

Brakuje krwi, możesz pomóc?

28-05-2025



Regionalne Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa we Wrocławiu przy ul. Czerwonego Krzyża 5/9 pilnie prosi mieszkańców Dolnego Śląska o oddanie krwi.

Ze względu na bardzo niskie stany krwi pożądane są osoby z grupami krwi "0-". Centrum zaprasza wszystkich, którzy znają swoją grupę krwi oraz osoby, której grupy krwi swojej nie znają. Krwiodawcą może być osoba w wieku 18-65 lat ciesząca się ogólnie dobrym zdrowiem. Przed oddaniem krwi należy zjeść lekki posiłek i wypić przynajmniej 1- 2 litry płynów (woda, herbata, soki). Oddanie krwi trwa średnio zaledwie 8 minut, a ratuje życie drugiego człowieka. Wystarczy zabrać ze sobą aktualny dowód osobisty lub aplikację mObywatel.

Mieszkańców Dzierżoniowa chętnych do oddania krwi zapraszamy także w piątki od godziny 9.00 do 13.00 do Ośrodka Pomocy Społecznej w Dzierżoniowie.

Szczegółowe informacje jak przygotować się do oddawania krwi, gdzie i kiedy można oddawać krew i jej składniki, znajdują się na naszej stronie internetowej [Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa](#).