



## Post Donation Instructions

All medical procedures carry some risk of adverse events (AE), and blood donation is no exception. We have an obligation to inform donors of these risks:

- Phlebotomy related injuries which will disappear within few days:
  - Occasionally, a bruise may appear due to leakage of blood from the vein into the tissues around where the needle was inserted. Please apply cold compresses intermittently for 12–24 hours then use warm
  - Nerve irritation may result from large hematoma causing pressure on a nerve, or from direct irritation or injury of a small cutaneous nerve by the needle. Please contact Blood Bank nurse for advice, he/she will be contacting you to follow up.
- Sweating, nausea, dizziness/light-headedness, occur infrequently and is known as a vasovagal reaction due to the drop in blood pressure. Sit down immediately, don't operate heavy machinery. Seek medical attention, increase fluid intake. Contact Blood Bank Services for any questions or concerns.
- 8% of reactions occur after the donor has left the donor centre (usually within 6 hours of donation), if you develop any reaction that may be related to the blood donation please notify the blood bank nurse by calling Blood Bank Services at 8008722.

### Please Remember:

- Drink extra fluids for the next one to two days.
- Do not do any strenuous activities today such as gardening or lifting weight.
- Smoking is inadvisable within one hour of the donation.
- Avoid standing for a long period, especially in poorly ventilated areas.
- Please leave the plaster in place for 2 hours after donation. In case of re-bleeding, simply raise the arm above your head and apply pressure to the venepuncture site with your thumb for 10-15 minutes until the bleeding stops.
- If you develop any illness after your donation that may impact on a patient receiving your blood, please contact Blood Bank as soon as possible at 8008722.



## توجيهات ما بعد التبرع

**تحمل جميع الإجراءات الطبية قدراً من خطر المضاعفات العكسية بما فيها التبرع بالدم، ونحن ملتزمون بإبلاغ المتبرعين بهذه المضاعفات كـ :**

- إصابات تتعلق بسحب الدم والتي سوف تختفي خلال بضعة أيام:
  - أحياناً تظهر كدمة نتيجة تسرب الدم من الوريد إلى الأنسجة المحيطة بمكان دخول الأبرة. يرجى وضع أو استخدام كمادات باردة بشكل متقطع لمدة 12-24 ساعة ثم استخدام الكمادات الساخنة.
  - التهيج العصبي ربما يحدث نتيجة تجمع دموي كبير يضغط على العصب أو نتيجة لمس العصب بواسطة الأبرة. يرجى الاتصال بممرض بنك الدم للحصول على المشورة، وسوف نقوم بالتواصل معك للمتابعة.

- قد يحدث تعرق وغثيان ودوخة/دوار، وصداع خفيف ولكن بشكل نادر وهذا ما يعرف بتهيج العصب الحائر ويكون نتيجة انخفاض ضغط الدم. اجلس على الفور، ولا تقم بحمل الآلات الثقيلة. واطلب الرعاية الطبية وأكثر من شرب السوائل. تواصل مع خدمات بنك الدم إذا كانت لديك أي أسئلة أو استفسارات.

- 8% من المضاعفات التي تحدث بعد مغادرة المتبرع لمركز التبرع (عادة خلال 6 ساعات الأولى من التبرع)، إذا ظهرت لديك أي المضاعفات ناتجة عن التبرع بالدم، فيرجى إبلاغ الممرض في خدمات بنك الدم عن طريق الاتصال بنا على الأرقام التالية 8008722.

### تذكر الاتي من فضلك:

- أكثر من شرب السوائل خلال اليوم الأول أو اليومين التاليين بعد التبرع.
- لا تقم بأي أنشطة شاقة تحتاج إلى مجهود عضلي مثل رياضة حمل الأثقال.
- لا ينصح بالتدخين خلال الساعة الأولى من التبرع.
- تجنب الوقوف لفترة طويلة، خاصة في المناطق التي لا يوجد فيها تهوية جيدة.
- يرجى ترك الضماد (البلاستر) في مكانه لمدة ساعتين بعد التبرع. في حالة عودة النزيف، ما عليك سوى رفع ذراعك في مستوى أعلى رأسك واضغط على مكان الأبرة بإبهامك على موقع الوخز لمدة 10-15 دقيقة حتى يتوقف النزيف.
- إذا أصبت بأي مرض بعد تبرعك والذي يمكن أن يؤثر على المريض الذي سيتلقى دمك، فيرجى الاتصال ببنك الدم على الفور على الأرقام التالية 8008722.