

مراقبت های پس از اهدای خون



پس از اهدای خون، محل خون گیری رامحکم فشار دهید

برای جبران خون از دست رفته مایعات زیاد بنوشید



با دستی که از آن خونگیری شده جسم سنگین بلند نکنید

فعالیت های جسمی یا ورزش سنگین پس از اهدای خون انجام ندهید



برای تسکین درد از مصرف آسپیرین یا ایبوپروفن در ۲۴ ساعت اول خودداری نمایید

