



Правительство Москвы
Комитет общественных связей
города Москвы

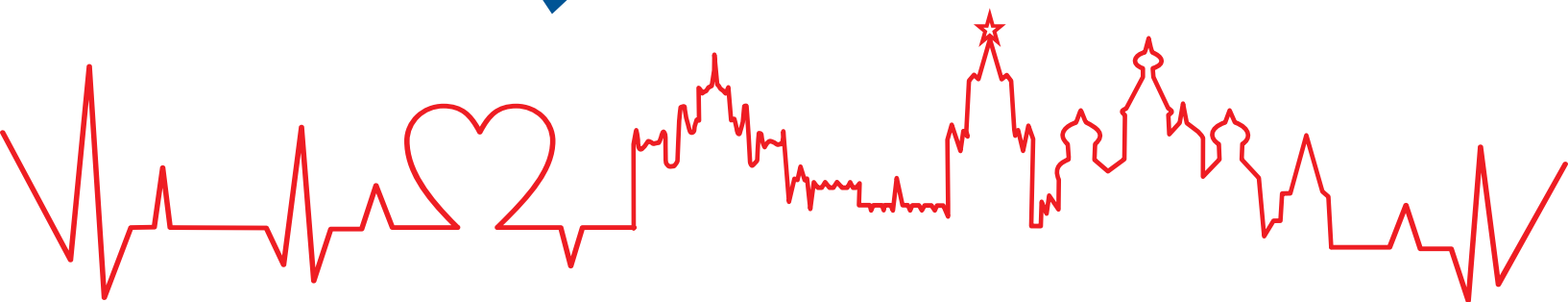


Национальный фонд
развития здравоохранения



МОСКОВСКИЙ
РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР
ДЛЯ ОРГАНИЗАТОРОВ
ДОНОРСКОГО ДВИЖЕНИЯ

Я ❤️ МОСКВУ
Я — ДОНОР!



#московскийдонор

**В ИЗДАНИИ ВЫ
НАЙДЕТЕ ОТВЕТЫ
НА ВОПРОСЫ:**



как и где сдать кровь в *Москве*?



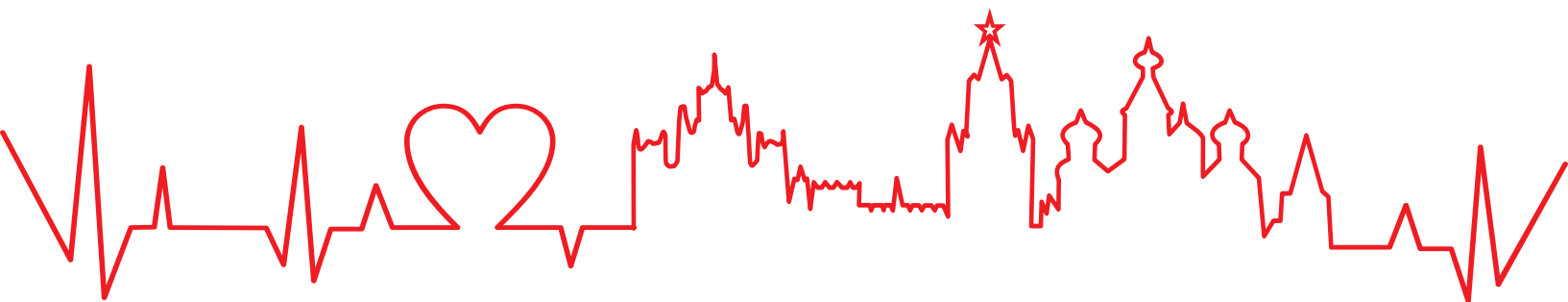
как проходит донация и
как к ней подготовиться?



как организовать День донора?



как стать участником донорского
движения и спасти тысячи жизней?





*Елена Стефанюк
Директор НФ «Национальный фонд развития здравоохранения»,
заместитель руководителя Координационного центра
по организации, развитию и пропаганде добровольного донорства
крови при Общественной палате Российской Федерации*

У организаторов донорского движения очень почетная миссия – воодушевлять людей на добрые, благородные поступки, вдохновлять на донорство крови. Для этого необходимы талант лидера и организатора, настойчивость и терпение, вера в свои силы и позитивные перемены, а также знания. Надеемся, что представленные в буклете материалы будут иметь практическую ценность и помогут найти ответы на многие вопросы, связанные с организацией донорства крови, откроют новые идеи и укрепят уверенность в том, что подарить шанс на жизнь может каждый равнодушный и активный человек.

