

# Pozvánka na Valentýnské odběry krve

31.1.2025 - | Nemocnice Pardubického kraje

**Ačkoliv jde medicína mílovými kroky vpřed, krev hraje ve zdravotnictví nezastupitelnou roli a nelze ji nijak nahradit. Darování krve je jedinečné a pomáhá nejen s léčbou, ale mnohdy s přímou záchranou života.**

Valentýnské odběry krve se v Nemocnici Pardubického kraje staly tradicí, například v Ústí nad Orlicí se uskuteční již jejich 18. ročník. První Valentýnské odběry krve letos připravuje transfuzní oddělení **Pardubické nemocnice**, a to ve **čtvrtek 13. února od 7.00 do 11.00 hodin**. Následující den, v **pátek 14. února**, tedy přímo na den svatého Valentýna, naváže tradičně **transfuzní oddělení Orlickoústecké nemocnice**, a to **od 7.00 do 9.30 hodin**, dále **Litomyšlská nemocnice od 7.00 do 9.00 hodin**, a i **transfuzní oddělení ve Svitavské nemocnici od 7.00 do 9.00 hodin**. Zájemci o dárcekrv krve, kteří přijdou v rámci Valentýnských odběrů darovat krev vůbec poprvé, se nemusí dopředu objednávat nebo registrovat. Prvodárci, jenž přijdou v páru, dostanou na místě malou pozornost.

*Záštity nad Valentýnskými odběry krve převzali krajsí náměstci. V Pardubické nemocnici Pavel Štefka a v Orlickoústecké nemocnici Ing. Ladislav Valtr, MBA.*

Darovat krev může každý zdravý člověk ve věku mezi 18 až 65 lety. Pro první odběr se doporučuje věk do 60 let. Potřebná tělesná hmotnost je nad 50 kilogramů. K odběru krve je nutné si přinést průkaz totožnosti a kartičku zdravotní pojišťovny.

Den před odběrem krve i v den odběru není vhodné pít alkohol a jíst tučná jídla, stejně tak není vhodná ani nadměrná fyzická námaha, například při sportu. Na druhou stranu se nedoporučuje dostavit se na vlastní odběr nalačno. Dárce by si měl ráno před odběrem dát lehkou netučnou snídani a zejména 24 hodin před odběrem vypít dostatek tekutin.

<https://www.nempk.cz/novinky/pozvanka-na-valentynske-odbery-krve>