

INFORMAZIONI DOPO LA DONAZIONE

grazie per aver donato, Vi invitiamo a leggere queste note

CHIAMATE IL NUMERO 0761/338622 SE

A) Ricordate importanti notizie circa il Vostro stato di salute, di cui vi siete dimenticati di informarci

B) Volete che la Vostra donazione venga eliminata perché vi siete dimenticati di informarci che:

- siete incorsi in attività o procedure (es. rapporti sessuali occasionali, tatuaggi, piercing, interventi chirurgici, gastroscopie ecc.) per cui potreste essere a rischio di aver contratto epatiti e/o AIDS
- avete fatto recentemente un viaggio in zone endemiche per malattie tropicali (malaria, West Nile Virus, Zika Virus, Dengue....)

C) nelle 24-48 ore dopo la donazione, accusate:

- febbre e dolori articolari/muscolari
- sintomi influenzali o di malattia infettiva (es. esantemi)

D) Dopo la donazione vi viene diagnosticata una positività per l'epatite o AIDS

RICORDATE CHE

POTETE CHIEDERE CHE LA DONAZIONE VENGA ELIMINATA SENZA DARE SPIEGAZIONI

DOPO LA DONAZIONE

- **Seguire con attenzione le istruzioni date dal personale sanitario.**
- Al termine di ogni donazione si consiglia **un riposo di almeno 10 minuti sulla poltrona di prelievo e di almeno 20 minuti in sala ristoro.**
- Nelle ore immediatamente successive è importante **assumere liquidi** (acqua, spremute, succhi di frutta), **non fumare** e tenere la medicazione per 2-3 ore . **Non assumere alcool, evitare eccessi alimentari nelle 24 ore successive.**
- **Evitare attività fisiche intense, sport, lavori pericolosi o che richiedano doti di equilibrio** (autista, arrampicate, lavori sui ponteggi).

COMPLICAZIONI POST DONAZIONE

1) VERTIGINI E SVENIMENTI

In caso di malore, vertigini, senso di stare per svenire, **sedersi o sdraiarsi IMMEDIATAMENTE**. Non alzarsi fino alla scomparsa dei sintomi.

Se si sta guidando, accostare e parcheggiare finché tutti i sintomi non sono stati risolti.

Chiamare il medico se i sintomi persistono per più di 30 minuti.

2) EMATOMI

Se il sito del prelievo ricomincia a sanguinare, premere ed alzare il braccio per 5-10 minuti o fino a che il sanguinamento non cessa.

Può verificarsi un ematoma o un dolore nella sede di prelievo in seguito a un sanguinamento sottocute.

Possono verificarsi gonfiore o pigmentazioni, che si possono spostare sul braccio verso l'alto o verso il basso o intorno al gomito. Il livido può cambiare colore e risolversi in una o più settimane.

Se si sviluppa un ematoma:

- Applicare un impacco freddo sulla zona interessata per le prime 24 ore, quindi uno caldo e umido.

- Per il dolore, utilizzare farmaci antidolorifici che non contengono acido acetilsalicilico (aspirina).

- Potrebbero essere necessarie ulteriori cure se:

- si avverte formicolio o intorpidimento delle dita o del braccio.

- si nota arrossamento, gonfiore e/o dolore in sede di venipuntura

- i sintomi peggiorano

in questi casi contattare il servizio trasfusionale.

SPORT E DONAZIONE DI SANGUE E/O EMOCOMPONENTI

Sarebbe opportuno per gli sportivi attendere almeno 24 ore dopo la donazione di sangue prima di riprendere l'attività fisica valutando il loro stato di benessere.

Evitare sforzi con il braccio ove è avvenuta la venipuntura.

La donazione di sangue provoca perdite di liquidi che il corpo sostituisce entro 24 ore, compensati dall'introduzione di una maggiore quantità di liquidi.

Gli atleti agonisti possono notare una diminuzione della tolleranza allo sforzo per circa una settimana dopo la donazione del sangue intero.

**PROBLEMI DOPO LA DONAZIONE? CONTATTATE IL CENTRO TRASFUSIONALE
SIMT VITERBO 0761/338622**