В наших силах сделать так, чтобы донорское движение расширялось. Уверена, что поколению молодых под силу вывести столицу в лидеры донорского движения, тем самым демонстрируя, что традиции милосердия и взаимопомощи по-прежнему сильны, что Москва - город отзывчивых и добрых людей.

КТО МОЖЕТ СТАТЬ ДОНОРОМ КРОВИ В РОССИИ?



ГРАЖДАНИН РФ

50+ КГ

18+ ЛЕТ

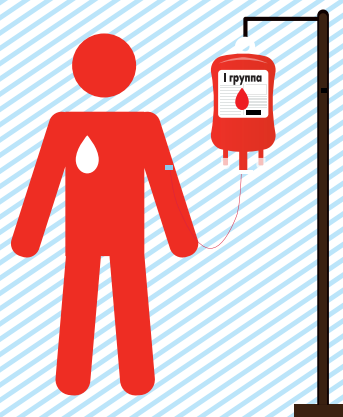
БЕЗ МЕДИЦИНСКИХ
ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ
К ДОНАЦИИ

ЧТОБЫ СПАСТИ ЧЕЛОВЕКА – ДОСТАТОЧНО СТАТЬ ДОНОРОМ КРОВИ!

РЕЖЕ СТРАДАЕТ
СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫМИ
ЗАБОЛЕВАНИЯМИ

ЛЕГЧЕ ПЕРЕНОСИТ
КРОВОПОТЕРЮ
ПРИ ДТП

ЖИВЕТ ДОЛЬШЕ
НА 5 ЛЕТ



РЕГУЛЯРНЫЙ
ДОНОР



СДАЙ КРОВЬ – ОСТАВЬ ОТПЕЧАТОК В СЕРДЦЕ

ПАМЯТКА ДОНОРА

ДО СДАЧИ



ПОСЛЕ СДАЧИ

ПРАВИЛЬНЫЙ #ЗАВТРАКДОНОРА



Утром

перед сдачей
легко позавтракайте



5-10
минут

непосредственно
перед сдачей
выпейте сладкий чай



72
часа

не принимайте
лекарства, содержащие
аспирин и анальгетики



48
часов

воздержитесь
от употребления алкоголя



1 час

воздержитесь от курения

ДО СДАЧИ



24
часа

не употребляйте жирную,
острую и копченую пищу,
молочные продукты и яйца

Акция в Instagram!



- узнай, как правильно завтракать донору
- сфотографируй свой завтрак перед тем, как отправиться на донацию
- выложи фото в Instagram с хэштэгом #завтракдонора
- получи сувенир от НФРЗ
- стань победителем конкурса и получи приз на III форуме организаторов донорского движения

КАК ПРОХОДИТ ДОНАЦИЯ?

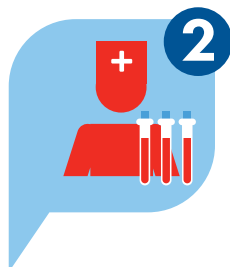


1

ШАГ ПЕРВЫЙ

Регистратура

Донор начинает свой путь с обращения в регистратуру, где заполняет анкету о состоянии своего здоровья.



2

ШАГ ВТОРОЙ

Медицинское обследование. Анализ крови

Донор сдает кровь из пальца для экспресс-анализа. Медицинское обследование определяет, сможет ли человек стать в этот день донором.

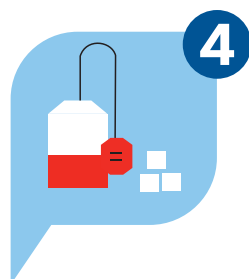


3

ШАГ ТРЕТИЙ

Медицинское обследование. Прием врача

Далее донор ждет прием врача, который принимает решение о допуске и сдаче крови. На полученную от донора информацию о его здоровье и образе жизни распространяется сила врачебной тайны.



4

ШАГ ЧЕТВЕРТЫЙ

Буфет

Перед сдачей крови следует подкрепиться: выпить некрепкий чай с печеньем или булочкой в кафе.



5

ШАГ ПЯТЫЙ

Процедура сдачи крови или ее компонентов

Далее донор направляется в донорский зал. Процедура сдачи крови осуществляется в комфортном специальном донорском кресле.

