

**Upplýsingar  
varðandi  
blóðgjöf**



**BLÓÐBANKINN**

S: 543 5500

[www.blodbankinn.is](http://www.blodbankinn.is)

## Heilsufarsupplýsingar eru til að vernda blóðgjafa og blóðþega

Fyrir hverja blóðgjöf munum við biðja þig um að:

- Sýna persónuskilríki með mynd
- Lesa bækling um smitvarnir og blóðgjöf
- Svара heilsufarsspurningum og undirrita

Með undirritun þinni á heilsufarsblaðið samþykkir þú að hafa svarað spurningunum eftir þinni bestu vitund og jafnframt samþykkir þú að gefa blóð.

Farið er yfir heilsufarssögu með hjúkrunarfræðingi sem mælir einnig blóðþrýsting og púls.

**Þér er velkomið að spyrja starfsfólk Blóðbankans spurninga hvenær sem er í blóðgjafarferlinu.**

Starfsfólk Blóðbankans er bundið þagnarskyldu. Komi eitthvað óeðlilegt fram í blóðþrúfum er haft samband við blóðgjafa. Farið er með allar upplýsingar og niðurstöður úr blóðþrúfum sem trúnaðarmál.

**Þú getur hætt við að gefa blóð eða stöðvað blóðgjöf hvenær sem er án þess að gefa upp ástæðu.**

## Frávísanir eru til að vernda blóðgjafa og blóðþega

Ýmsar ástæður geta valdið því að vísa verði blóðgjafa frá blóðgjöf tímabundið eða varanlega.

**Tímabundin frávísun** er t.d. vegna kvefs, frunsu eða annarra einkenna sem ganga til baka.

**Varanleg frávísun** er t.d. vegna hjarta- og æðasjúkdóma, lungnasjúkdóma, flogaveiki og sykursýki, þar sem blóðgjöf getur orðið of mikið álag fyrir líkamann.

**Sjúkdómar** geta borist frá blóðgjafa til blóðþega. Blóðgjafi með t.d. hálsbólgu, kvef eða sár vegna meiðsla hefur hugsanlega ekki mikil einkenni. Hins vegar getur blóðþegi með skert ónæmiskerfi veikst alvarlega við blóðgjöf frá slíkum einstaklingi.

**Lyf** sem blóðgjafi tekur geta skaðað blóðþega t.d. sýklalyf, hormónalyf og verkjalyf. Einnig geta lyf haft áhrif á viðbrögð líkamans við blóðgjöf. Þess vegna er mikilvægt, í hvert skipti sem blóð er gefið, að láta hjúkrunarfræðing vita um öll lyf sem tekin hafa verið síðastliðinn mánuð.

Vinsamlega athugið að ef blóðgjafi veikist innan viku eftir blóðgjöf, fær t.d. kvef, hita eða önnur einkenni, er viðkomandi beðinn um að láta starfsfólk Blóðbankans vita svo og ef blóðgjafi greinist með alvarlegan sjúkdóm.

## Blóðgjöfin

Ef blóðgjafi er heilsuhraustur finnur hann yfirleitt ekki fyrir neinum óþægindum við að gefa blóð.

### **Mikilvægt er að borða og drekka vel bæði fyrir og eftir blóðgjöf.**

Ef vökva- og næringarástand er í góðu jafnvægi fyrir blóðgjöf tekur það líkamann styttri tíma að ná vökvajafnvægi á ný eftir blóðgjöfina.

#### **Mögulegar aukaverkanir eru:**

- Svimi
- Marblettur
- Verkur í handlegg
- Staðbundin húðerting/ofnæmi
- Almenn vanlíðan og þreyta

#### **Sjaldgæfar aukaverkanir eru:**

- Yfirlið
- Taugaskaði
- Bláæðabólga
- Sýking á stungustað

### **Forðist alla áreynslu blóðgjafardaginn**

#### **Áhættustörf:**

Flugáhafnir, flugumferðarstjórar, kafarar, vöru- og fólksflutningabílstjórar, þungavinnuvélstjórar og aðrir þeir sem stunda áhættustörf ættu að láta líða minnst 12 klst. frá blóðgjöf áður en vinna hefst. Með því að gefa líkamanum tíma til að jafna sig má draga úr hættu á aukaverkunum.

Nánari upplýsingar eru á vef Blóðbankans [www.blodbankinn.is](http://www.blodbankinn.is) eða í síma 543-5500.