

If you donate today, but are concerned **FOR ANY REASON** that your blood may not be suitable for transfusion, please call **(559) 256-7429** as soon as possible. This is a completely confidential voice message phone line, which is open 24 hours a day, 7 days a week.

Results of your mini-physical

Temperature	_____
Hemoglobin	_____
Pulse	_____
Blood Pressure	_____

In addition, if you develop flu-like symptoms that include a fever $\geq 100^{\circ}\text{F}$, muscle and/or joint aches or weakness, headache, eye pain, swollen lymph nodes, a rash, bleeding, easy bruising (unrelated to your blood donation) or any other significant illness/condition within 14 days of donation, please report this to the blood center as soon as possible by calling **(559) 256-7429**. The symptoms described could be suggestive of West Nile Virus or other virus type infection and should be reported to the blood center as soon as possible to help ensure patient safety.

When calling please give us your blood unit #

Post Donation Instructions

If at any time you become faint or dizzy, either lie down or sit down with your head between your knees. If any symptoms persist, please call the Blood Center at 389-5433 Ext. 5901 (Fresno), 302-1300 (Visalia) or call your physician as necessary.

IMMEDIATELY AFTER DONATING:

- Relax for 10-15 minutes in the donor canteen area.
- Have something to drink and eat before leaving the Blood Center.
- Refrain from smoking for at least 30 minutes.

NEXT 2 HOURS:

- Bandage may be removed after 2 hours.
- If there is bleeding from the phlebotomy site, raise arm and apply pressure for 5-10 minutes. Reapply bandage.

NEXT 24 HOURS:

- Drink more fluids than usual and eat well.
- Do not consume alcoholic beverages.
- Refrain from heavy lifting and strenuous exercise.

NEXT 48 HOURS:

- Airline pilots and high altitude workers should consider limiting work-related activity.

Treatment of Bruises or Pain

Swelling, bruising, pain or discomfort at the needle site can occur from oozing or bleeding under the skin resulting from lifting heavy objects after donation or from difficulty during the donation process.

If you experience any of the above:

- Apply ice at home during first 24 hours for swelling or pain.
- Apply heat after 24 hours.
- For additional questions, call the Blood Center nurses at phone numbers listed above.

☺ Thank you for your donation. We look forward to seeing you again in eight weeks.

En caso de que usted done hoy, pero **POR CUALQUIER MOTIVO** le preocupe que su sangre quizás no sea adecuada para una transfusión, le rogamos llamar lo más pronto posible al **(559) 256-7429**. Esta línea telefónica funciona las 24 horas del día, 7 días de la semana, y le permite dejar mensajes de voz completamente confidenciales.

Resultados de su breve chequeo

Temperatura _____
Hemoglobina _____
Pulso _____
Presión arterial _____

Además, si en los 14 días siguientes a la donación le aparecen síntomas como fiebre ≥ 100 °F (38 °C), dolor o debilidad en los músculos y/o articulaciones, dolor de cabeza, dolor en los ojos, inflamación de los ganglios linfáticos, sarpullido, sangrado, propensión a formar moretones (sin relación con su donación de sangre) o cualquier otra enfermedad/problema de salud importantes, le rogamos llamar lo más pronto posible al Banco de Sangre al **(559) 256-7429**. Los síntomas antes mencionados podrían indicar la presencia del Virus del Nilo Occidental u otra clase de infección de tipo viral, y deben ser comunicados al Banco de Sangre lo más pronto posible para que podamos asegurarnos de la seguridad de los pacientes.

Al llamar, infórmenos del número de su unidad de sangre (*blood unit #*).

Instrucciones para después de la donación

En caso de que sienta mareos o que está a punto de desmayarse, acuéstese o bien siéntese y ponga la cabeza entre las rodillas.

Si los síntomas persisten, llame al Banco de Sangre al 389-5433 ext. 5901 (Fresno) o al 302-1300 (Visalia), o llame a su médico de cabecera si es necesario.

INMEDIATAMENTE DESPUÉS DE DONAR:

- Relájese durante 10-15 minutos en el recinto de descanso.
- Coma y beba algo antes de salir del Banco de Sangre.
- No fume antes de que hayan transcurrido al menos 30 minutos.

SIGUIENTES 2 HORAS:

- Se puede quitar la venda después de 2 horas.
- Si el lugar de la punción sangra, levante el brazo y aplíquese presión durante unos 5-10 minutos. Vuelva a ponerse la venda.

SIGUIENTES 24 HORAS:

- Beba más líquidos de lo usual y aliméntese bien.
- No consuma bebidas alcohólicas.
- No levante cargas pesadas ni haga ejercicios enérgicos.

SIGUIENTES 48 HORAS:

- Se recomienda que los pilotos de aeronaves y personas que trabajen a grandes alturas consideren limitar sus actividades laborales.

Tratamiento del dolor o moretones

Es posible que haya inflamación, moretones, dolor o malestar a causa de secreciones o sangre que se acumulan debajo de la piel del lugar de la punción, ya sea por cargar objetos pesados después de donar sangre o por dificultades que haya habido durante el proceso de donación.

En caso de que se le presente cualquiera de estos efectos:

- Aplíquese hielo en casa durante las primeras 24 horas para tratar la hinchazón o el dolor.
- Aplíquese calor después de 24 horas.
- Si tiene más preguntas, llame al personal de enfermería del Banco de Sangre a los teléfonos antes mencionados.

☺ Muchas gracias por su donación. Esperamos que vuelva a visitarnos dentro de 8 semanas.