Процедура забора крови начинается с наложения на предплечье резинового жгута, дезинфекции кожи и производится с использованием стерильных одноразовых инструментов.

Донору нужно несколько раз сжать и разжать кулак. После окончания процедуры на локтевой сгиб кладется повязка, которую можно снять через 4 часа.

Время процедуры для сдачи 450 мл крови составляет 10–15 минут, сдача плазмы – около 30 минут, сдача тромбоцитов – до 1,5 часов.



6

ШАГ ШЕСТОЙ

Пункт выдачи справок

После донации донору выдается справка, которая дает право работнику на предоставление дополнительного дня отдыха. Также донор получает компенсацию на питание или возможность пообедать.

СЧАСТЬЕ



КРОВЬ, КОТОРУЮ ВЫ ТОЛЬКО ЧТО СДАЛИ, СТАНЕТ СПАСИТЕЛЬНОЙ ДЛЯ ТОГО, КТО В НЕЙ ОЧЕНЬ НУЖДАЕТСЯ. ПОЧУВСТВУЙТЕ, КАКОЕ ЭТО СЧАСТЬЕ – СПАСТИ ЖИЗНЬ!

ГДЕ СДАТЬ КРОВЬ?

- 1 Станция переливания крови и отделения переливания крови в лечебных учреждениях
- 2 День донора в организации
- 3 Выездной День донора



СЛУЖБА КРОВИ МОСКВЫ

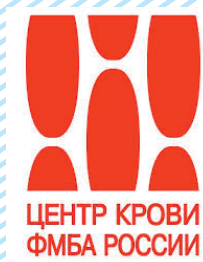
**СТАНЦИЯ ПЕРЕЛИВАНИЯ
КРОВИ ДЕПАРТАМЕНТА
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ МОСКВЫ**

WWW.SPKDZM.RU

**ЦЕНТР КРОВИ
ФМБА РОССИИ**

WWW.BLOODFMBA.RU

**ФЕДЕРАЛЬНЫЕ КЛИНИКИ
(ОТДЕЛЕНИЯ ПЕРЕЛИВАНИЯ КРОВИ)**



Гематологический научный центр РАМН
Российский онкологический научный центр им. Н.Н. Блохина
ФГБУ «Центральный научно-исследовательский институт травматологии и ортопедии им. Н.Н. Приорова»
ГУ «Научный центр сердечно-сосудистой хирургии им. А.Н. Бакулева РАМН», г. Москва
Институт хирургии им. А.В. Вишневского
СПК ГУ «МОНКИ им. М.Ф. Владимирского»
Российская детская клиническая больница
Московский научно-исследовательский онкологический институт им. П.А. Герцена
ФГБУ «ФНКЦ ДГОИ им. Дмитрия Рогачева»
Медико-хирургический центр им. Н.И. Пирогова
Научный центр акушерства, гинекологии и перинатологии им. академика В.И. Кулакова
Центр крови Первого МГМУ им. И.М. Сеченова

