

Post Donation information

A few simple precautions following your donation may help you avoid any post donation complications.

- Have a snack and something to drink in the canteen. Rest about 10-15 minutes.
- Increase your fluid intake for the next 24-48 hours, but avoid drinks with caffeine or alcohol.
- Avoid smoking for at least 30 minutes after donating.
- Eat well and do not skip meals.
- Avoid lifting more than you are accustomed to and avoid strenuous activities for the next 6 hours.
- Leave the bandage on your arm for 4 hours.

Within 24-48 hours your blood volume should return to pre-donation levels. It takes the average person four to eight weeks to replace red blood cells that were donated.

To help your body replenish the donated red blood cells, add more iron-rich foods to your diet.

Dizziness:

- If you feel dizzy or lightheaded, lie down with your feet elevated and rest until the feeling passes.
- If driving a car, pull over immediately.
- Avoid overheating and increase fluid intake for the next 48 hours.
- If the symptoms persist, please call the donor reaction hotline.

Bleeding:

- If the site where the needle was inserted begins to bleed, raise your arm and apply pressure for 15 minutes.
- Applying a cold compress to the site may help as well.

Bruising:

- If bruising or swelling develops, apply a cold compress to the area for 15 minutes every 4 hours for the first 24 hours or until the swelling decreases.
- After 24 hours, apply warm compresses for 15 minutes every 4 hours to alleviate discomfort.
- Avoid taking aspirin for pain initially as it may increase bruising.

DONOR REACTION HOT LINE: 210.379.0428 or 877.665.3667

- For IMMEDIATE ATTENTION regarding a reaction or injury, contact the reaction hot line or go to an emergency facility.
- For NON-EMERGENCY post donation reactions or injuries, call during normal business hours seven days a week.

South Texas Blood & Tissue Center (STBTC) does not assume financial responsibility for laboratory/diagnostic testing or medical treatment related to donation without prior approval from the Medical Director.

Other Problems:

- If you experience redness, oozing, pus, rash or red streaks on or around the phlebotomy site, call the donor reaction hot line immediately.
- If you become ill with fever of 100.5°F or higher, or experience other signs of illness (cough, congestion, swollen glands) within 7 days of donation, contact STBTC at 210.249.4414 or 800.292.5534, ext. 2414 and leave a brief description of your symptoms, your name, phone number and date of birth. A nurse will return your call.
- If you realize after donating that you do not meet the screening criteria, or you feel there is a reason your blood should not be used for transfusion, please call STBTC at 210.249.4414 or 800.292.5534, ext. 2414 and leave a brief message, your name, phone number and date of birth.
- For customer service related comments or complaints regarding your donation, please call 210.249.4466.

Thank You

We are grateful for each donor who comes to a donor room or a mobile drive. Whatever donation you make, patients are thankful for your lifesaving effort.

Visit our website at southtexasblood.org for more information about blood donation, scheduling a donation online, and donor room locations.



**South Texas
Blood & Tissue Center**



Connect for Life: #iGive

6211 IH 10 West at First Park Ten Blvd. • San Antonio, TX • 78201
southtexasblood.org • 210-731-5555 • 800-292-5534

Información para después de la donación

Estas sencillas medidas le ayudará a evitar complicaciones después de la donación.

- Tome algo de comer y beber mientras descansa 10-15 minutos en la sala de descanso.
- Beba más fluidos sin cafeína ni alcohol durante las 24 a 48 horas después de su donación,
- Evite fumar lo menos 30 minutos después de donar.
- No deje de comer una dieta bien balanceada regularmente.
- Evite levantar cosa más pesadas de lo normal y no participe en actividades esforzadas en las 6 horas siguientes a la donación
- Déjese la venda puesta en el brazo por 4 horas.

El volumen de su sangre vuelve a un nivel normal dentro de 24-48 horas. Los glóbulos rojos donados se reemplazan dentro de cuatro a ocho semanas.

Para ayudar el cuerpo a recuperarse, aumente su consumo de alimentos altos en hierro.

Mareo

- Si está mareado o débil, acuéstese inmediatamente con los pies elevados hasta que se sienta mejor.
- Si está manejando un vehículo, hágase a un lado inmediatamente.
- Evite recalentarse, y aumente el consumo de líquidos por 48 horas
- Si no se siente mejor, llame a la línea para el cuidado de reacciones.

Herida sangrante

- Si el lugar de la inserción de la aguja comienza a sangrar, levante el brazo y aplique presión al lugar por 15 minutos.
- La aplicación de una compresa fría puede ayudar.

Moretones

- Si tiene moretón o hinchazón, aplique una compresa fría al área por 15 minutos cada 4 horas por las primeras 24 horas o hasta que disminuya el área hinchada.
- Después de 24 horas, aplique compresas tibias por 15 minutos cada 4 horas para aliviar el dolor.
- No tome aspirina para el dolor porque puede aumentar el moretón.

Línea para el cuidado de reacciones 210-379-0428 ó 1-877-665-3667

- Si tiene alguna enfermedad o herida que requieren ATENCIÓN INMEDIATA, llame la línea de cuidado de reacciones o visite una sala de emergencia.
- Para enfermedades o heridas que NO SEAN DE EMERGENCIA, llame la línea de cuidado de reacciones el durante el día, cualquier día de la semana.

South Texas Blood & Tissue Center (STBTC) no toma responsabilidad financiera por ninguna prueba laboratorial/diagnóstica o gasto médico relacionado a su donación sin permiso previo del Director de Asuntos Médicos.

Otros problemas

- Si el sitio de del punzón se enrojece, suelta pus o materia, o se brota llame la línea de cuidado de reacciones inmediatamente.
- Si se siente mal con fiebre de 100.5°F o más alta, u otras indicaciones de enfermedad (toz, congestión, glándulas hinchadas) dentro de 7 días de donar, llame al 210.249.4414 o 800.292.5534, ext. 2414 y deje un mensaje que describe sus síntomas, con su nombre, teléfono y fecha de nacimiento. Una enfermera le devuelve su llamada.
- Si se da cuenta después de donar que usted no era elegible, o que hay una razón por lo cual su sangre no debe ser transfundida, llame al 210.249.4414 o 800.292.5534, ext. 2414 y deje un mensaje con su nombre, teléfono y fecha de nacimiento.
- Para comunicar sus comentarios o quejas acerca del servicio de su donación, llame al 210.249.4466.

Gracias

Gracias por haber donado. Cualquier sea su donación, los pacientes dan gracias por su deseo de salvar vidas.

Visite nuestro sitio www.southtexasblood.org para información de la donación de sangre, hacer una cita, y los sitios de nuestras salas de donación



**South Texas
Blood & Tissue Center**



Connect for Life: #iGive

6211 IH 10 West at First Park Ten Blvd. • San Antonio, TX • 78201
southtexasblood.org • 210-731-5555 • 800-292-5534