

27 grudnia 2018



Pomaganie ma we krwi

Na co dzień promuje kulturę fizyczną i świętokrzyską turystykę, pracując w Urzędzie Marszałkowskim Województwa Świętokrzyskiego w Kielcach. Po pracy angażuje się w organizację lokalnych projektów sportowych i kulturalnych. Pozytywna energia nakręca go do robienia rzeczy wielkich. Leszek Wnętrzak ratuje życie. Od 25 lat honorowo oddaje krew.

Nie od dziś wiadomo, że niesienie pomocy innym jest nieodłącznym aspektem życia wielu ludzi. Co rusz organizowane są różnego rodzaju akcje, które pozwalają, choć w małym stopniu, pomóc potrzebującym. Są też formy, z których możemy korzystać regularnie. Jedną z nich jest oddawanie krwi. – Większość osób dowiaduje się o krwiodawstwie dopiero, gdy dochodzi do jakiejś tragedii czy choroby, gdy krwi potrzebuje ktoś bliski, z rodziny, przyjaciół. Ja dzięki Bogu nigdy nie znalazłem się w takiej sytuacji. Dość wcześnie

uświadomiłem sobie, jak ważna jest krew i że nic nie jest w stanie jej zastąpić. Uznałem, że skoro zdrowie mi pozwala, będę to robił - mówi **Leszek Wnętrzak**, który od 25 lat honorowo oddaje krew w Regionalnym Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Kielcach.

Przepustka do dobroczynności

Pełnoletność dla większości młodych ludzi kojarzy się z wieloma przywilejami. W przypadku Leszka Wnętrza był to początek jego misji. Pierwszy raz oddał krew w szkole średniej, mając ukończone 18 lat. - Po odebraniu dowodu od razu przyjechałem do Centrum Krwiodawstwa. To był wyczekiwany moment. Krew oddawać chciałem już wcześniej, ale bez tego dokumentu nie było to możliwe. Nie pamiętam dokładnie, kiedy podjąłem taką decyzję. Po prostu wiedziałem, że chcę i będę to robić - zaznacza. - Zawsze miałem wewnętrzną potrzebę pomagania innym. Wówczas uznałem, że pomoc w takiej formie będzie najlepsza. Dawcą jest od ćwierć wieku, krew oddawał już 60 razy, co w sumie daje około 25 litrów. Zawsze była to pełna krew. Leszek jest stałym dawcą. - Nie uważam tego za coś wielkiego, wyjątkowego. Takich osób jest wiele. Oddaję krew, bo ona ratuje ludzkie życie. Nigdy nie wiadomo, kiedy sam będę jej potrzebował. W ten sposób wykupuję polisę, na którą regularnie odprowadzam składki. Mając nadzieję, że nigdy z niej nie skorzystam.

Oddawanie krwi jest istotne dla zdrowia i życia wielu pacjentów. Niestety nie zawsze o tym pamiętamy. - Do tej świadomości się dochodzi. Najszybciej w przypadku, kiedy dotyczy to bliskiej osoby - podkreśla. Krwiodawstwo jest ściśle związane z medycyną, która stale rozwija się, dając nowe możliwości, ale stwarza także wiele potrzeb. - Krwi prawie zawsze brakuje. Nawet jeśli w pomoc choremu angażuje się rodzina, to jest to zazwyczaj jedna lub kilka osób i najczęściej krwi nie starcza. Tak było w przypadku mojego sąsiada, który we wrześniu uległ poważnemu wypadkowi. Jego stan był krytyczny. Krew dla niego oddało bardzo wiele osób. Akcja spotkała się z dużym odzewem mieszkańców gminy Bodzentyn i to również dzięki nim wraca dzisiaj do zdrowia.

Decyzja o honorowym oddaniu krwi to początek drogi do zyskania satysfakcji, wpływającej ze świadomości, że być może ona uratuje życie. - Po każdym oddaniu krwi, i to jest nie tylko moje odczucie, człowiek czuje się lepiej. Nie lepiej fizycznie, bo pewne osłabienie jest naturalne, ale świadomość, że robisz coś dobrego, jest bardzo budująca - mówi. - Do oddawania krwi namówiłem też kilku moich znajomych. Razem przyjeżdżaliśmy do Stacji Krwiodawstwa w Kielcach. Jako wieloletni dawca i stały bywalec tego miejsca mogę zapewnić, że panuje w nim bardzo przyjazna atmosfera, pracują tam wspaniali ludzie. To

również sprawia, że wracamy tam z przyjemnością - zaznacza.

