

Apa yang terbesit pertama kali ketika mendengar kata donor darah. Kata temen saya yang terlintas adalah jarum, secara mulai kecil takut jarum suntik yang kecil apalagi jarum donor itu *g ede*
seperti itu. Ketakutan seperti itu sudah nggak jaman
*ndeso*
istilah jaman sekarang. Di jaman sekarang dimana teknologi dan kemampuan teknisi laboratorium telah berkembang sedemikian rupa.

*Nggak percaya...coba deh donor darah..nggak terasa sakit...*

Belum lagi rasa tusukan awal donor darah itu menjadi lebih tidak terasa kalau kita ingat manfaat donor darah. Manfaat yang pertama perasaan gembira karena sudah berbuat untuk orang lain beramal dengan berbagi dengan orang yang tidak beruntung karena kesehatan sehingga membutuhkan darah.

{jcomments on}

Selanjutnya manfaat bagi kesehatan ada banyak sekali manfaat donor darah diantaranya :

a. Mengurangi resiko penyakit jantung karena dengan donor darah, kadar Fe (besi) dalam darah menjadi berkurang. Pasalnya, jika kandung Fe teroksidasi dalam darah terlalu banyak, maka resiko terjadinya penyakit jantung koroner semakin meningkat.

b. Status kesehatan seorang donor akan selalu terpantau setiap 3 bulan sekali. Itulah pentingnya mencantumkan alamat yang jelas di formulir pendaftaran donor darah, karena jika ada penyakit dalam darah, pendonr akan diberikan informasi tentang hal tersebut. Jika tidak ada informasi dari UTD/UDD, bisa karena donor darah lolos screening, atau sebetulnya tidak lolos screening, namun karena alamat tidak jelas maka tidak dapat diberikan informasi yang biasanya berupa surat dalam amplop tertutup dan bersifat rahasia.

c. Perasaan puas secara psikologis karena dapat membantu orang lain

d. Membantu proses pengurangan berat badan, karena donor darah itu dapat membakar kalori dalam tubuh (asal tidak makan berlebih setelah donor ya) (*Question & Answer donor darah,* PT. Elex Media Komputindo, 2013)

Dari manfaat-manfaat tersebut kita harus berani donor darah. Karena Donor darah sehat dan keren...maka nggak ada lagi kata takut "