dárci
- o tom napsat - na váš web, facebook, instagram nebo do místního zpravodaje, děláte dobrou věc a příště se vás může zapojit ještě víc
- obléct si sokolská nebo oddílová trička
- užít si společně strávený den a dopřát si po zbytek dne klidový režim

Nezoufejte, pokud nemůžete darovat krev, pomáhat se dá i jinak, například vyvěšením plakátů, uspořádáním tematického kvízu nebo šířením myšlenky darování krve jako takové. Děkujeme, že pomáháte. :))

SOKOLSKÁ KAPKA KRVE

Více informací o projektu najdete [TADY](#) nebo se můžete obrátit na koordinátory br. Víta Jakoubka, e-mail: kapkkrve@sokol.eu nebo ses. Anetu Kaslovou, e-mail: akaslova@sokol.eu, tel: 257 007 234.