Rock River Valley
BLOOD CENTER
Straight From the Heart

DONOR INSTRUCTIONS

Please review all documents in this binder:

- Blood Donor Educational Material
- Medication Deferral List
- Donor History Questions – Additional Questions
- Iron Supplementation
- Blood Donation Consent

Complete the blood donor questionnaire by answering each question. Refer to the binder materials for questions concerning the Medication Deferral List and Additional Questions.

If you have any questions about the materials in this binder or about the donation process, please don't hesitate to ask a Donor Care Associate.

Thank you for donating blood today!

ATTENTION DONORS

Effective November 2, 2026, significant changes were made to Donor Education Material Binder.

- Medication Deferral List content has been changed.

Please ask a Donor Care Associate

if you have questions about the changes.

YOU MUST READ THIS BEFORE YOU DONATE!

- **Your accurate and honest responses are critical to the safety of patients who receive blood transfusions.**
- Each question is necessary to fully evaluate the safety of your donation.
- As required by regulations, we are instructing you not to donate blood if you have a risk factor.
- If you don't understand a question, ask the blood center staff for assistance.
- YOUR RESPONSES ARE CONFIDENTIAL.

To determine if you are eligible to donate, we will:

- Ask about your health and medications you are taking or have taken.
- Ask if you have traveled to or lived in other countries.
- Ask about your risk for infections that can be transmitted by blood – especially HIV (which is the virus that causes AIDS), and viral hepatitis.
- Take your blood pressure, temperature, and pulse.
- Take a blood sample to be sure your blood count is acceptable before you donate.

If you are eligible to donate, we will:

- Clean your arm with an antiseptic (Tell us if you have any skin allergies).
- Use a sterile needle and tubing set to collect your blood.

We NEVER reuse a needle or tubing set.

WHAT HAPPENS AFTER YOUR DONATION

To protect patients, your blood is tested for hepatitis B and C, HIV, syphilis, and other infections. If your blood tests positive, it will not be given to a patient. You will be notified about any positive test result which may affect when you are eligible to donate in the future. There are times when your blood is not tested. If this occurs, you may not receive any notification. The blood center will not release your test results without your written permission unless required by law (e.g., to the Health Department).

DONOR ELIGIBILITY – SPECIFIC INFORMATION

Certain infectious diseases, such as HIV and hepatitis, can be spread through:

- Sexual contact
- Other activities that increase risk
- Blood transfusion

We will ask specific questions about sexual contact and other activities that may increase risk for these infections.

What do we mean by "sexual contact?"

The words "have sexual contact with" and "sex" are used in some of the questions we will ask you. These questions apply to all of the activities below, whether or not medications, condoms or other protection were used to prevent infection or pregnancy:

- Vaginal sex (contact between penis and vagina)
- Oral sex (mouth or tongue on someone's vagina, penis, or anus)
- Anal sex (contact between penis and anus)

A "new sexual partner" includes the following examples:

- Having sex with someone for the first time
  OR
- Having had sex with someone in a relationship that ended in the past, and having sex again with that person in the last 3 months.

HIV/Hepatitis risk factors

HIV and hepatitis are spread mainly by sexual contact with an infected person OR by sharing needles or syringes used by an infected person to inject drugs.

Rock River Valley BLOOD CENTER® Straight From the Heart

BLOOD DONOR EDUCATIONAL MATERIAL

YOU MUST READ THIS BEFORE YOU DONATE!

DO NOT DONATE if you:

- **Have EVER taken any medication to treat HIV infection.**
- **Are taking any medication to prevent HIV infection. These medications may be called: PrEP, PEP, TRUVADA, DESCOVY, APRETUDE or many other names.**

FDA-approved antiretroviral drugs are safe and effective in preventing sexual transmission of HIV. However, these antiretroviral drugs do not fully eliminate the virus from the body, and donated blood can potentially still transmit HIV infection to a transfusion recipient.

DO NOT STOP TAKING ANY PRESCRIBED MEDICATIONS IN ORDER TO DONATE BLOOD, INCLUDING PrEP and PEP MEDICATIONS.

DO NOT DONATE if you:

- Have **EVER** had a positive test for HIV infection.
- **In the past 3 months:**
  - Have had sexual contact with a new partner **and** have had anal sex.
  - Have had sexual contact with more than one partner **and** have had anal sex.
  - Have had sexual contact with anyone who has ever had a positive test for HIV infection.
  - Have received money, drugs, or other payment for sex.
  - Have used needles to inject drugs, steroids, or anything not prescribed by your doctor.
  - Have had sexual contact with anyone who has received money, drugs, or other payment for sex, **or** used needles to inject drugs, steroids, or anything not prescribed by their doctor.
  - Have had syphilis or gonorrhea or been treated for syphilis or gonorrhea.
- **In the past 12 months:**
  - Have been in juvenile detention, lockup, jail or prison for 72 hours or more consecutively.
- Have **EVER** had Ebola virus infection or disease.

