

KAN VERDİKTEN SONRA DİKKAT ETMENİZ GEREKENLER

- Kan verdikten sonra en az 30 dk. kan merkezinden ayrılmayınız.
- İlk 4 saatte her zamankinden fazla sıvı içiniz.
- En az bir saat sigara içmeyiniz.
- Bir sonraki yemek saatinde alkollü içecek almayınız.
- Kan verdiğiniz kolunuzla ağır yük kaldırmayınız.
- Eğer baygınlık hissi veya baş dönmesi gibi şikayetleriniz olursa hemen bir yere uzanınız veya başınızı iki dizinizin arasına alacak şekilde oturunuz.
- Kendinizi iyi hissederseniz yarım saat içinde normal aktivitenize dönebilirsiniz. (Ağır veya tehlikeli işlerde çalışanlar lütfen sonraki sayfayı dikkate alınız..)

KAN VER HAYAT KURTAR KANIN TEK KAYNAĞI İNSANDIR

İlgili Makama,

“Ulusal Kan ve Kan Bileşenleri Hazırlama, Kullanım ve Kalite Güvencesi Rehberi”ne göre aşağıda **belirtilen** ve **benzer nitelikteki** işlerle veya hobilerle uğraşan bağışçılarının, kan bağışladıktan sonra 12-24 saat işlerine ya da bu uğraşlarına ara vermesi gerekir. Tehlikeli ve yaşamsal sonuçlara yol açmamak için bu uyarıyı dikkate almanızı öneririz.

Meslekler;

- Pilotlar
- Hava trafik kontrolörleri
- Ambulans sürücüleri
- Petrol tankeri, otobüs ya da tren sürücüleri
- Vinç operatörleri
- Yüksek yerlere tırmanmayı gerektiren veya düşme tehlikesi olan yerlerde çalışanlar
- Yeraltı madencileri
- Dalgıçlar
- İtfaiyeciler

Hobiler;

- Dalma
 - Tırmanma (dağcılık)
 - Planör sporu
 - Paraşüt sporu
- Motorlu sporlar

Doç. Dr. Yasemin HEPER
Dr. Raşit DURUSOY Kan
Merkezi Sorumlusu

***Bu önemli katkınızdan dolayı tekrar
teşekkür ederiz.***

***Erkek iseniz 90 gün, kadın iseniz 120 gün
sonra tekrar kan verebilirsiniz.***

Telefonumuz: 2953740

Kan bağışı için yakınlarınızı teşvik ediniz.

***Kana ihtiyacı olacak kişi sizin yakınınız da
olabilir.***

**BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK UYGULAMA VE ARAŞTIRMA
MERKEZİ
DR.RAŞİT DURUSOY KAN MERKEZİ
KAN BAĞIŞI SONRASI ÖNERİLER**



**KAN BAĞIŞLADIĞINIZ İÇİN
TEŞEKKÜR EDERİZ**