

# CAMPANIA NAȚIONALĂ "AZI DONEZI, MÂINE SALVEZI"

Joi, 24 Martie 2022



Campania națională „AZI DONEZI, MÂINE SALVEZI” se desfășoară în municipiul Hunedoara, între 4 și 8 aprilie 2022

Campania națională „AZI DONEZI, MÂINE SALVEZI” se desfășoară în municipiul Hunedoara, între 4 și 8 aprilie 2022

O nouă campanie de donare marca „Donează sânge, fii erou!” începe acum și la Hunedoara! Vă așteptăm la Centrul de Transfuzie Sanguină Hunedoara, B-dul Victoriei nr. 14, în incinta Spitalului Municipal, de luni până vineri între orele 8:00 și 13:00, cu multe surprize oferite de prietenii noștri de la Fortech!

Pentru a facilita procesul de donare, vă recomandăm să vă programați prin aplicațiile [BlooDoChallenge](https://bloodochallenge.com) (<https://bloodochallenge.com>) sau [Donorium](https://despre.donorium.ro/#shapely_home_parallax-3) ([https://despre.donorium.ro/#shapely\\_home\\_parallax-3](https://despre.donorium.ro/#shapely_home_parallax-3)).

Principalele criterii pe care trebuie să le îndepliniți pentru a putea dona sânge:

- vârsta: 18-60 ani;

- greutate: femei - între 50 și 100 kg; bărbați - între 55 și 110 kg;
- pulsul: 60-100 bătăi pe minut;
- să nu suferiți de boli cronice (diabet, cancer, ciroză hepatică, boli autoimune, alte boli infecțioase etc.);
- să nu aveți alergii severe (cele sezoniere, minore nu sunt criteriu de excludere)
- să nu fi suferit intervenții chirurgicale majore în ultimele 6 luni, operații minore în ultimele 3 luni, sau intervenții stomatologice mici în ultimele 7 zile;
- să nu fiți sub vreun tratament medicamentos (suplimentele alimentare precum vitaminele și mineralele, de exemplu vitamina C și Zinc, sunt acceptate);
- să nu vă fi tatuat și să nu vă fi pus piercing în ultimele 6 luni;
- să nu fiți în perioada menstruală (sau cu câteva zile înainte sau după);
- să nu consumați alcool cu 48h înaintea donării.

Puteți afla mai multe informații despre donarea de sânge de pe site-ul [www.donezasangefierou.ro](http://www.donezasangefierou.ro).

Donează sânge, fii erou! este un proiect al Federației Asociațiilor Studenților în Medicină din România (FASMR) și parte a programului Standing Committee On Public Health (SCOPH).