МОСКОВСКОЕ МЕТРО



№	Организация	Адрес, телефоны, время приема доноров	Станция метро
1	ГБУЗ «Станция переливания крови» ДЗМ	Адрес: ул. Поликарпова, д. 14 Телефон: (495) 945-71-66, 945-75-86 Время работы: пн-пт 8:30-13:30 Электронная почта: info-spk@zdrav.mos.ru, spk@zdrav.mos.ru Сайт: www.spkdzm.ru	Станция «Беговая»
		Адрес: ул. Бакинская, д.31 Телефоны: (495) 326-99-29, 327-27-47 Время работы: пн-пт 8.30-13.30 Электронная почта: info-spk@zdrav.mos.ru, spk@zdrav.mos.ru Сайт: www.spkdzm.ru	Станция «Царицыно»
2	ГУЗ «ГКБ № 1 им. Н.И. Пирогова» ДЗМ	Адрес: Ленинский проспект, д. 8, корп. 1 Телефон: (495) 95-861-00 Время работы: вт-пт 8:00-11:00 Электронная почта: info@gkb1.mosgorzdrav.ru Сайт: www.gkb1.ru	Станция «Октябрьская», «Шаболовская»
3	ГУЗ «ГКБ № 3» ДЗМ	Адрес: г. Зеленоград, Кашиановая аллея, д. 2, стр. 1 Телефоны: (499) 735-64-29, 735-32-06 Время работы: пн-пт 8:30-12:30 Электронная почта: gb3@zdrav.mos.ru Сайт: http://mosgorzdrav.ru/gb3	Станция «Речной вокзал»
4	ГУЗ «ГКБ № 15 им. О.М.Филатова» ДЗМ	Адрес: ул.Вешняковская, д. 23 Телефоны: (495) 375-04-47, 770-01-23, 370-36-60 Время работы: пн, вт, чт, пт 8:30-12:00 Электронная почта: info@gkb15.mosgorzdrav.ru Сайт: www.gkb15.ru	Станция «Выхино»
5	ГУЗ «ГКБ № 20 им. А.К. Ерамишанцева» ДЗМ	Адрес: ул. Ленская, д. 15 Телефон: (495) 471-10-44 Время работы: пн-пт 9:00-11:00 Электронная почта: info@gkberamishanzeva.mosgorzdrav.ru Сайт: www.gkb-eramishanzeva.ru	Станция «Бабушкинская»
6	ГУЗ «ГКБ № 40» ДЗМ	Адрес: ул. Касаткина, д. 7 Телефоны: (495) 686-80-50, 686-31-28 Время работы: пн-пт 9:00-11:00 Сайт: www.gkb40.com	Станция «ВДНХ»
7	ГУЗ «ГКБ № 51» ДЗМ	Адрес: ул. Алябьева, д. 7/33, корп. 1 Телефоны: (499) 146-81-24, 146-80-15 Время работы: пн-пт 9:00-12:00 Электронная почта: info@gkb51.mosgorzdrav.ru Сайт: www.gkb51.com	Станция «Филевский Парк»
8	ГУЗ «ГКБ № 52» ДЗМ	Адрес: ул. Пехотная, д.3 Телефоны: (499) 196-39-36, 196-21-14 Время работы: пн-пт 8:30-12:30 Электронная почта: info@gkb52.mosgorzdrav.ru Сайт: www.52gkb.ru	Станция «Октябрьское Поле»
9	ГУЗ «ГКБ № 70» ДЗМ	Адрес: Федеративный проспект, д. 17 Телефоны: (495) 304-42-16, 303-97-69 Время работы: пн-чт 8.00-11.30 Электронная почта: info@gkb70.mosgorzdrav.ru Сайт: www.gkb70.ru	Станция «Новогиреево», «Выхино»

