



**Casa Națională de Asigurări de Sănătate se alătură campaniei „Avem același sânge”, lansată de Digi 24 împreună cu Centrele de transfuzii din țară, în colaborare cu autoritățile locale.**

**În data de 08 decembrie 2023, în intervalul orar 08.30-14.30, la sediul CNAS din Calea Călărași, nr. 248, bl. S19, mezanin, sector 3, București, sunteți invitați să vă alăturați unei ample campanii de donare de sânge<sup>1</sup>.**

**CNAS are inițiativa de a organiza acest demers motivat de nevoia permanentă de sânge din România, de importanța acestuia în tratamentul pacienților și în încercarea de a familiariza cât mai multe persoane cu beneficiile donării de sânge.**

**Donatorii beneficiază de o serie de avantaje legale, între care sunt de menționat:**

- 7 tichete de masă pentru produse alimentare (aproximativ 67 lei) pe card;
- analize gratuite - se face un set de analize în urma cărui se pot detecta eventuale probleme medicale (ex.anemie, o glicemie ridicată, afecțiuni hepatice, boli infecțioase (hepatita cronică virală b sau C, sifilis, HIV)
- dreptul la abonament STB/metrou cu reducere 50% pentru transportul în comun, în baza adeverinței de donare, pentru o perioadă de o lună.
- o zi liberă la locul de muncă în cazul salariaților sau scutire de frecvență în cazul elevilor, studenților și militarilor, în ziua donării;

---

<sup>1</sup> organizată în conformitate cu prevederile *Legii nr. 282/2005 privind organizarea activității de transfuzie sanguină, donarea de sânge și componente sanguine de origine umană, precum și asigurarea calității și securității sanitare, în vederea utilizării lor terapeutice, republicată, cu modificările și completările ulterioare.*

### **Pot fi donatori:**

- persoanele între 18 ani și 60 de ani;
- persoanele cu o greutate minimă de 50 de kilograme;
- persoanele care nu au boli cronice sau se află sub tratament; la cel puțin 2 săptămâni de la dispariția simptomelor de gripă sau 10 zile de la dispariția simptomelor COVID-19;
- persoanele care nu au suferit intervenții chirurgicale în ultimele 6 luni, care nu și-au făcut un tatuaj în ultimele 6 luni;
- donatorilor de sânge le este recomandat să mănânce dimineața, înainte de donare, să se hidrateze bine, să nu bea alcool cu 48 de ore înainte de donare și să nu fumeze înainte de donare și la o oră după;
- intervalul de timp cuprins între două donări totale este de minimum 8 săptămâni, atât pentru bărbați, cât și pentru femei;

O singură donare poate salva până la **3 vieți** și presupune recoltarea de **450 ml de sânge, într-un interval de maxim 10 minute**, cu beneficii majore chiar și pentru sănătatea donatorului, precum:

- scăderea riscului de a face boli cardiovasculare;
- îmbunătățirea stării generale de sănătate;
- verificarea medicală a stării de sănătate, fără cheltuieli suplimentare;
- arderea a aproximativ 650 calorii necesare pentru a se reface sângele care a fost donat;

Detalii suplimentare privind condițiile de îndeplinit de potențialii donatori și la ce să se aștepte în ziua donării regăsiți în materialele anexate.

**Pentru a participa la această campanie, urmează să transmiteți pe adresa de email [oana.lazar@casan.ro](mailto:oana.lazar@casan.ro), în vederea programării pe ore a donatorilor următoarele date: nume, prenume, telefon.**