Nie dla bonusów

W Polsce krwiodawstwo jest dobrowolne i bezpłatne. - Po każdym oddaniu krwi dawca otrzymuje kilka czekolad. Do bonusów należy także zwrot kosztów dojazdu do RCKiK, dzień wolny od pracy, „krew karta” z oznaczeniem grupy krwi czy możliwość skorzystania z niewielkiej ulgi podatkowej - wylicza Leszek Wnętrzak. Zasłużony Honorowy Dawca Krwi może dodatkowo liczyć na zniżki przy zakupie leków, ułatwione korzystanie z dostępu do opieki zdrowotnej, a także na bezpłatne przejazdy komunikacją miejską w niektórych miastach. - Większość z nas oddaje krew kierując się wewnętrzną potrzebą niesienia pomocy innym. I prawda jest taka, że rzadko kiedy korzystamy z przysługujących uprawnień. Dużym plusem jest fakt, że każdy krwiodawca przechodzi regularne, bezpłatne badania lekarskie. Osobiście znam kilka osób, które dzięki tym badaniom dowiedziały się, że coś im dolega i uniknęły komplikacji. Wielu dawców rejestruje się także w banku szpiku kostnego. Sam w bazie Fundacji DKMS Polska jestem od 15 lat. Dla Zasłużonych Honorowych Dawców Krwi są też odznaki: brązowa, srebrna i złota. - Można je otrzymać po oddaniu odpowiedniej ilości krwi. Odznaki są dobrą formą mobilizacji i dopingują niektórych do regularnego oddawania krwi. Nie chodzi tu o chwalenie się, ale przede wszystkim o to, aby motywować innych do dzielenia się swoją krwią, której, jak dobrze wiemy, nie da się wyprodukować.

W naszym kraju największa część populacji posiada grupę krwi A oraz 0, grupę B ma mniej osób, a najmniej posiada grupę AB. - Dla osób o rzadko występującej grupie krwi trudniej jest zabezpieczyć wystarczające rezerwy. Nie oznacza to, że osoby z często występującą grupą krwi mają tej krwi wystarczająco dużo w bankach. Wręcz przeciwnie, im częściej występuje dana grupa krwi, tym więcej jej potrzeba - podkreśla.

Świętokrzyscy Krewniacy

Jedna jednostka krwi, czyli ilość pobrana od dawcy podczas jednej donacji to zaledwie 450 ml. Przy czym do operacji serca potrzeba aż 6 jednostek krwi, a do przeszczepu wątroby nawet 20. Najwięcej krwi potrzebują ofiary wypadków drogowych, nawet 50 jednostek. - Każdego dnia lekarze wykonują tysiące operacji oraz zabiegów, podczas których wykorzystują krew oraz jej składniki - podkreśla Leszek Wnętrzak. - Zdarza się, że potrzeba jest pilna. Kiedyś po przyjściu do pracy dostałem telefon z pytaniem, czy mógłbym oddać krew. Dzięki temu, że w naszym urzędzie panuje sprzyjającą atmosfera dla tego typu

działań, mogłem odpowiedzieć na tą prośbę. Zgodziłem się bez wahania, mój szef również. Nie był to odosobniony przypadek – dodaje.

Od 11 lat w Urzędzie Marszałkowskim Województwa Świętokrzyskiego w Kielcach z inicjatywy Leszka Wnętrzaka odbywają się cykliczne akcje krwiodawstwa na rzecz dzieci przebywających w świętokrzyskich szpitalach. – Zaczęło się to dość przypadkowo. Wówczas angażowałem się w organizację finału Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. To właśnie przy tej okazji pojawił się temat promocji krwiodawstwa. Uznałem, że warto zachęcać do tego innych, chociażby koleżanki i kolegów z pracy – opowiada. – W ten sposób w 2007 roku po raz pierwszy oddaliśmy krew w Urzędzie Marszałkowskim w sposób zorganizowany. Z czasem idea przyjęła się na tyle, że akcje „Samorządowcy Dzieciom” i „Krewniacy Mikołaja” na stałe wpisały się w kalendarz działań urzędu. Wśród pracowników powstał też nieformalny Klub Honorowych Dawców Krwi. – Do akcji zapraszamy wszystkich, przy czym na apel odpowiada od 20 do 50 osób. Wśród nich jest stałe grono, na które praktycznie zawsze możemy liczyć – podkreśla Leszek Wnętrzak, który od początku koordynuje akcje. – W ciągu tych kilkunastu lat był jeden raz, kiedy ze względu na wystarczające rezerwy w banku krwi zrezygnowaliśmy z akcji na Mikołajki, za to zrobiliśmy dodatkową w Walentynki. Co ważne kilka osób, które z oddawaniem krwi miało pierwszy kontakt właśnie w naszym urzędzie, zostało dawcami stałymi, a tacy są najcenniejsi – dodaje.

W rejestrze Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Kielcach zapisanych jest około 17,5 tysiąca krwiodawców. Co daje średnią krajową. Według statystyk, średnio 1 na 10 osób leczonych w szpitalu potrzebuje krwi. Natomiast w Polsce jedynie 1,7 % ludzi oddaje honorowo krew. – Dziś praktycznie na każdym kroku spotykamy się z różnymi formami dobroczynności, a właściwie z zachętami do jej czynienia. Na billboardach, w telewizyjnych reklamach, w gazetach, na Facebooku. – Kiedy moja dziewięcioletnia córka powiedziała mi – „Tato, ty oddajesz krew, a ja oddam włosy dla chorych dzieci”, zrozumiałem, że to co robię, jest naprawdę ważne i potrzebne. To, czym dzielimy się z innymi, zależy od tego, ile posiadamy. Ważne, aby dzielić się na miarę swoich możliwości.