

NOTIZIE PER I DONATORI

DONAZIONE ED ALIMENTAZIONE

- **SPESSE UNA SITUAZIONE DI IPOGLICEMIA, SOPRATTUTTO AL MATTINO AL RISVEGLIO, PUO' ESSERE CAUSA DI FASTIDIOSI MALESSERI CHE POSSONO ESSERE INTERPRETATI, IN OCCASIONE DELLA DONAZIONE, COME CONSEGUENZA DEL PRELIEVO ESEGUITO (SANGUE INTERO O PLASMA)**
- **AL FINE DI RIDURRE TALI PROBLEMI, AL DONATORE DI SANGUE E' CONSENTITO DI EFFETTUARE UNA LEGGERA COLAZIONE LA CUI COMPOSIZIONE VARIA IN BASE AL TEMPO INTERCORRENTE TRA L'ASSUNZIONE DI ALIMENTI E LA DONAZIONE STESSA**
- **DI SOLITO, PER UNA DONAZIONE EFFETTUATA NELLE PRIME ORE DELLA MATTINA (ENTRO LE 10), E' PERMESSA L'ASSUNZIONE DI CAFFE' MACCHIATO O LATTE PARZIALMENTE SCREMATO O YOGURTH MAGRO O UN SUCCO DI FRUTTA CON UN PAIO DI BISCOTTI SECCHI O FETTE BISCOTTATE**
- **SE TRA LA COLAZIONE E LA DONAZIONE TRASCORRONO ALMENO QUATTRO ORE, SI PUO' FARE UNA COLAZIONE NORMALE EVITANDO COMUNQUE CIBI GRASSI (PANNA, CREMA, BURRO, AFFETTATI, FORMAGGI ECC.)**
- **COME DOLCIFICANTI E' CONSIGLIABILE USARE IL MIELE O IL FRUTTOSIO O LO ZUCCHERO DI CANNA IN MODICHE QUANTITA'**
- **DOPO LA DONAZIONE, OLTRE ALLA CONSUETA COLAZIONE DA CONSUMARSI PRESSO I BAR CONVENZIONATI, E' NECESSARIO ASSUMERE, IN GIORNATA, UNA DISCRETA QUANTITA' DI LIQUIDI (TRANNE BEVANDE ALCOOLICHE !)
NON SONO NECESSARI REGIMI ALIMENTARI DIVERSI DAL SOLITO**
- **SUBITO DOPO LA DONAZIONE SONO DA EVITARE BEVANDE MOLTO CALDE O MOLTO FREDE**

IL DIRETTORE

Paolo Petrucciani