

La donación de sangre es un proceso sencillo, no produce daño en el donante y hacerlo puede salvar vidas. Luego de la donación, es posible que se produzcan algunos síntomas menores que se pueden aliviar siguiendo estas indicaciones:

## HEMATOMA



**Aplique compresas tibias para aumentar irrigación y absorción del hematoma.** En una semana debería disminuir la inflamación y en dos semanas el color. Se sugiere el uso de Arnikaderm.



## DEBILIDAD

**No realice acciones que involucren desgaste físico,** tome más líquido de lo habitual y consuma alimentos con glucosa.



## DESVANECIMIENTO

**Debe recostarse o sentarse y ubicar la cabeza entre las rodillas.** Afloje ropa y suelte cinturón. Controle su presión periódicamente. No es recomendable que vuelva a donar.



## MAREOS

**Tome más líquido de lo habitual** y consuma alimentos con glucosa.



## SANGRADO ZONA PUNCIÓN

**Debe comprimir la zona de la punción.** En caso que no se haya detenido, acercarse al Banco de sangre lo antes posible para ser evaluado por el Médico Asesor.

## DOLOR EN EL BRAZO



**Debe hacer reposo de la zona afectada.** Aplique compresas heladas 5 minutos 3 veces al día. Si es intenso, puede ingerir analgésicos o antiinflamatorios: Paracetamol + ibuprofeno o diclofenaco, cada 12 horas por 3 días (debe indicar si es alérgico a alguno de estos medicamentos). Si no hay mejora a los tres días, debe acercarse al Banco de sangre para ser evaluado por el Médico Asesor. En caso de alergias a todos los medicamentos mencionados, se informará al Médico Asesor, y una vez obtenida la respuesta, será contactado nuevamente.

## DOLOR INTENSO TIPO "CORRIENTE"



**Debe consumir analgésicos o antiinflamatorios al menos por cinco días:** Paracetamol + Ibuprofeno o Diclofenaco, cada 12 horas por 5 días (debe indicar si es alérgico a alguno de estos medicamentos). Si no hay mejora, debe acercarse al Banco de Sangre para ser evaluado por el Médico Asesor. En caso de alergias a todos los medicamentos mencionados, se informará al Médico Asesor, y una vez obtenida la respuesta, será contactado nuevamente.