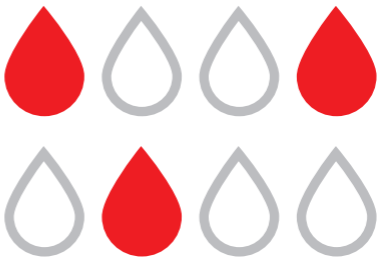




Punainen Risti
Veripalvelu

#OJENNA

👉 KÄTESI



veripalvelu.fi

VERENLUOVUTUS

Helppo tapa auttaa

Verenluovutus on konkreettinen ja helppo tapa tehdä hyvää. Potilaat Suomessa tarvitsevat joka päivä 800 verenluovuttajan apua. Vapaaehtoisten luovuttama veri auttaa yli 50 000 potilasta vuosittain. Tätä apua ei voi korvata rahalla tai lääkkeillä.

Kaikenikäisille potilaille syntymättömistä vauvoista vanhuksiin annetaan verivalmisteita. Usein niiden avulla voidaan pelastaa elämä.

"Kannustan kaikkia ojentamaan auttavan kätensä. Koskaan ei tiedä, milloin verivalmisteita tarvitaan oman tai läheisen voinnin parantamiseksi, tai jopa hengen pelastamiseksi.



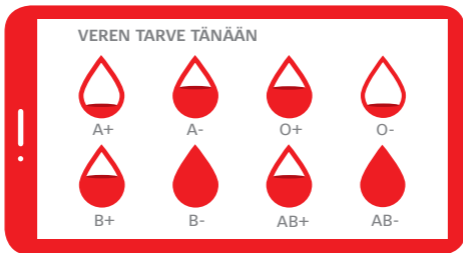


YKSI LUOVUTUS AUTTAA KOLMEA.

Luovutettu veri jaetaan osiin punasoluiksi, verihiutaleiksi ja plasmaksi. Potilaalle annetaan vain sitä veren osaa, jota hän tarvitsee. Näin voit yhdellä luovutuksella auttaa jopa kolmea potilasta.

AJANTASAINEN VEREN TARVE

veripalvelu.fi



KUKA VOI AUTTAA?

Voit luovuttaa verta, jos olet 18–70-vuotias, painat vähintään 50 kiloa, eikä sinulla ole terveydellistä estettä luovutukselle. Uusi luovuttaja voi olla korkeintaan 59-vuotias.

Ota mukaasi viranomaisen myöntämä, kuvallinen henkilötodistus.

Hemoglobiini mitataan ennen luovutusta. Naisten hemoglobiini on oltava 125–175 g/l, miesten 135–195 g/l.

Esimerkkejä verenluovutusta siirtävistä tilanteista:

- kuumeeton flunssa kunnes oireeton
- influenssa kaksi viikkoa paranemisesta
- uusi seksikumppani 4 kk
- tatuointi, lävistys ja korvien rei'itys 4 kk
- matkailu 0–6 kk
- raskaus ja synnytys 6 kk, myös imetys on luovutuseste

Testaa, voitko luovuttaa:
sovinkoluovuttajaksi.fi

Verenluovuttajien maksuton infopuhelin:
0800 0 5801 (ark. klo 8–17)

Lisää tietoa verenluovutuksesta:
veripalvelu.fi



LUOVUTA VERTA

Auta kolmea potilasta



[veripalvelu.fi](https://www.veripalvelu.fi)

maksuton luovuttajainfo p. 0800 0 5801



@veripalvelu

Lataa myös hengenpelastajan mobiilisovellus.



1 TUNTI



- 1) Ilmoittautuminen
- 2) Terveyskyselyn täyttäminen
- 3) Hoitajan haastattelu
- 4) Verenluovutus
- 5) Lepäily ja kahvit

Ennen verenluovutusta on hyvä syödä kevyesti. Verta otetaan kerralla noin puoli litraa. Itse verenluovutus kestää vain 5–10 minuuttia. Voit sen jälkeen nauttia tarjoiluistamme ja hyvästä fiiliksestä.

Juo loppupäivän aikana tavallista enemmän vettä tai mehua, jotta verenluovutuksessa menettämäsi nestemäärä korvautuu nopeasti. Ota rennosti, vältä raskasta liikuntaa ja saunomista.

Pieni hetki sinulta voi antaa toiselle koko loppuelämän. Yksikin kerta voi olla elämän arvoinen.

Tervetuloa verenluovutukseen!



PORUKALLA

autatte enemmän

Mitä useampi ojennettu käsi, sitä useampi potilas saa apua. Voit moninkertaistaa apusi keräämällä porukan verenluovutukseen esimerkiksi työpaikaltasi, ystäväpiiristäsi tai harrastustoiminnasta. Perusta VeriRyhmä osoitteessa [veripalvelu.fi/ryhmat](https://www.veripalvelu.fi/ryhmat).

Yrityksille ja yhteisöille VeriRyhmä on helppo tapa tehdä hyvää yhdessä. Vähintään neljän hengen ryhmät voivat saada tarvittaessa maksuttoman kuljetuksen.

“Luovuttaminen on ainoa keino varmistaa veren riittävyys, sillä verta ei voida valmistaa keinotekoisesti. Verenluovuttaja on siis järjen ja sydämen asialla.”