DO NOT DONATE if you have these symptoms which can be present before you test positive for HIV:

- Fever
- Enlarged lymph glands
- Sore throat
- Rash

Your blood can transmit infections, including HIV, even if you feel well and all your tests are normal. Even the best tests cannot detect the virus for a period of time after you are infected.

DO NOT DONATE:

- If you think you may be at risk for HIV or other infections.
- If your purpose for donating is to obtain test results for HIV or other infections. Ask us where you can be tested for HIV and other infections.
- If your donation might harm the patient who receives your blood.

THANK YOU FOR DONATING BLOOD TODAY!

MEDICATION DEFERRAL LIST

DO NOT STOP taking medications prescribed by your doctor in order to donate blood.

Donating while taking these drugs could have a negative effect on your health or on the health of the recipient of your blood.

PLEASE TELL US IF YOU:

ARE BEING TREATED WITH ANY OF THE FOLLOWING TYPES OF MEDICATIONS:	OR HAVE TAKEN:		WHICH IS ALSO CALLED:	ANYTIME IN THE LAST:
Antiplatelet agents (usually taken to prevent stroke or heart attack)	Feldene		piroxicam	**2 Days**
	Effient		prasugrel	**3 Days**
	Brilinta		ticagrelor	**7 Days**
	Plavix		clopidogrel	**14 Days**
	Ticlid		ticlopidine	
	Zontivity		Vorapaxar	**1 Month**
Anticoagulants or "blood thinners" (usually taken to prevent blood clots in the legs and lungs and to prevent strokes)	Arixtra		fondaparinux	**2 Days**
	Eliquis		Apixaban	
	Fragmin		Dalteparin	
	Lovenox		Enoxaparin	
	Pradaxa		Dabigatran	
	Savaysa		edoxaban	
	Xarelto		rivaroxaban	
	Coumadin, Warfilone, Jantoven		Warfarin	**7 Days**
	Heparin, low-molecular-weight heparin			
Acne treatment	Accutane Amnesteem Absorica Claravis Myorisan Sotret Zenatane		Isotretinoin	**1 Month**
Multiple myeloma	Thalomid Revlimid		thalidomide lenalidomide	
Rheumatoid arthritis	Rinvoq		upadacitinib	
Hair loss remedy	Propecia		Finasteride	
Prostate symptoms	Proscar		Finasteride	
	Avodart Jalyn		Dutasteride	**6 Months**
Immunosuppressants	CD19/CD20 /CD52 B-cell depleting monoclonal antibody therapy	Briumvi Gazyva Kesimpta Lemtrada Ocrevus/Ocrevus Zunovo Rituxan/Riabni/Ruxience Truxima Uplizna	ublituximab obinutuzumab ofatumumab alemtuzumab ocrelizumab rituximab rituximab inebilizumab	
	Cellcept		mycophenolate mofetil	**6 Weeks**
Hepatitis exposure	Hepatitis B Immune Globulin		HBIG	**3 Months**
HIV prevention (also known as PrEP or PEP)	Any medication taken by mouth (oral) to prevent HIV	Truvada	emtricitabine and tenofovir disoproxil fumarate	
		Descovy	emtricitabine and tenofovir alafenamide	
	Injectable HIV prevention	Apretude Yeztugo	cabotegravir lenacapavir	**2 Years**
Basal cell skin cancer	Erivedge Odomzo		vismodegib sonidegib	**2 Years**
Relapsing multiple sclerosis	Aubagio		teriflunomide	
Rheumatoid arthritis	Arava		leflunomide	
Psoriasis	Soriatane		acitretin	**3 Years**
	Tegison		etretinate	**Ever**
HIV treatment	Any medication to treat HIV. May also be called antiretroviral therapy (ART)			
Experimental Medication				**12 Months**
Unlicensed (Experimental) Vaccine				

DONOR HISTORY QUESTIONNAIRE ADDITIONAL QUESTIONS

Do any of the following questions apply to you within the timeframes indicated?
Answering YES to a question does not necessarily defer you from donating blood today.

