

Indicazioni per Aspiranti Donatori



Porta con te i tuoi referti

Se sai di essere affetto da condizioni di salute particolari, porta con te la **documentazione clinica** da mostrare al medico che effettuerà la visita.



Scatta una foto!

Se assumi **farmaci** o **integratori**, fai una foto alla confezione, in modo da poter ricordare facilmente il nome del prodotto che assumi.



Bevi molta acqua

Presentati al giorno del prelievo ben idratato, bevendo almeno **due litri** d'acqua al giorno nei giorni precedenti.



Farmaci

Se assumi **farmaci**, il giorno del prelievo segui la terapia abituale, proprio come negli altri giorni.



Stato di salute

Attendi qualche giorno in caso di **stati influenzali** o simili (temperatura corporea superiore ai 38° C).



Digiuno o leggera colazione

Digiuno o **leggera colazione** almeno due ore prima del prelievo (te o caffè senza zucchero, biscotti secchi, frutta, niente latticini o prodotti elaborati).



Se non ti sentissi bene...

Rimanda il prelievo fino a quando sarai nuovamente in salute, in caso di traumi significativi o patologie acute importanti.



Astieniti da sforzi fisici

Il giorno precedente al prelievo evita di praticare **attività fisiche** intense.

Per maggiori dettagli, scansiona il **QR Code** per accedere alla pagina dedicata sul sito AVIS o invia un'**e-mail** a: ufficiosanitario@avisre.it

