

La sera prima della donazione dovresti scegliere una cena leggera.

Il mattino del prelievo è preferibile fare una colazione leggera a base di frutta fresca o spremute, tè o caffè poco zuccherati, pane non condito o altri carboidrati semplici.

Età compresa tra 18 e 60 anni
Peso corporeo superiore a 50kg
Stile di vita sano

Se hai questi 3 requisiti fondamentali, puoi procedere con il colloquio medico, che confermerà l' idoneità alla donazione

Principali criteri di esclusione permanente:

- malattie cardiovascolari
- neoplasie
- diabete
- alcolismo cronico
- tossicodipendenza

Cosa devi sapere

DONAZIONE DI SANGUE

Durata della donazione

10/15

min.

Volume del prelievo

450

ml.

DOPO IL PRELIEVO

Spuntino

Dopo il prelievo ti verrà offerto un ristoro per reintegrare i liquidi e migliorare il comfort post donazione.

Attività

Il giorno del prelievo, non svolgere attività oppure hobby rischiosi.

DIVENTARE DONATORE:

COME OTTENERE L'IDONEITÀ

1

Contatta la sede Avis più vicina a te e richiedi l'appuntamento

2

Presentati all'appuntamento: qui compilerai il questionario, incontrerai il medico per un colloquio e verrai sottoposto alla visita e agli esami del sangue.

3

Attendi l'esito della visita e il responso medico.

Se risulti idoneo, sei pronto per la tua prima donazione.