**ОЦЕНКА РЕГУЛЯРНЫХ ДОНАЦИЙ КРОВИ НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ ДОНОРОВ НА ОСНОВЕ АНКЕТИРОВАНИЯ**

А.М.Кузеков, А.К.Исабекова, С.Б.Сыздыкова, Г.К.Оспанова

КГП на ПХВ «Павлодарский областной центр крови» управления здравоохранения

Павлодарской области, акимата Павлодарской области

Павлодар, Казахстан

**Введение**. Донорство крови – это помощь другим людям и их спасенные жизни. Не каждый знает, что это приносит пользу и самому донору. Регулярная сдача крови способствует улучшению самочувствия. Активизируется работа кроветворных органов, это стимулирует работу всего организма. Укрепляется иммунитет, органы и ткани обогащаются кислородом, интенсивнее выводятся из организма вредные вещества. Во время регулярной потери крови происходит и регулярное ее обновление. Таким образом, омолаживается весь организм. Люди, которые регулярно сдают кровь, легче переносят потерю крови. Организм донора привык активно обновлять запасы крови, поэтому он может быстрее восстановиться после проблемной ситуации.

**Цель.** Проанализировать влияние регулярных донаций крови на состояние здоровья донора.

**Методы.** Опросы ианкетирование регулярных доноров проводились в феврале 2023 года, в анкетировании приняли участие 142 донора. Объектами исследования были регулярные доноры, прошедшие анкетирование по 5 критериям: стабилизация артериального давления, снижение частоты простудных заболеваний, нормализация показателей крови (гемоглобина, тромбоцитов), снижение или прибавление веса, улучшение общего самочувствия. Оценка проводилась по трем ответам (да/нет/затрудняюсь ответить).

**Результаты.** Донация крови и ее компонентов благоприятно повлияла на состояние здоровья доноров, что проявляется улучшением общего самочувствия доноров, это составило 88% - 125, от общего количества исследуемых доноров; стабилизацией артериального давления 75,3% (107); нормализацией показателей крови (гемоглобина, тромбоцитов) 75% (106); снижением частоты простудных заболеваний 61% (86).

**Выводы.** По результатам анкетирования наблюдается улучшение показателей состояния здоровья доноров, что подтверждает положительное влияние донаций на организм человека.