

ЯК ПІДГОТУВАТИСЬ ДО ДОНАЦІЇ

ПЕРЕД ЗДАЧЕЮ



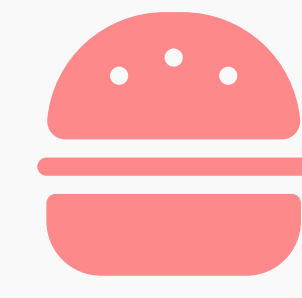
72 год

не приймайте
лікарські препарати,
БАДи і вітаміни



48 год

не вживайте
алкоголь, жирну,
копчену та гостру їжу



24 год

відмовтесь від молочних
продуктів, яєць, бананів та
потенційних алергенів



10 хв

до донації випий
солодкий чай



2 год

до донації
не палить



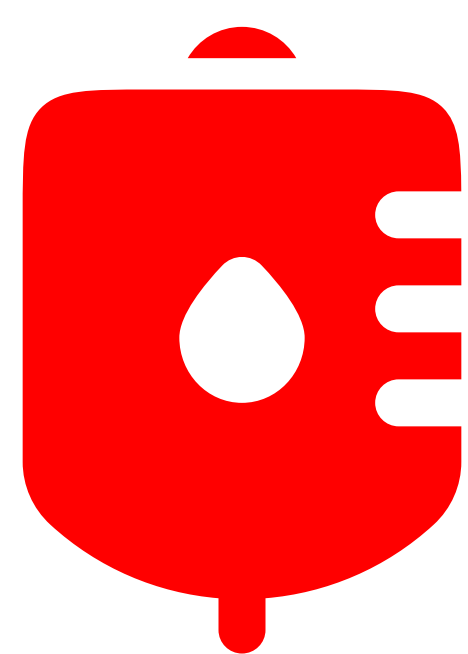
візьміть з собою
паспорт та
ідентифікаційний
код (Дія)



легко поснідайте з
дотриманням дієти
донора



ВРАНЦІ

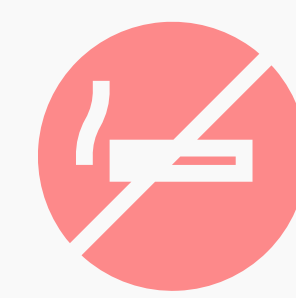


ПІСЛЯ ЗДАЧІ



15 хв

відпочинь у центрі крові, випий
води та перекуси (наприклад,
банан). Якщо відчуваєш слабкість,
повідом лікарів



2 год

не пали та
не сідай за кермо



**ПОВЕРТАЙСЯ НА
ДОНАЦІЮ КРОВІ
ЗА 60 ДНІВ!**



48 год

харчуйся повноцінно
та збалансовано, пий
удосталь води



24 год

не вживай алкоголь і
не навантажуй тіло
фізично



3 год

не знімай
пов'язку



**агенти
крові**

Чат-бот



bloodagents.com

