



POST DONATION Instructions

Thank you for taking time from your day to give the "Gift of Life". We appreciate your concern for others and want you to know you are an important link to the healthy recovery of critically ill patients across South Texas. The listed precautions provide a few instructions following your donation. For additional information regarding blood donation, please visit our web site at www.southtexasblood.org.

Post donation complications are rare. Your blood volume should return to your pre-donation volume within 24 hours following donation. During the first 24 hours after donation, a few simple precautions may help you avoid any post donation complications:

- Remain in the donation area for a minimum of 10-15 minutes to recover.
- Drink only non-caffeinated fluids before leaving the donation area.
- Do not smoke for at least 30 minutes after donating.
- Drink plenty of non-caffeinated, non-alcoholic fluids during the 24 hours following your donation.



- You may resume "normal" activities within 30 minutes after donating.
- Do not skip meals and eat a balanced diet.

AT WORK

- **If your job involves strenuous physical activity, we strongly recommend you wait at least 24 hours before performing strenuous or hazardous activities, as safety is a concern.**

ADDITIONAL PRECAUTIONS

- Leave the bandage on your arm for at least 4 hours.
- Avoid heavy lifting for at least 6 hours.

DIZZINESS

- If you feel dizzy and/or light-headed, lie down with your feet elevated and drink plenty of fluids. If symptoms do not improve, **CALL REACTION HOTLINE.**

BLEEDING

- If the site where the needle was inserted begins to bleed, apply pressure to the site for at least 10 minutes. Applying a cold compress to the site may also help. If the bleeding continues, **CALL REACTION HOTLINE.**

BRUISING

- If bruising or swelling develops, apply a cold compress to the area for 15 minutes every 4 hours. Continue the cold compress for the first 24 hours or until the swelling decreases.
- After 24 hours, apply warm packs to the area if you have pain or discomfort at the site. Apply the warm pack for 15 minutes every 4 hours. Aspirin is not recommended for pain control. Do not be alarmed if the bruise seems to get bigger over the next few days. That is your body's natural response to healing the bruise.

REACTION HOTLINE

For non-emergency post donation reactions or injuries, please call **(210) 379-0428** or **1-877-665-3667**, during normal business hours seven days a week.



If you experience a reaction or injury needing **immediate attention**, contact the **REACTION HOTLINE** or go to your nearest emergency facility.

STBTC does not assume financial responsibility for laboratory/diagnostic testing or medical treatment related to donation without prior approval from the Associate Medical Director.

Please call STBTC at (210) 249-4414 or 1-800-292-5534, extension 2414 for the following:

- flu-like symptoms with a fever greater than 100.5° within two weeks after you donate
- you realize after donating you do not meet the screening criteria
- you feel there is a reason your blood should not be used for transfusion

A 24-hour message line is available. Please leave your name, social security number and date of birth.

*On behalf of the patients in the hospitals we serve, we say **THANK YOU**. You have made a significant difference in someone's life!*



6211 IH 10 West at First Park Ten Blvd. • San Antonio, Texas 78201
(210) 731-5555 • 800-292-5534

www.southtexasblood.org



INSTRUCCIONES PARA DESPUÉS DE SU DONACIÓN

Gracias por tomar el tiempo necesario para donar el "Regalo de la Vida." Su donación es muy importante para la recuperación de pacientes a través de Texas. Tenemos algunas instrucciones para ayudarle después de su donación. Para más información, visite nuestro sitio: www.southtexasblood.org.

Complicaciones después de la donación son raras. El volumen de su sangre vuelve a nivel normal dentro de 24 horas. Durante las primeras 24 horas después de la donación, estas sencillas precauciones le ayudarán evitar complicaciones.

- Quédese en el área de donación por un mínimo de 10-15 minutos para recuperarse.
- Beba solamente líquidos sin cafeína antes de salir del área de donación.
- No fume por un mínimo de 30 minutos después de donar.
- Beba bastantes líquidos sin cafeína, no-alcohólicos durante las 24 horas después de su donación.
- Puede regresar a sus actividades "normales" dentro de 30 minutos después de su donación.
- No pase por alto sus comidas regulares y coma una dieta balanceada.



EN EL TRABAJO

- Si su trabajo consiste de actividad física agotadora, recomendamos que se espere por lo menos 24 horas antes de resumir actividades agotadoras o peligrosas, por su bienestar.

PRECAUCIONES ADICIONALES

- Déjese la venda puesta en el brazo por lo menos 4 horas.
- No levante nada pesado con el brazo de donación por 6 horas.

MAREA

- Si está mareado o débil, inmediatamente acuéstese con los pies elevados y beba bastante líquidos. Si no mejora, llame LA LÍNEA PARA EL CUIDADO DE REACCIONES.

PÉRDIDA DE SANGRE

- Si el lugar de la inserción de la aguja comienza a sangrar, levante el brazo y aplique presión al lugar por lo menos 10 minutos. La aplicación de una compresa fría puede ayudar. Si continúa sangrando, llame LA LÍNEA PARA EL CUIDADO DE REACCIONES.

MORETONES

- Si tiene moretón o hinchazón, aplique una compresa fría al área por 15 minutos cada 4 horas. Continúe poniendo la compresa fría por las primeras 24 horas o hasta que disminuya el área hinchada.
- Después de 24 horas, aplique compresas tibias al área si siente dolor o incomodidad. Aplique la compresa tibia cada 15 minutos cada 4 horas. No se recomienda la aspirina para controlar el dolor. No se alarme si el moretón se engrandece durante los días siguientes. Es la respuesta curativa natural de su cuerpo.

LÍNEA PARA EL CUIDADO DE REACCIONES



Para tratar una enfermedad o herida que resulte después de su donación y no sea de emergencia, por favor llame al **210-379-0428** ó **1-877-665-3667** siete días a la semana en horario comercial.

Si tenga una reacción o herida que sean de **emergencia**, llame LA LÍNEA PARA EL CUIDADO DE REACCIONES, o visite la sala de emergencia más cercana a usted.

STBTC no toma responsabilidad por ninguna prueba de laboratorio o gasto médico relacionado a su donación o sin permiso previo del Director Médico Asociado.

Por favor, llame al Centro de Sangre al (210) 249-4414 o 1-800-292-5534, extensión 2414 para lo siguiente:

- síntomas parecidos a la gripa con fiebre mayor que 100.5° dentro de 2 semanas después de su donación
- se da cuenta después de donar que no alcanza el criterio para ser donante
- piensa que hay una razón por lo cual su sangre no deba ser transfundida

Una línea de mensajes está disponible 24 horas al día. Por favor, deje su nombre, número de seguro social, y fecha de nacimiento.

De parte de los pacientes en los hospitales que servimos: ¡MUCHAS GRACIAS!