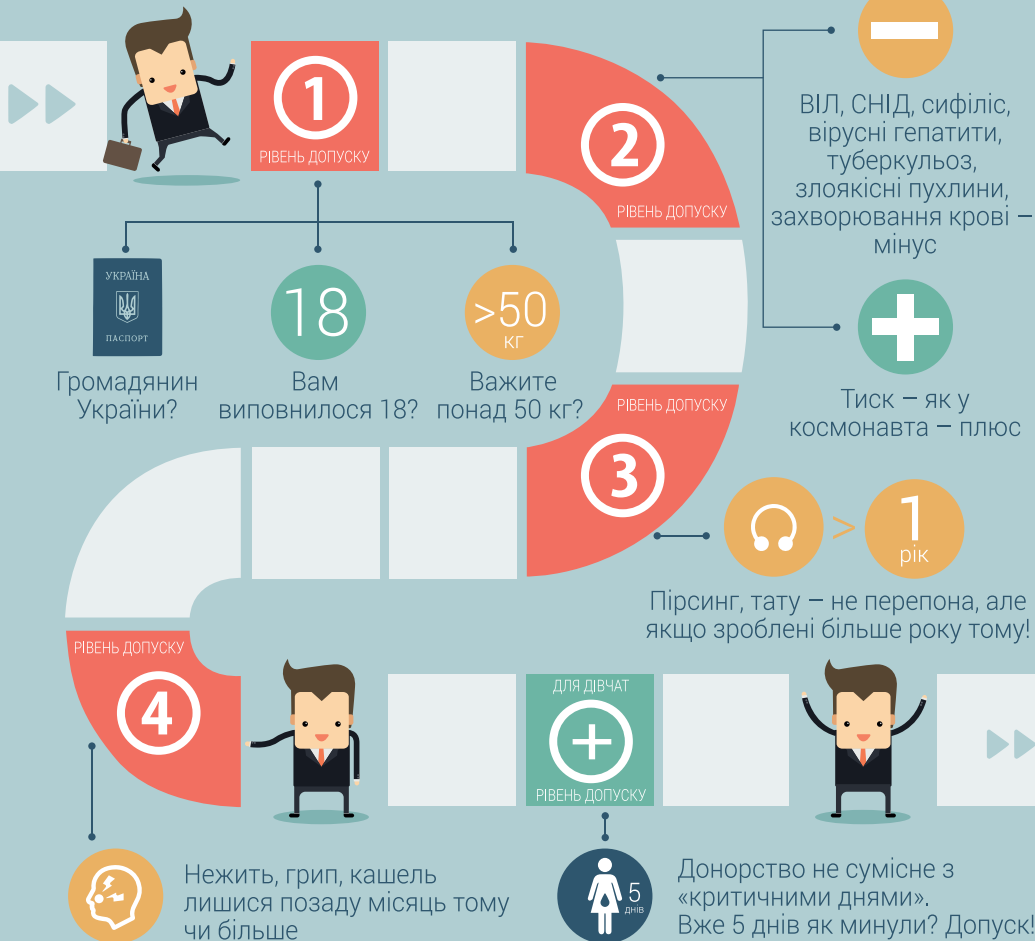


Як підготуватися до здачі крові?



Вирішили стати донором крові?
Підготуйтеся відповідально!





5
РІВЕНЬ ДОПУСКУ

ВИРІШАЛЬНІ
ТРИ ДНІ:

3



За ТРИ доби до здачі крові:
не вживаємо
ліки від болю, аспірин

2



За ДВІ доби:
не п'ємо
алкоголь



За ДОБУ до здачі:
не споживаємо
смажене, копчене,
жирне, молочне,
яйця, банани

1



1/2



Півдоби: легка вечеря.
Добре виспатись



Обов'язково: ситний і легкий сніданок
(БЕЗ яєшні, молока, смаженого, бананів).
Мінус куріння.
Плюс гарний настрій!

**РАНОК
ДОНОРА:**



Вітаємо! Ви виконали
всі умови і можете
бути донором!
Рятуйте світ відповідально!
Реєструйтеся на Donor.ua

Громадська ініціатива «Кров новин – новини крові». Проект реалізується за підтримки Посольства США в Україні. Погляди авторів не обов'язково збігаються з офіційною позицією уряду США. / Supported by the U.S. Embassy in Ukraine. The views of the authors do not necessarily reflect the official position of the U.S. Government.