

Як поводитись після здачі крові

- відпочиньте протягом 10- 15 хвилин;
- випийте солодкого чаю, води;
- не паліть протягом 2 год після здачі;
- протягом 2-3 годин не знімайте пов'язку та не піднімайте нічого важкого рукою, з якої брали кров;
- не сідайте за кермо, якщо відчуваєте слабкість або запаморочення;
- краще уникати інтенсивних фізичних навантажень та вживання алкоголю протягом наступних 24 годин;
- їжте регулярно та пийте більше рідини протягом 2-х діб;
- приходьте ще раз здати кров та її компонентів після відновного терміну;
- зателефонуйте до Центру служби крові (044) 239 88 90 та дізнайтесь результати дослідження крові на ВІЛ-інфекцію, гепатит В/С і сифіліс.