

Daginn sem þú gefur blóð er mikilvægt að vera frískur og vel fyrir kallaður. Munið að borða og drekka vel af vatni/ávaxtasafa 1-2 klst. fyrir blóðgjöfina og áfram þann daginn, til að minnka líkur á vanlíðan.

Fólki er ráðlagt að sleppa líkamsrækt og sundi daginn sem gefið er blóð.

VINSAMLEGA ATHUGIÐ:

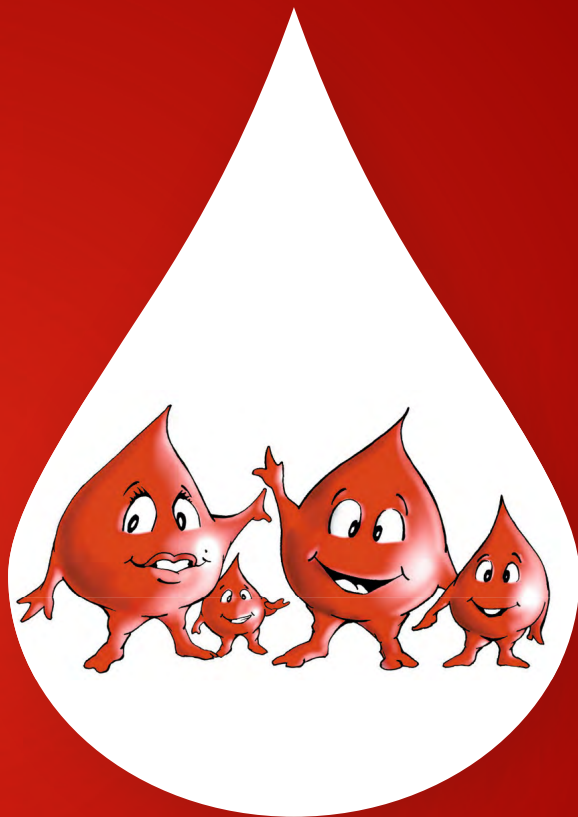
Ef blóðgjafi veikist innan viku frá blóðgjöf, fær t.d. kvef, hita, magapest eða önnur einkenni, er viðkomandi beðinn um að láta starfsfólk Blóðbankans vita strax. Sama á við ef blóðgjafi greinist með alvarlegan sjúkdóm.

**ENDILEGA HVETJIÐ VINI OG ÆTTINGJA TIL
AÐ VERÐA BLÓÐGJAFAR – ÞIÐ ERUÐ OKKAR
HELSTA AUGLÝSING**



BLÓDBANKINN

Reykjavík, s. 543 5500
Akureyri, s. 824 2423
www.blodbankinn.is



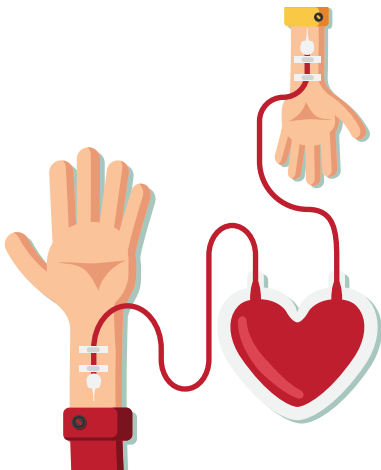
UPPLÝSINGAR UM
BLÓÐGJÖF

Heilsufarsupplýsingar eru til að vernda blóðgjafa og blóðþega

- Við hverja komu í Blóðbankann þarf að svara spurningum um heilsufar af nákvæmni. Með undirritun þinni staðfestir þú að hafa svarað spurningunum samkvæmt bestu vitund og samþykkir að gefa blóð.

Allir verða að lesa upplýsingarnar um **Smitvarnir og blóðgjöf** í hvert skipti sem gefið er blóð.

- Hjúkrunarfræðingur fer yfir spurningarnar með þér í viðtalsherbergi og mælir blóðþrýsting og púls.
- Starfsmenn Blóðbankans eru bundnir þagnarskyldu og farið er með allar upplýsingar sem trúnaðarmál. Þú getur hætt við að gefa blóð hvenær sem er í ferlinu án þess að gefa upp ástæðu.
- Við hverja blóðgöf eru teknar blóðprufur og 450 ml gefnir í poka.



Frávísanir eru til þess að vernda bæði blóðgjafa og blóðþega

Ýmsar ástæður geta valdið því að vísa þurfi blóðgjafa frá tímabundið eða varanlega. Sjúkdómar og lyf geta borist frá blóðgjafa til blóðþega.

Tímabundnar frávísanir eru t.d. vegna kvefs, flensu, magapestar, frunsu eða annarra ein-kenna sem ganga til baka. Saklaust kvef hjá heilbrigðum blóðgjafa er ekkert mál fyrir hann en fyrir sjúkling með skertar varnir getur það haft alvarlegar afleiðingar.

Varanlegar frávísanir eru t.d. vegna hjarta- og æðasjúkdóma, sykursýki o.fl. Blóðgjöf getur í slíkum tilfellum verið of mikið álag fyrir blóðgjafann.

Lyf geta haft alvarlegar afleiðingar fyrir sjúkling og því er mikilvægt að láta hjúkrunarfræðing Blóðbankans vita um öll lyf sem þú hefur tekið síðastliðinn mánuð, hvort sem það er daglega eða einstaka tafla. Sum lyf er í lagi að taka þó að þú gefir blóð. Hjúkrunarfræðingar meta það samkvæmt reglum Blóðbankans.

Áhættustörf/-áhugamál t.d. flugáhafnir, flugumferðarstjórar, kafarar, atvinnubílstjórar og þeir sem stunda áhættuvinnu eða áhættu-áhugamál ættu að **fresta vinnu/áhugamáli um 12 klst.** eftir blóðgjöf