№	Организация	Адрес, телефоны, время приема доноров	Станция метро
10	ГУЗ «КБ им. С.П. Боткина» ДЗМ	Адрес: 2-й Боткинский проезд, д. 5 Телефоны: (495) 945-26-16, 762-62-28 Время работы: пн-пт 8:30-12:00 Электронная почта: info@gkbb.mosgorzdrav.ru Сайт: www.botkinmoscow.ru	Станция «Динамо», «Беговая»
11	ГУЗ «ГКБ им. С.С. Юдина» ДЗМ	Адрес: Коломенский проезд, д. 4 Телефоны: (499) 782-30-70, 782-31-92 Время работы: пн-пт 8:30-2:00 Сайт: www.mosgorzdrav.ru/gkb79	Станция «Каширская», «Коломенская»
12	ГУЗ «НИИ скорой помощи им. Н.В. Склифосовского» ДЗМ	Адрес: Большая Сухаревская площадь, д. 3, стр. 12 Телефон: (495) 625-80-07 Время работы: пн-пт 8:30-11:30 Электронная почта: info@sklif.mosgorzdrav.ru; sklif@zdrav.mos.ru Сайт: www.sklifos.ru	Станция «Сухаревская», «Проспект Мира»
13	ГУЗ «Морозовская детская городская клиническая больница» ДЗМ	Адрес: 4-й Добрынинский переулок, д. 1/9 Телефоны: (495) 236-24-02, 236-22-13 Время работы: пн-пт 9:00-11:00 Электронная почта: info@mdgkb.mosgorzdrav.ru; mdgkb@zdrav.mos.ru Сайт: www.mdgkb.com	Станция «Серпуховская»
14	ГУЗ «Детская ГКБ Св. Владимира» ДЗМ	Адрес: г. Москва, ул. Рубцовско-Дворцовая, д. 1/3 Телефон: (499) 268-22-80 Время работы: пн-пт 9:30-12:00, пт. 9:30-11:30, последняя пт. месяца – санитарный день Электронная почта: info@dgkb-sv.ru Сайт: www.dgkb-sv.ru	Станция «Электrozаводская», «Сокольники»
15	ГБУЗ «Центр планирования семьи и репродукции» ДЗМ	Адрес: Севастопольский проспект, д. 24А Телефоны: (499) 718-20-70, (495) 718-20-91, 718-20-98 Время работы: пн-пт 8:30-11:00 Сайт: www.cps-moscow.ru/donor Электронная почта: info@cpr.mosgorzdrav.ru	Станция «Профсоюзная», «Нахимовский проспект»
16	Московский научно-исследовательский онкологический институт им. П.А. Герцена	Адрес: 2-й Боткинский проезд, д. 3 Телефоны: (495) 945-67-27, 612-67-09 Время работы: пн-пт на обследование 9:30, сдача только тромбоцитов 10:00-12:00 Электронная почта: info@mnoi.ru Сайт: www.mnoi.ru	Станция «Беговая»
17	Центр крови Клинического центра ГБОУ ВПО «Первый МГМУ им. И.М. Сеченова»	Адрес: ул. Большая Пироговская, д. 2, корп. 4 Телефоны: (499) 246-51-21, (499) 246-52-40 Забор крови с 8:30-13:00, забор плазмы 9:00-13:00 (строго по предварительной записи; запись с 12:00-16:00 (пн-пт)) Время работы: пн-пт 8:30-13:00 Сайт: www.1msmukliniki.ru/hospitals/detail_odt.php?id=1136 Электронная почта: mgmukliniki@mma.ru	Станция «Фрунзенская», «Спортивная»
18	ОЗПК ФГБУ «Центральный научно-исследовательский институт травматологии и ортопедии им. Н.Н. Приорова» Минздрава России	Адрес: ул. Приорова, д. 10, п. 7, эт. 1 Телефон: (495) 450 28 48 Время работы: пн-пт 9:00-12:00 Электронная почта: opk-cito@mail.ru Сайт: www.cito-priorov.ru/page_contacts.php	Станция «Петровско-Разумовская», «Войковская»
19	ОПК ГБУЗ МО «МОНИКИ им. М.Ф. Владимирского»	Адрес: ул. Щепкина, д. 61/2 Телефоны: (495) 631-30-22, (495) 681-83-29 Электронная почта: filipp.paleev@monikiweb.ru Сайт: www.monikiweb.ru	Станция «Проспект Мира»

№	Организация	Адрес, телефоны, время приема доноров	Станция метро
20	ГУЗ «Московская областная станция переливания крови»	Адрес: ул. Металлургов, д. 37а Телефон: (495) 304-02-21 Время работы: пн-пт 8:00–15:00 Электронная почта: gbudzmo-mospk@yandex.ru Сайт: www.yadonor.ru/spk_1359.htm	Станция «Перово», «Шоссе Энтузиастов», «Партизанская», «Выхино»
21	ГНЦ РАМН	Адрес: Новый Зыковский пр-д, д. 4а Телефоны: Справочная для доноров: (495) 612-35-33 (9:00–16:00) (905) 568-57-60 (9:00–22:00 кроме выходных) Время работы: прием доноров для забора крови 8:00–14:00 (кроме выходных) Электронная почта: donorhrc@yandex.ru Сайт: www.blood.ru	Станция «Динамо», «Савеловская»
22	Центр крови ФМБА России	Адрес: ул. Щукинская, д. 6, корп. 2 Телефоны: Донорский отдел (499) 193-17-73 Экспедиция (499) 193-75-81 (круглосуточно) Время работы: пн-сб 8:30–12:00 Электронная почта: info@bloodfmba.ru Сайт: www.bloodfmba.ru	Станция «Щукинская»
23	ФГБУ «Российская детская клиническая больница» Минздрава России	Адрес: Ленинский проспект, д. 117, корп. 3, 2 этаж Телефоны: (495) 434-76-35, 936-93-05, 936-94-05 Время работы: пн-пт 9:00–11:00 Электронная почта: clinika@rdkb.ru Сайт: www.rdkb.ru	Станция «Юго-Западная»
24	ФГБУ «Научный центр сердечно-сосудистой хирургии им. А.Н. Бакулева» Минздрава России	Адрес: Рублевское шоссе, д. 135 Телефоны: (495) 414-75-17, 414-79-11 Время работы: пн-пт 8:00–12:00 Электронная почта: info@bakulev.ru Сайт: www.bakulev.ru	Станция «Крылатское»
25	ФГБУ «Российский онкологический научный центр им. Н.Н. Блохина» Минздрава России	Адрес: Каширское шоссе, д. 24 Телефон: (495) 324 62 37 Время работы: пн-пт 8:30–10:00 Электронная почта: donor@ronc.ru Сайт: www.ronc.ru, www.ronc.ru/donor	Станция «Каширская»
26	ФГБУ «ФНКЦ ДГОИ им. Дмитрия Рогачева» Минздрава России	Адрес: ул. Саморы Машела, д. 1 Телефон: (495) 287-65-70 (добавочный: 5103 или 5104) Время работы: пн-пт 9:00–14:00 Электронная почта: info@fnkc.ru Сайт: www.fnkc.ru	Станция «Юго-Западная»
27	ОПК ФГБУ «Институт хирургии им. А.В. Вишневского» Минздрава России	Адрес: Бол. Серпуховская ул., д. 27 Телефон: (499) 236 7079 Время работы: пн-пт 9:00–12:00 Электронная почта: vishnevskogo@ixv.ru Сайт: www.vishnevskogo.ru	Станция «Серпуховская»

