**Procedura davanja krvi**

Prvo se popunjava upitnik ( treba poneti neki dokument sa sobom), potom se provera nivo hemoglobina u krvi, razgovara sa lekarom koji vas i pregleda  i onda - da krv. Nakon čega sledi lagano posluženje i razgovor sa drugim davaocima i volonterima Crvenog krsta. I to je deo procedure davanja krvi!

Krv se testira na krvlju prenosive bolesti, na prisustvo HIV-a, hepatitisa B i C i sifilisa.

Krv se uzima iz pregiba lakta gde je inervacija najslabija. Osećaj posle davanja krvi se ne može opisati, morate ga doživeti. Poželećete da ga doživite ponovo. To je ta čuvena “zavisnost” od davanja krvi. Medicinski razlozi da se vaše telo navikava na davanje krvi ne postoje. Međutim, ono što je definisano kao “worm glow” odnosno osećaj zadovoljstva je svakako prisutan.

Ukoliko vam je dozvoljeno da date krv nakon čega ste nakon nekog vremena dobili knjižicu dobrovoljnog davaoca krvi pripadate privilegovanoj kategoriji zdravih ljudi.

Pristankom da dobrovoljno davanje krvi dobijate potpuno besplatan zdravstveni pregled. Naravno, ukoliko sumnjate u nešto i niste subjektivno zdravstveno dobro, davanje krvi nije način da proverite svoje zdravlje. Krv će biti uzeta od vas isključivo ako se proceni da pre svega nećete ugroziti sopstveno zdravlje, a onda ni zdravlje primaoca.

Ako vam posao nije da upravljate ogromnim mašinama na velikim visinama ili  visoko rizičan posao, odmah se posle davanja krvi možete vratiti svojim svakodnevnim aktivnostima.

Posle davanja krvi se treba ponašati uobičajeno. Zavoj ne treba skidati 2 sata nakon date krvi, treba izbegavati cigarete 2 sata kao i teže fizičke aktivnosti toga dana.