

Hutní inženýr Pavel Král (65) z Polanky

# LÉKAŘŮM JE JISTOTOU, PACIENTŮM NADĚJÍ

Pavel Král u odběru.

Víte, že...

...zdravý člověk může darovat krev až do 70 let? V medicíně stále neexistuje plnohodnotná náhrada krve.

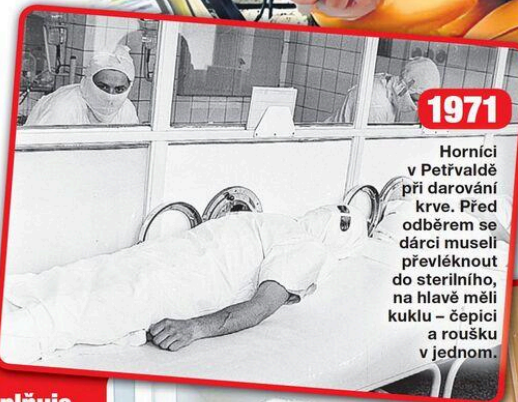
...již 212krát daroval krev

**OSTRAVA (chm) – Více než 30 let pomáhá Pavel Král (65) z Polanky nad Odrou všem, kdo potřebují krev a její složky. Má za sebou 212 odběrů ve Fakultní nemocnici Ostrava.**

Kdyby nemusel roky čekat na povolení lékařů, že může darovat, patřil by nejspíše mezi české rekordmanky. „Mám Gilbertův syndrom, kdy se mi hůř odbourává barvivo bilirubin. Lékaři nakonec uznali, že nejde o překážku,“ usměje se. V odběro-

vém křesle strávil stovky hodin. Daroval krevní destičky, plazmu i bílé krvinky. Teď už kvůli věku daruje »jen« plnou krev. Zapsán je i v registru dárců kostní dřeně. Vzhledem k létům, kdy chodí do nemocnice, může porovnávat i staré časy s dneškem. „Kdysi

se sedělo na židli, ruka skrz otvor ve skleněné přepážce. Dnes relaxuji v křesle a povídám si s personálem,“ popisuje bývalý hutní inženýr. Na jeden okamžik prý nikdy nezapomene. „Do odběrového sálu vletěli doktoři, že hned potřebuji mé krevní destičky pro 10letou dívku, šlo o čas. Věřím, že to zvládla. Dnes jí může být už 40 let,“ líčí okamžik, kdy nejspíš zachránil další život.



1971

Horníci v Petřvaldě při darování krve. Před odběrem se dárce museli převléknout do sterilního, na hlavě měli kuklu – čepici a roušku v jednom.

## Stačí jednou píchnout

Odběr krve se provádí z jednoho vpichu do jednorázové odběrové soupravy. 450 ml krve »nateče« za osm až 12 minut. V případě plazmy nebo krevních destiček se používá tzv. separátor, který jednotlivé složky krve oddělí a zbytek vrátí. Dárce je na něj připojen od 40 do 90 minut.

Bývalý hutní inženýr působí jako varhaník v Husově sboru v Polance.



S nejnovější a nejstarší průkazkou.



## Vyplňuje 15. průkazku

Že je Pavel Král v dárcovství jistotou, dokládá i sbírka odběrových průkazek. Má jich už 14 vyplněných a patnáctou načítou. Při 15 kolonkách v každé to dělá asi 7,5 odběru za rok. „Míval jsem i dvojnásobek. Za těch 31 let mě zbrzdily dvě zdravotní pauzy,“ vypočítává.



DESATERO ZDRAVÉHO HUBNUTÍ BEZ HLADOVĚNÍ  
Lékaři a výživoví poradci radí, jak shodit nadbytečné kilo bez zdravotních komplikací, jojo efektu a pocitu sethnutí.

## Jak často?

Ženy mohou darovat tzv. plnou krev 3x ročně, muži 4x. Mezi odběry musí být interval minimálně 10 týdnů. V případě plazmy musí být mezi odběry nejméně dva týdny pauza.

Foto Aha! - Michal Charoušek, ČTK