

# Dárce krve František Čech: Z rodiny darujeme všichni

**Pan František Čech, sanitář Interního oddělení Nemocnice České Budějovice, a.s., nezištně daruje krev již řadu let. Jak probíhá dárcovství? Kdy začal darovat krev a jaká je jeho motivace? O tom se dozvíte v následujícím rozhovoru.**

## **Jak dlouho pracujete v českobudějovické nemocnici?**

Pracuji zde jako sanitář na Interním oddělení již jedenáctým rokem.

## **K darování krve jste se dostal díky zaměstnání v nemocnici nebo již dříve?**

Mé dárcovství začalo už v 19 letech na vojně sázkou s kamarády. Inspirací mi byl také můj otec, který byl sám dárce. Po vojenské službě jsem darování krve na čas přerušil. K dárcovství jsem se po určité době opět vrátil a daruji stále. Mám za sebou 60 odběrů v kuse, darovat chodím pravidelně jednou za čtvrt roku.

## **Jakou máte krevní skupinu?**

Mám tu vzácnější variantu, A1 B Rh pozitivní.

## **Přemýšlíte během vašeho darování o tom, jak prospěšnou věc děláte?**

O vážnosti darování krve nepřemýšlím. Mám za to, že když mohu krev dávat, tak to mám dělat. Také cítím, že mi to dělá zdravotně dobře. Dříve jsem trpěl na sezónní virózy, které již nemívám.



František Čech | Foto: Jan Luxík

## **Jaké jsou na dárce krve kladeny nároky, aby mohli krev darovat?**

Obecně dodržovat zdravý životní styl. Alkohol piju jen příležitostně, přestal jsem kouřit. Před samotným odběrem nesmíme jíst tučná jídla a pochopitelně nepožít alkohol. Také je doporučeno před náběrem přijmout dostatečné množství tekutin, lépe to pak teče. :) Samotný proces trvá 15–20 minut.

## **„Nakazil“ jste svým dárcovstvím také své okolí?**

Ano, má rodina se ke mně už připojila. Moje manželka již absolvovala 70 odběrů, syn daruje krev též.

## **Jak dlouho ještě plánujete darovat krev?**

Rád bych v dárcovství vydržel tak dlouho, co mi můj zdravotní stav dovolí.

Děkuji za rozhovor a především za Vaše dárcovství.

**Bc. Iva Nováková, MBA**  
Oddělení vnitřních a vnějších vztahů

[Celý časopis si můžete prohlédnout zde!](#)