КАК ОРГАНИЗОВАТЬ ДЕНЬ ДОНОРА?

1 ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП



Переговорить с руководством вуза (учебная часть, деканат, ректорат) по поводу проведения Дня донора



Организовать агитационные акции – акции, задача которых привлечь внимание студентов к теме донорства, заинтересовать и побудить их стать донорами



я донор

Узнать, кто из студентов хочет стать донором. Эти сведения потом нужно передать представителю Службы крови



Провести акцию-анонс – информировать студентов о том, когда и где пройдет донорская акция. Это можно сделать с помощью раздачи листовок или организовать специальное собрание (встречу) со студентами вуза

2 ПРОВЕДЕНИЕ ДНЯ ДОНОРА В ВУЗЕ



Приезд сотрудников Службы крови в вуз

3 ЗАВЕРШЕНИЕ ДНЯ ДОНОРА



Нужно поблагодарить всех, кто сдал кровь, раздать им памятные подарки, сувениры Службы крови. Сфотографировать доноров, напомнить им о необходимости повторной кроводачи через шесть месяцев

ПОСЛЕ АКЦИИ



Сделай так, чтобы о вашем Дне донора все узнали – опубликуйте отчет и фото в Интернете. Отправьте информацию в местные СМИ и др.

ТРЕБОВАНИЯ К ПОМЕЩЕНИЮ



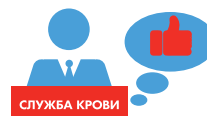
ПРОСТОРНОЕ



ХОРОШО
ПРОВЕТРИВАЕМОЕ



НЕ БОЛЕЕ 20 – 22° С



Все помещения для акции должны быть осмотрены и одобрены сотрудником Службы крови!

**ЧТОБЫ СПАСТИ ТЫСЯЧИ ЖИЗНЕЙ – ДОСТАТОЧНО СТАТЬ
ОРГАНИЗАТОРОМ ДОНОРСКОГО ДВИЖЕНИЯ!**

ПОЧЕМУ ВАЖНО БЫТЬ ДОНОРОМ КРОВИ?



ЕЖЕДНЕВНО ДОБРОВОЛЬЦЫ ОКАЗЫВАЮТ НЕОЦЕНИМУЮ ПОМОЩЬ ПРИ ПОДГОТОВКЕ И ОРГАНИЗАЦИИ ДНЕЙ ДОНОРА. ДОБРОВОЛЬЧЕСТВО В ДОНОРСКОМ ДВИЖЕНИИ:

- волонтерская помощь при подготовке и организации Дня донора
- проведение уроков донорства крови в образовательных организациях, учреждениях
- распространение информации о донорстве крови, пропаганда донорского движения (создание видеороликов, социальной рекламы, проведение донорских акций, флешмобов, конференций, выставок и др.)
- привлечение партнёров для развития добровольного донорского движения в организации
- медиаволонтерство

УЗНАЙ, КАК СТАТЬ ВОЛОНТЕРОМ ДОНОРСКОГО ДВИЖЕНИЯ, НА САЙТЕ WWW.SPASIBODONOR.RU

О МОСКОВСКОМ РЕСУРСНОМ ЦЕНТРЕ ДЛЯ ОРГАНИЗАТОРОВ ДОНОРСКОГО ДВИЖЕНИЯ

Дай человеку рыбу, и он будет сыт один день.
Научи человека ловить рыбу, и он будет сыт всю жизнь.

