



SETIAP 1 BEG DARAH YANG DIDERMAKAN MAMPU
MENYELAMATKAN 3 NYAWA

JOM DERMA DARAH

SELARAS PERINTAH KAWALAN PERGERAKAN
PERUBAHAN WAKTU OPERASI CENTER HTAR
AKAN BERUBAH MULAI **19-31 MAC 2020**

WAKTU OPERASI TERBARU:-

ISNIN - JUMAAT

8:00 PG - 8:30 MLM

SABTU - AHAD

8:00 PG - 5:00 PTG



SEMUA AKTIVITI DERMA DARAH DI TEMPAT AWAM
TELAH **DIBATALKAN** SEHINGGA **31 MAC 2020** DAN
TERTUMPU HANYA DI

JABATAN PERUBATAN TRANSFUSI DARAH
HOSPITAL TENGGU AMPUAN RAHIMAH KLANG



Derma darah litar



tlloodbank@gmail.com



05-5375 7000



05-5370 1846

Sebelum Hari Pendermaan Darah

Minum air secukupnya



Tidur sekurang - kurangnya 5 jam



Layari laman sesawang Pusat Darah Negara untuk mengetahui kriteria dan lokasi menderma darah sebagai penderma darah

www.pdn.gov.my



Pada Hari Pendermaan Darah

Sihat tubuh badan. Tiada simptom demam, batuk dan kesukaran bernafas



Berat badan 45kg ke atas



Mengambil makanan 4 jam sebelum menderma



Minum air secukupnya



Basuh tangan dengan sabun atau hand sanitizer



Bawa bersama kad pengenalan / lesen memandu / pasport



Proses Pendermaan Darah



Proses saringan suhu badan ke semua individu yang memasuki premis tabung darah



Isi borang pendermaan darah ATAU isi borang atas talian di pautan <https://regdonor.bbbs.moh.gov.my/>



Saringan kesihatan ringkas untuk mengetahui berat badan, kumpulan darah dan paras haemoglobin



Sesi temuduga bersama dengan doktor / anggota kesihatan untuk memastikan anda layak atau tidak untuk menderma darah



Sekiranya anda mengambil sebarang ubat-ubatan, pastikan anda memaklumkan doktor bertugas

Tempat Pendermaan Darah

Saluran darah yang sesuai akan dipilih dan bius setempat akan diberikan pada lengan sebelum jarum pendermaan darah dicucuk supaya penderma tidak mengalami kesakitan yang keterlaluan



Masa pendermaan :

- Darah utuh (whole blood) : 10 minit
- Aferesis : 30 - 60 minit



Rehat 10 minit setelah selesai pendermaan sambil menekan dengan kapas pada tempat bekas cucukan jarum bagi mengelakkan lebam pada lengan (Hematoma)



'Social distancing' sekurang-kurangnya satu meter antara penderma darah



Menangguhkan pendermaan darah buat sementara waktu bagi:



- Penderma yang disahkan mengalami jangkitan COVID-19 : tidak dibenarkan menderma sehingga 28 hari selepas sembuh sepenuhnya.
- Penderma tidak mempunyai gejala tetapi mempunyai sejarah kontak rapat ('close contact') dengan pesakit yang positif COVID-19 or PUI COVID-19 : tidak dibenarkan menderma darah selama 28 hari dari tarikh kontak.
- Penderma yang tidak bergejala namun mempunyai sejarah ke negara China, Korea, Japan, Italy dan Iran tidak dibenarkan menderma 28 hari selepas tiba dari negara terlibat.
*Senarai negara terlibat akan dimaklumkan dari masa ke semasa



Selepas Pendermaan Darah



Makanan ringan dan minuman disediakan

Minum lebih banyak air



Elakkan minuman beralkohol dalam masa 24 jam

Disarankan untuk mengurangkan pendedahan berterusan kepada cahaya matahari buat sementara bagi mengelakkan risiko dehidrasi



Anda tidak digalakkan untuk mengangkat berat ataupun membuat senaman berat untuk tempoh 6 - 8 jam bagi mengelakkan bengkak / lebam di kawasan pendermaan darah

Sekiranya anda mengalami pening atau rasa pita, hentikan aktiviti dan dinasihatkan untuk duduk atau berbaring sehingga pulih kembali.



Penderma yang mengalami sebarang gejala jangkitan atau mempunyai sejarah kontak rapat di dalam tempoh 14 hari selepas pendermaan darah hendaklah menghubungi PDN atau Tabung Darah berkaitan dalam kadar segera (dalam tempoh 24 jam) mengenai simptom-simptom tersebut

Kebaikan Menderma Darah untuk Kesihatan Penderma

Perasaan gembira kerana dapat menyelamatkan nyawa

Meningkatkan tahap kesihatan

Membakar kalori

Mengurangkan risiko sakit jantung

Penggantian sel-sel darah merah baru dalam badan

FAKTA :

- **Darah diperlukan setiap hari untuk membantu pesakit yang kritikal.**
- **Tiada transmisi melalui pendermaan atau penerimaan darah sehingga setakat ini.**

PUSAT DARAH NEGARA
Jalan Tun Razak
50400 Kuala Lumpur.
Telefon : 03 2613 2688
Faks: 03 2698 0362

Suite Derma Darah Puspanita,
Putrajaya

PUSAT DARAH NEGARA
Donation Suite
Mid Valley Megamall

Lot 063,
Tingkat 3 (Mezzanine),
Sebelah DAISO Japan.

Telefon : 03 2280 0349



PANDUAN MENDERMA DARAH SEMASA PANDEMIK COVID-19



www.pdn.gov.my

PusatDarahNegaraKementerianKesihatanMalaysia

PusatDarahNegara PDNKKM