Переливание донорской крови имеет почти вековую историю. В переливаниях крови нуждаются пациенты, которым делают сложные хирургические операции, роженицы с осложненными родами, люди с тяжелыми травмами или ожогами. Донорская кровь и ее компоненты используются при лечении лейкозов и других онкологических заболеваний. Чтобы полностью обеспечить систему здравоохранения необходимым количеством крови, донорами должны быть 40-50 человек из 1000. В России данный показатель пока ниже нормы.

Руслан Шайхетдинович Баляев является донором крови и ее компонентов уже более 10 лет. На прошлой неделе ему в торжественной обстановке было вручено удостоверение Почетного донора России и нагрудный знак. За этот период у него насчитывается более 60 донаций крови и ее компонентов. Если посчитать в общем, то получается, что мужчина безвозмездно сдал более 24 литров крови, плазмы и других компонентов крови.

- Руслан Шайхетдинович, расскажите как вы стали донором крови.

- Можно сказать, что донором я стал совершенно случайно. Одной из родственниц моей супруги понадобилось переливание крови, - рассказывает Руслан. – Тогда вся родня собралась, чтобы сдать кровь. Пошел и я. Это было в январе 2008 года. А всего через месяц моя супруга родила сына. Роды были тяжелые, ей несколько раз делали переливание крови. Спасли. Тогда снова понадобились доноры. Но я уже не смог принять участие в сдаче крови, так как между донациями должно пройти не менее двух месяцев. Выручили друзья и коллеги по работе. Так я понял, что моя кровь тоже может помочь кому-то. С тех пор регулярно сдаю кровь, плазму, тромбоциты.

- Вы постоянный донор и сдаете кровь не реже 5-6 раз в год. А что нужно знать человеку, впервые пришедшему на кроводачу?

- Для начала нужно прийти на станцию переливания крови, обратиться в регистратуру и заполнить анкету. Затем пройти несложный медосмотр. Вам измерят давление, пульс, спросят о том, чем болели в детстве, нет ли хронических заболеваний, возьмут кровь на анализ. Если все в порядке, заполняете письменное согласие на кроводачу. В процедурной вас положат на кушетку, чтобы вы не потеряли сознание. Кровь будут

брать из вены, по трубкам она перетекает в специальный пластиковый пакет.
Отмечу, что накануне и в день сдачи крови запрещено употреблять жирную, жареную, острую и копченую пищу, колбасные изделия, а также мясные, рыбные и молочные продукты, яйца и масло, шоколад, орехи и финики. Но натощак сдавать кровь тоже нельзя. Можно, например, попить сладкого чая с вареньем, сухарями или сушками, съесть фрукт. За двое суток до сдачи крови нельзя употреблять алкоголь, а за трое суток - принимать некоторые виды лекарств. Также за час до сдачи крови нельзя курить.
Руслан Шайхетдинович Баляев уроженец села Пензятка Лямбирского района. Вырос в многодетной семье. Сейчас живет и работает в Саранске. В свои 35 лет не курит, старается вести здоровый образ жизни и соблюдать все т

ребования, необходимые для безопасного донорства. Руслан Шайхетдинович трудится прессовщиком на ООО «ЭМ-Пласт», другие работники этого предприятия также регулярно сдают кровь. Он женат, имеет двоих детей.
Отметим, что всем награжденным нагрудным знаком «Почетный донор России» выплачивается ежегодное пособие, которое каждый год индексируется. На данный момент оно составляет 14105 рублей 29 копеек. Кроме того, в Мордовии Почетные доноры России имеют возможность приобретать льготный билет на проезд в муниципальном транспорте, а в медицинских организациях обслуживаются без очереди.
Есть среди молодых и активных татар и другие доноры, которыми гордятся на Республиканской станции переливания крови. Например, **Юнир Рафаэльевич Сюбаев** пришел в донорское движение за компанию с друзьями в 18-летнем возрасте в 2012 году. Тогда еще молодой парнишка даже не подозревал, что донорство прочно и надолго войдет в его жизнь. Сначала были нечастые кроводачи, но уже в 2015 году юноша стал регулярным донором плазмы. Сейчас Юниру 25 лет, на его счету уже 57 донаций, в том числе 52 плазмодачи. Еще совсем немного, и он тоже будет с гордостью носить звание «Почетный донор России».

Фарида Галеева