Have you…		Timeframe…
1	Had a blood transfusion?	In the last 4 months
2	Had a transplant such as organ, tissue, or bone marrow?	
3	Had a graft such as bone or skin?	
4	Come into contact with someone else's blood?	
5	Had an accidental needle stick?	
6	Had sexual contact with anyone who has ever had HIV/AIDS or has ever had a positive test for the HIV/AIDS virus?	
7	Had sexual contact with a prostitute or anyone else who has ever taken money or drugs or other payment for sex?	
8	Had sexual contact with anyone who has ever used needles to take drugs or steroids, or anything not prescribed by their doctor?	
9	**Male donors:** Had sexual contact with another male?	
10	**Female donors:** Had sexual contact with a male who had sexual contact with another male in the past 4 months?	
11	Had a tattoo?	
12	Had ear or body piercing?	
13	Used needles to take drugs, steroids, or anything not prescribed by your doctor?	
14	Received money, drugs, or other payment for sex?	
15	Had an endoscopic procedure with a biopsy?	
16	Spent time that adds up to 3 months or more in the United Kingdom countries of England, Northern Ireland, Scotland, Wales, the Isle of Man, the Channel Islands, Gibraltar, or the Falkland Islands?	From 1980 through 1996
17	Spent time that adds up to 5 years or more in France or Ireland? (Northern Ireland not included.)	From 1980 through 2001
18	Received a blood transfusion in France, Ireland, England, Northern Ireland, Scotland, Wales, the Isle of Man, the Channel Islands, Gibraltar, or the Falkland Islands?	From 1980 to the present
19	Had a cornea transplant?	Ever
20	Been diagnosed with hepatitis B or hepatitis C?	
21	Had a blood relative diagnosed with Creutzfeldt-Jakob disease?	
22	Been treated with human pituitary substance (also known as human growth hormone) derived from pituitary glands?	

IRON SUPPLEMENTATION

*The Rock River Valley Blood Center, in conjunction with AABB, strongly recommends that donors replenish iron lost through the donation process:

- We recommend that successful red cell or whole blood donors take an iron supplement daily for up to 60 days (8 weeks). The amount of iron recommended is between 18-36 mg. Please follow the manufacturers recommended dosage and **do not** take more than recommended for the product selected.
    - Multivitamin tablets labeled as containing iron may be used. Most vitamins labeled "senior" or "silver" do not contain iron.
    - Different types of iron salts (e.g., sulfate and gluconate) seem to be equally effective.
    - Some drug store chains have 28 mg ferrous gluconate tablets available at a low price.

- Check with your doctor before taking iron if you or any family member has a history of:
    - Hemochromatosis,
    - Familial polyposis
    - Colon cancer

- If you experience any stomach or gastrointestinal upset, stop the iron until you are free of symptoms.

On Behalf of the patients and their families THANK YOU for your willingness to donate blood and/or platelets. You are making a difference in the lives of many.

Rock River Valley
BLOOD CENTER
Straight From the Heart

INSTRUCCIONES PARA LOS DONANTES

Lea todos los documentos incluidos en esta carpeta:

- Material orientativo para los donantes de sangre
- Lista de medicamentos incompatibles
- Cuestionario sobre el historial médico del donante, preguntas adicionales
- Suplemento de hierro
- Consentimiento para la donación de sangre

Complete el Cuestionario del donante respondiendo todas las preguntas. Consulte los materiales incluidos en la carpeta en caso de dudas con la lista de medicamentos incompatibles y las preguntas adicionales.

Si tiene alguna pregunta sobre los materiales incluidos en esta carpeta o sobre el proceso de donación, consulte a un asistente clínico de donantes.

¡Gracias por donar sangre!

ATENCIÓN DONANTES

Con entrada en vigencia el 2 de noviembre de 2026, se realizaron importantes cambios a la Carpeta de Material Educativo para el Donante.

- Se ha modificado el contenido del Material Educativo para el Donante de Sangre.

Si tiene alguna duda sobre estos cambios, consulte a un asistente clínico de donantes.

¡DEBE LEER ESTO ANTES DE DONAR!

- **Sus respuestas precisas y honestas son fundamentales para la seguridad de los pacientes que reciben transfusiones de sangre.**
- Cada pregunta es necesaria para evaluar plenamente la seguridad de su donación.
- Como exige la normativa, le indicamos que no done sangre si tiene un factor de riesgo.
- Si no entiende alguna pregunta, pida ayuda al personal del centro hematológico.
- SUS RESPUESTAS SON CONFIDENCIALES.

Para saber si puede donar, lo llamaremos:

- Pregunte por su salud y por los medicamentos que toma o ha tomado.
- Pregunte si ha viajado o vivido en otros países.
- Pregunte sobre su riesgo de contraer infecciones que pueden transmitirse por la sangre, especialmente el VIH (que es el virus que causa el SIDA) y la hepatitis vírica.
- Tome la presión arterial, la temperatura y el pulso.
- Tome una muestra de sangre para asegurarse de que su hemograma es aceptable antes de donar.

Si está dispuesto a donar:

- Limpiaremos el brazo con un antiséptico (Díganos si tiene alguna alergia cutánea).
- Utilizaremos una aguja y un tubo estériles para extraer la sangre.

NUNCA reutilizaremos una aguja o un tubo.

