

# Nadodrzański Oddział Straży Granicznej

<https://nadodrzański.strazgraniczna.pl/nad/aktualnosci/46465,19-lipca-bedzie-mozna-honorowo-oddac-krew.htm>

05.09.2024, 03:38

## 19 lipca będzie można honorowo oddać krew

Joanna Konieczniak  
11.07.2022

19 lipca na terenie Komendy Nadodrzańskiego Oddziału Straży Granicznej w Krośnie Odrzańskim odbędzie się akcja honorowego oddawania krwi.

Do udziału w przedsięwzięciu serdecznie zapraszamy wszystkie osoby pragnące wesprzeć tą szczytną inicjatywę.



**Klub HDK PCK przy NoOSG zaprasza na akcję krwiodawstwa w dniu:**

# 19 lipca 2022 r.

Rejestracja dawców w krwiobusie na placu apelowym  
Nadodrzańskiego Oddziału Straży Granicznej  
ul. Poprzeczna 1  
w godz. 9:00 - 12:00

*Pamiętaj, każda krew jest potrzebna.*

Akcja zorganizowana przez  
Klub Honorowych Dawców Krwi przy NoOSG w Krośnie Odrz.  
przy współpracy z RCKiK w Zielonej Górze.

Zostań honorowym dawcą krwi,  
to prostsze niż myślisz.  
Wystarczy:  
-być zdrowym,  
-wypoczętym,  
-po lekkim śniadaniu,  
-dzień wcześniej wypić ok. 2l wody

Aby w tym konkretnym dniu móc oddać krew wystarczy

- wypić około 2 litrów wody,
- zjeść lekkie, beztłuszczowe śniadanie,
- być wypoczętym.
- 
- Ponadto, krew mogą oddać osoby, które:

- w ciągu ostatnich 14 dni nie miały jakichkolwiek objawów infekcji,
- w ciągu ostatnich 14 dni nie miały kontaktu z osobą zakażoną lub przebywającą na kwarantannie,
- w ciągu ostatnich 14 dni nie przebywały za granicą,
- spełniają pozostałe warunki kwalifikacji dawców obowiązujące w publicznej służbie krwi (informacje o szczegółowych kryteriach dopuszczenia do oddania krwi można uzyskać z rozporządzenia MZ Dz.U. 2017.1741).
- krew można oddawać przed planowanym szczepieniem
- w przypadku szczepionki Pfizer/BioNTech oraz Moderna, można oddać krew po 48 godzinach od szczepienia niezależnie od tego, którą dawkę przyjęto
- po szczepionce Astra Zeneca oraz Johnson&Johnson - 14 dni po szczepieniu
- w przypadku wystąpienia jakichkolwiek objawów po szczepieniu można oddać krew najwcześniej po 7 dniach od ustąpienia objawów

Trzeba pamiętać również by mieć przy sobie dowód osobisty.