

30 września 2024

Informacja RCKiK w Radomiu

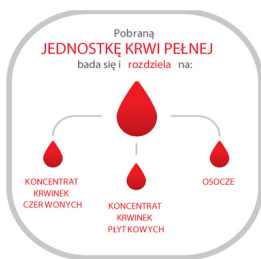


Regionalne Centrum
Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa
im. dr Konrada Vietha w Radomiu

MOŻESZ ODDAĆ KREW, JEŚLI:



- **MASZ 18-65 LAT I POSIADASZ DOWÓD OSOBISTY (LUB INNY DOKUMENT ZE ZDJĘCIEM)**
- **WAŻYSZ: POWYŻEJ 50 KG**
- **NIE CHOROWAŁEŚ NA ŻÓLTACZKĘ**
- **CZUJESZ SIĘ ZDROWY**
- **W CIĄGU OSTATNICH 4 MIESIĘCY NIE MIAŁEŚ WYKONANEGO ZABIEGU OPERACYJNEGO, TATUAŻU, PRZEKŁUCIA USZU LUB INNYCH CZĘŚCI CIAŁA**



PRZYGOTOWUJĄC SIĘ DO ODDANIA KRWI, PAMIĘTAJ ABY BYĆ:

- dobrze nawodnionym – wypić około 2 litry płynów
- wyspanym
- po spożyciu lekkostrawnego posiłku - pieczywo, chuda wędlna, ser biały, dżem (wyklucz z diety tłuszcze pochodzenia zwierzęcego np. mleko, masło, kielbasę, pasztet, śmietanę, rosół, tłuste mięso oraz jajka orzeszki ziemne i ciasta kremowe).
- ogranicz palenie papierosów
- nie spożywaj alkoholu w dniu poprzedzającym oddanie krwi



**ODDAWANIE KRWI JEST
CAŁKOWICIE BEZPIECZNE.**

**KREW POBIERA SIĘ
ZAWSZE SPRZĘTEM**

JEDNORAZOWEGO UŻYTKU!!!



Siedziba główna RCKiK:

26-600 Radom, ul. Limanowskiego 42, tel./fax. sekretariat: (48) 36 26 276; tel. (48) 34 00 520
pn. wt. śr.: 7:00-14:00, czw.: 7:00 – 17:00, pt.: 7:00-13:30

Oddział terenowy w Grójcu

ul. Piotra Skargi 10, tel. (48) 664 93 75, fax. (48) 664 21 81
pn., śr., pt.: 7:30-12.30, czw.: 7:30-11:30, wt. - nieczynne



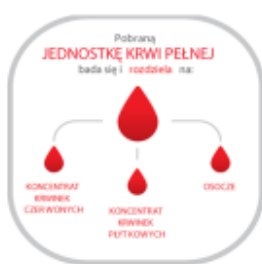


Regionalne Centrum
Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa
im. dr Konrada Vietha w Radomiu

MOŻESZ ODDAĆ KREW, JEŚLI:



- **MASZ 18-65 LAT I POSIADASZ DOWÓD OSOBISTY** (LUB INNY DOKUMENT ZE ZDJĘCIEM)
- **WAŻYSZ: POWYŻEJ 50 KG**
- **NIE CHOROWAŁEŚ NA ŻÓLTACZKĘ**
- **CZUJESZ SIĘ ZDROWY**
- **W CIĄGU OSTATNICH 4 MIESIĘCY NIE MIAŁEŚ WYKONANEGO ZABIEGU OPERACYJNEGO, TATUAŻU, PRZEKŁĘCIA USZU LUB INNYCH CZĘŚCI CIAŁA**



PRZYGOTOWUJĄC SIĘ DO ODDANIA KRWI, PAMIĘTAJ ABY BYĆ:

- dobrze nawodnionym – wypić około 2 litry płynów
- wyspanym
- po spożyciu lekkostrawnego posiłku - pieczywo, chuda wędlna, ser biały, dżem (wyklucz z diety tłuszcze pochodzenia zwierzęcego np. mleko, masło, kielbasę, pasztet, śmietanę, rosół, tłuste mięso oraz jajka orzeszki ziemne i ciasta kremowe).
- ogranicz palenie papierosów
- nie spożywaj alkoholu w dniu poprzedzającym oddanie krwi



**ODDAWANIE KRWI JEST
CAŁKOWICIE BEZPIECZNE.**

**KREW POBIERA SIĘ
ZAWSZE SPRZĘTEM**

JEDNORAZOWEGO UŻYTKU!!!



Siedziba główna RCKiK:

26-600 Radom, ul. Limanowskiego 42, tel./fax. sekretariat: (48) 36 26 276; tel. (48) 34 00 520
pn., wt. śr.: 7:00-14:00, czw.: 7:00 – 17:00, pt.: 7:00-13:30

Oddział terenowy w Grójcu

ul. Piotra Skargi 10, tel. (48) 664 93 75, fax. (48) 664 21 81
pn., śr., pt.: 7.30-12.30, czw.: 7.30-11.30, wt. - nieczynne

