Informacja prasowa

Warszawa, 1 października 2025 r.

**Chcesz zostać potencjalnym dawcą szpiku?**

**Sprawdź jakie warunki musisz spełnić**

**Każdy z nas nosi w sobie niezwykły lek, którego nie można wytworzyć w laboratorium – krwiotwórcze komórki macierzyste. Na ich przeszczepienie od dawcy niespokrewnionego czeka w Polsce 800 osób rocznie, dla których to jedyna szansa na powrót do zdrowia lub nawet uratowanie życia. Fundacja DKMS, rozpoczynając Miesiąc Świadomości Idei Dawstwa Szpiku przypomina, że rejestracja w bazie potencjalnych dawców to szybki i prosty krok, który nic nas nie kosztuje, a który może sprawić, że ktoś usłyszy te najważniejsze słowa: „znalazł się Twój dawca”. Jakie warunki musimy spełnić, by dołączyć do ponad 2,3 milionów potencjalnych dawców szpiku?**

**Masz od 18 do 55 lat? Możesz zostać potencjalnym dawcą**

Do bazy potencjalnych dawców szpiku mogą zarejestrować się osoby w wieku **18–55 lat.** Dolna granica wynika z kwestii prawnych. Osoba dołączająca do rejestru dawców musi być pełnoletnia, w pełni świadomie i odpowiedzialnie podjąć decyzję o włączeniu się w ideę dawstwa szpiku. To niezwykle istotne, ponieważ dawstwo szpiku to piękny bezinteresowny gest, ale też pewnego rodzaju deklaracja, że jeśli po drugiej stronie w potrzebie znajdzie się pacjent, dla którego być może będziemy jedyną szansą na pokonanie choroby, to podtrzymamy swoją gotowość do pomocy.

Górna granica związana jest ze stroną medyczną. Wraz z wiekiem rośnie ryzyko wystąpienia u nas chorób przewlekłych, które mogłyby utrudnić pobranie krwiotwórczych komórek macierzystych.

Przedział 18–55 lat to kompromis. Łączy świadomą i odpowiedzialną decyzję z bezpieczeństwem całego procesu pobrania oraz skutecznością leczenia biorcy.

**Dobry stan zdrowia, prawidłowa waga**

Potencjalnym dawcą szpiku może zostać każda osoba, której ogólny stan zdrowia jest dobry a występujące ewentualnie choroby przewlekłe – łagodne, dobrze kontrolowane i stabilne.

Bezwzględnymi przeciwwskazaniami dla dawstwa - z uwagi na ryzyko i dla dawcy i dla biorcy - są:

* cukrzyca (wyjątek stanowi cukrzyca ciążowa, o ile minęła po porodzie),
* choroba nowotworowa (przebyta lub czynna). Choroby u członków rodziny nie stanowią wykluczenia,
* choroby endokrynologiczne - nadczynność tarczycy (z wyjątkiem leczenia radykalnego), choroba Cushinga,
* choroby układu sercowo-naczyniowego - np. zawał serca, zatorowość płucna, migotanie przedsionków, przebyta zakrzepica żył głębokich, tętniak aorty, udar,
* choroby autoimmunologiczne - np. wrzodziejące zapalenia jelita grubego, choroba Leśniowskiego-Crohna, miastenia, stwardnienie rozsiane, ostre rozsiane zapalenie mózgu i rdzenia, łuszczycowe zapalenie stawów, choroba Gravesa-Basedova, niedokrwistość autoimmunohemolityczna,
* choroby tkanki łącznej (reumatoidalne zapalenie stawów, stwardnienie rozsiane itd.),
* choroby układu nerwowego - choroba Parkinsona, choroba Huntingtona, choroby złącza nerwowo-mięśniowego, choroba, Creutzfeldta-Jakoba, zaburzenia napadowe - np. epilepsja,
* choroby krwi i szpiku - talasemia, sferocytoza, anemia aplastyczna, hemofilia oraz zaburzenia krzepliwości krwi - np. trombofilia,
* choroby zakaźne – wirusowe zapalenie wątroby (żółtaczka) typu B i C, HIV (AIDS)
* ciężkie postacie astmy oskrzelowej,
* dawcami nie zostaną również osoby uzależnione od alkoholu, narkotyków i leków odurzających (wyjątkiem jest wieloletni okres trwałej abstynencji bez rozpoznania narządowych powikłań wynikających z przebytego uzależnienia).

Ważne są również parametry takie jak **prawidłowa masa ciała i BMI.** Dawcą może zostać osoba, której BMI jest powyżej **16,5** i nie wyższe niż **40**. Według zaleceń Światowej Organizacji Dawców Szpiku (WMDA) otyłość z BMI powyżej 40 jest przeciwwskazaniem do rejestracji i kwalifikacji dawcy do oddania komórek macierzystych.

*Lista przeciwwskazań może wydawać się długa, ale bezpieczeństwo dawcy w procedurze oddania szpiku jest priorytetem. Warto podkreślić, że stan zdrowia każdego dawcy jest szczegółowo sprawdzany przed przystąpieniem do donacji*, *a wszelkie wątpliwości są weryfikowane i oceniane indywidualnie.* **– mówi dr Tigran Torosian, Dyrektor Medyczny Fundacji DKMS**

**Piercing, tatuaż, makijaż permanentny - to nie wyklucza!**

**Tatuaż czy takie zabiegi jak piercing lub makijaż permanentny nie stanowią przeciwwskazania do rejestracji w bazie potencjalnych dawców szpiku.**

Z zostania potencjalnym dawcą szpiku nie wykluczają też niektóre schorzenia, do których należą m.in.:

* niskie ciśnienie i nadciśnienie, które jest dobrze uregulowane lekami,
* wirusowe zapalenie wątroby (żółtaczka) typu A (pokarmowa),
* niedoczynność tarczycy, choroba Hashimoto,
* alergia kontrolowana lekami,
* zespół policystycznych jajników,
* insulinooporność.

