

## Drepturi de care pot beneficia donatorii de sânge

După fiecare donare poți primi 7 tichete de masă;

-Poți beneficia de o zi liberă de la serviciu sau școală;

-Poți primi rezultatul analizelor efectuate cu ocazia donării de sânge;

### *Și nu uita!*

Ai făcut un gest minunat, ai ajutat pe cineva atunci când a avut cel mai mult nevoie de ajutorul tău! Și pentru aceasta,

## Îți mulțumim!



Ești așteptat la  
Centrul de Transfuzii Sanguine  
Vâlcea, Rm. Vâlcea!

Str. General Magheru nr. 54  
vis-a vis de

Casa de Asigurări de Sănătate Vâlcea  
De luni până vineri

Între orele 7:00 - 11:00

Informații la telefon : 0350 420 504/505

# Donează Sânge!



## Și tu poți dărui viață!



*Cu un strop din sângele tău poți salva o viață și poți reda speranța cuiva în suferință! Amintește-ți că medicii se bazează zilnic pe sângele donat pentru a putea interveni cu operații sau alte tratamente care salvează sau prelungesc viața pacienților.*

O transfuzie de sânge poate face diferența dintre viață și moarte pentru cineva care a suferit un accident grav sau are nevoie de un transplant sau de o intervenție chirurgicală urgentă, poate ajuta un om să suporte mai ușor un tratament pentru cancer sau să poată primi un tratament care îi poate salva viața!



## Cine poate dona sânge?

- orice persoană cu vârsta cuprinsă între 18 - 65 ani;
- cu greutatea peste 50 kg ;
- cu tensiunea arterială maximă de cel mult 180 mm Hg și cea minimă de cel mult 90 mm Hg,
- care se consideră sănătoasă;
- care nu prezintă factori de risc pentru boli transmisibile.

*Există riscul infectării sau contaminării prin actul donării de sânge?*

**Categoric, nu!**  
Toate materialele de recoltare sunt sterile, de unică folosință, iar personalul medical este instruit și are experiența necesară în domeniu!

## Cum să dăruiești?

- odihnește-te bine înainte de donare!
- Evită mâncărurile grase și nu consuma alcool cu cel puțin două zile înainte de a dona!
- Mănâncă ceva ușor și bea apă sau lichide ușor îndulcite înainte de donare!
- Vino la centrul de donare sânge!

### Sfaturi postdonare

- Consumă o masă consistentă și bea multe lichide!
- Evită efortul fizic câteva ore după donare, iar în mâna puncționată nu căra greutatea timp de o oră!
- Nu fuma înainte și după donare cel puțin 2 ore!