Лао Цзы



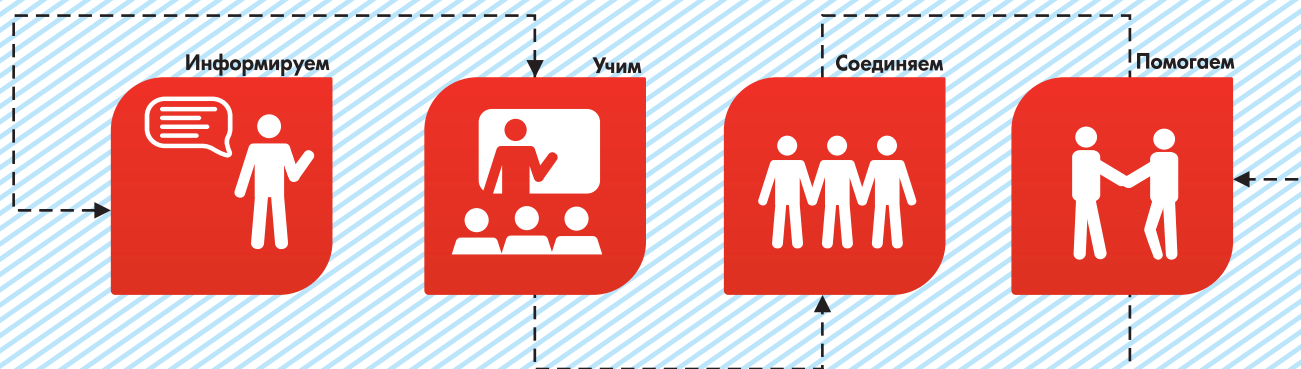
Миссия Центра

Создание поддерживающей среды организаторов донорского движения для повышения эффективности, надежности и устойчивости их деятельности, формирования отношения к ответственному донорству крови и компонентов как норме общества в городе Москве

КТО МЫ?

МОСКОВСКИЙ РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР ДЛЯ ОРГАНИЗАТОРОВ ДОНОРСКОГО ДВИЖЕНИЯ –

информационная, образовательная и консультационная площадка
для инициативных групп, организаторов донорского движения



**МЫ РАБОТАЕМ, ЧТОБЫ ВАША ЗАБОТА И УЧАСТИЕ ПРИНЕСЛИ
МАКСИМАЛЬНУЮ ПОЛЬЗУ**

ДЛЯ КОГО МЫ РАБОТАЕМ?



- ✓ для тех, кто решил стать донором крови
- ✓ для организаторов донорского движения
- ✓ для активных и неравнодушных, креативных и продуктивных, открытых новому и обладающих опытом и знаниями

ВОЗМОЖНОСТИ И РЕСУРСЫ ДЛЯ ОРГАНИЗАТОРОВ ДОНОРСКОГО ДВИЖЕНИЯ

**Роль Московского ресурсного центра для организаторов донорского движения:
объединение и поддержка**

Цель: Москва – лидер донорского движения!



**ЕСЛИ ВЫ ГОТОВЫ К АКТИВНОМУ УЧАСТИЮ В ДОНОРСКОМ ДВИЖЕНИИ:
СТАТЬ ДОНОРОМ, ВОЛОНТЁРОМ, ОРГАНИЗАТОРОМ, ТО ВАМ – К НАМ!**

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ПАРТНЕРЫ ПРОЕКТА



ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ К ДОНОРСКОМУ ДВИЖЕНИЮ!



ЛЮБОЕ ДОБРО ОБЯЗАТЕЛЬНО ВЕРНЁТСЯ



www.spasibodonor.ru
www.nfrz.ru



«Горячая линия» 8 800 200 8378



info@nfrz.ru

#московскийдонор

Национальный фонд
развития здравоохранения
в социальных сетях:

<http://goo.gl/v3G7Nd>

vk.com/nfrzmoscow

<https://www.facebook.com/nfrzmoscow/>

<https://www.instagram.com/nfrzmsk/>



Проект «Московский ресурсный центр для организаторов донорского движения» реализуется на средства субсидии из бюджета города Москвы, полученной по итогам проводимого Комитетом общественных связей Конкурса для социально-ориентированных некоммерческих организаций