Jeśli mamy jakiekolwiek wątpliwości odnośnie do tego, czy nasz stan zdrowia pozwala na rejestrację w bacie potencjalnych dawców szpiku, możemy skontaktować się z działem medycznym Fundacji DKMS: [medyczne@dkms.pl](mailto:medyczne@dkms.pl).

**Dawca „na miejscu”**

Ogólna zasada dotycząca rejestracji w bazie potencjalnych dawców szpiku zakłada, że mogą do niej dołączyć wyłącznie osoby zamieszkujące dany kraj. Ten schemat postępowania dotyczy wszystkich baz dawców na świecie. **Potencjalnym dawcą szpiku i komórek macierzystych w bazie Fundacji DKMS może być osoba mieszkająca na stałe w Polsce**.

#### Kryterium to jest niezwykle istotne. Wynika nie tylko z potrzeby stałego kontaktu z potencjalnym dawcą, ale przede wszystkim - w przypadku znalezienia „bliźniaka genetycznego” - zapewnienia szybkiego i bezpiecznego pobrania materiału do przeszczepienia. Potwierdzenie czy dawca zostanie zakwalifikowany do pobrania komórek może potrwać miesiąc lub nawet kilkanaście tygodni ze względu na szczegółowe badania oraz stan zdrowia pacjenta. W tym czasie kontakt z potencjalnym dawcą powinien przebiegać bez zakłóceń i gwarantować możliwość sprawnego przeprowadzenia wszystkich niezbędnych procedur medycznych. Jeśli jesteśmy zarejestrowani w bazie potencjalnych dawców, a planujemy dłuższy, kilkumiesięczny wyjazd np. na wakacje lub do pracy, warto powiadomić o tym fundację.

#### Dodatkowo, zgodnie z polskim prawem, na czas donacji i badań dawcy przysługują pełnopłatne dni wolne. Jeśli dawca wyrazi chęć, to Fundacja DKMS pomoże w załatwieniu tych formalności z pracodawcą. Po pobraniu szpiku lub komórek macierzystych dawca może otrzymać zwolnienie lekarskie, które – w innym kraju – może nie być respektowane.

**Rejestracja – prosty sposób, by pomóc**

Jeśli podjęliśmy decyzję o zostaniu potencjalnym dawcą szpiku, to już najważniejszy krok za nami. Teraz wystarczy, że zarejestrujemy się w bazie dawców.

Najszybszym sposobem jest rejestracja online. Wystarczy wejść na stronę [**http://www.dkms.pl/**](http://www.dkms.pl/), wypełnić formularz rejestracyjny i zamówić bezpłatny pakiet do samodzielnego pobrania wymazu z wewnętrznej strony policzka. Przesyłka od Fundacji DKMS jest wysyłana Pocztą Polską w ciągu 2 dni od zamówienia pakietu. Po otrzymaniu pakietu pobieramy wymaz z wewnętrznej strony policzka, zgodnie z instrukcją, którą znajdziemy w przesyłce, a także uzupełniamy i podpisujemy załączony formularz. Na koniec odsyłamy pakiet na adres Fundacji DKMS w kopercie zwrotnej dołączonej do przesyłki. Wystarczy wrzucić ją do skrzynki pocztowej - nie trzeba stać w kolejce! Pobrany przez nas wymaz zostanie przebadany, a następnie wyniki wraz z naszymi danymi zostaną wprowadzone do bazy dawców. Proces ten trwa ok. 3 miesięcy, a na jego zakończenie otrzymamy od Fundacji DKMS kartę dawcy szpiku, potwierdzającą pomyślną rejestrację.

Jeśli możesz – zarejestruj się! Twoja obecność w bazie potencjalnych dawców szpiku może być dla kogoś początkiem drugiego, zdrowego życia.

**Więcej informacji o Fundacji DKMS:**[**http://www.dkms.pl/**](http://www.dkms.pl/)

\*\*\*

Misją Fundacji DKMS jest znalezienie dawcy dla każdego pacjenta na świecie potrzebującego przeszczepienia krwiotwórczych komórek macierzystych. Fundacja działa w Polsce od 2008 roku jako Ośrodek Dawców Szpiku w oparciu o decyzję Ministra Zdrowia oraz jako niezależna organizacja pożytku publicznego wpisana do KRS 0000318602. To największy Ośrodek Dawców Szpiku w Polsce, w którym zarejestrowanych jest się ponad 2 mln dawców, spośród których ponad 15 000 (maj 2025) oddało swoje krwiotwórcze komórki macierzyste lub szpik pacjentom zarówno w Polsce, jak i na świecie, dając im tym samym drugą szansę na życie. Aby zostać potencjalnym dawcą, wystarczy wejść na stronę [www.dkms.pl](http://www.dkms.pl/) i zamówić pakiet rejestracyjny do domu.

**Kontakt dla mediów:**

**Magdalena Przysłupska**

Rzeczniczka Prasowa

Fundacja DKMS

e-mail: [magda.przyslupska@dkms.pl](mailto:magda.przyslupska@dkms.pl)

tel. 662 277 904