QUÉ OCURRE DESPUÉS DE SU DONACIÓN

Para proteger a los pacientes, su sangre se analiza para detectar hepatitis B y C, VIH, sífilis y otras infecciones. Si su sangre da positivo, no se la daremos a ningún paciente. Se le notificará sobre cualquier resultado positivo que pueda afectar una donación futura. Hay ocasiones en las que no se analiza su sangre; si esto ocurre, es posible que no reciba ninguna notificación. El centro hematológico no divulgará los resultados de sus análisis sin su autorización por escrito, a menos que lo exija la ley (por ejemplo, al Departamento de Sanidad).

ELEGIBILIDAD DEL DONANTE - INFORMACIÓN ESPECÍFICA

Ciertas enfermedades infecciosas, como el VIH y la hepatitis, pueden contagiarse a través de:

- Contacto sexual
- Otras actividades que aumentan el riesgo
- Transfusión de sangre

Le haremos preguntas específicas sobre el contacto sexual y otras actividades que puedan aumentar el riesgo de contraer estas infecciones.

¿Qué entendemos por "contacto sexual"?

Las palabras "tener contacto sexual" y "sexo" se utilizan en algunas de las preguntas que le haremos. Estas preguntas se aplican a todas las siguientes actividades, independientemente de que se hayan utilizado medicamentos, preservativos u otro tipo de protección para prevenir infecciones o embarazos:

- Sexo vaginal (contacto entre el pene y la vagina)
- Sexo oral (boca o lengua en la vagina, pene o ano de otra persona)
- Sexo anal (contacto entre el pene y el ano)

Una "nueva pareja sexual" incluye los siguientes ejemplos:

- Tener relaciones sexuales con alguien por primera vez O
- Haber tenido relaciones sexuales con alguien en una relación que terminó en el pasado y volver a tener relaciones sexuales con esa persona en los últimos 3 meses.

Factores de riesgo del VIH/Hepatitis

El VIH y la hepatitis se transmiten principalmente por contacto sexual con una persona infectada O por compartir agujas o jeringa utilizadas por una persona infectada para inyectarse drogas.

MATERIAL EDUCATIVO PARA DONANTES DE SANGRE

¡DEBE LEER ESTO ANTES DE DONAR!

NO DONE si:

- **Alguna vez ha tomado algún medicamento para tratar el VIH.**
- **Está tomando algún medicamento para prevenir la infección por VIH. Estos medicamentos pueden llamarse: PrEP, PEP, TRUVADA, DESCOVY, APRETUDE o muchos otros nombres.**

Los fármacos antirretrovirales aprobados por la FDA son seguros y eficaces para prevenir la transmisión sexual del VIH. Sin embargo, estos medicamentos antirretrovirales no eliminan por completo el virus del organismo y la sangre donada puede seguir transmitiendo la infección por el VIH al receptor de la transfusión.

NO DEJE DE TOMAR NINGÚN MEDICAMENTO PRESCRITO PARA DONAR SANGRE, INCLUIDOS LOS MEDICAMENTOS PrEP y PEP.

NO DONE si:

- **ALGUNA** vez se ha sometido a una prueba positiva de infección por VIH.
- **En los últimos 3 meses:**
  - Ha tenido contacto sexual con una nueva pareja **y** ha practicado sexo anal.
  - Ha tenido contacto sexual con más de una pareja **y** ha practicado sexo anal.
  - Ha tenido contacto sexual con alguien que haya dado positivo en una prueba de detección del VIH.
  - Ha recibido dinero, drogas u otro tipo de pago por mantener relaciones sexuales.
  - Ha utilizado agujas para inyectarse drogas, esteroides o cualquier cosa que no le haya prescrito su médico.
  - Ha tenido contacto sexual con alguien que haya recibido dinero, drogas u otro tipo de pago por mantener relaciones sexuales o que haya utilizado agujas para inyectarse drogas, esteroides o cualquier cosa no prescrita por su médico.
  - Ha tenido sífilis/gonorrea o ha recibido tratamiento para la sífilis/gonorrea.
- **En los últimos 12 meses:**
  - Ha estado en un centro de detención de menores, un centro de internamiento, una cárcel o una prisión durante 72 horas consecutivas o más.
- **ALGUNA** vez ha padecido una infección o enfermedad por el virus del Ébola.

NO DONE si tiene estos síntomas que pueden estar presentes antes de dar positivo en la prueba del VIH:

- Fiebre
- Ganglios linfáticos agrandados
- Garganta irritada
- Erupción cutánea

Su sangre puede transmitir infecciones, incluido el VIH, aunque se sienta bien y todos sus análisis sean normales. Incluso los mejores análisis no pueden detectar el virus durante un periodo después de que se infecte.

NO DONE:

- Si cree que puede estar en riesgo de contraer el VIH u otras infecciones.
- Si su propósito al donar es obtener resultados de pruebas de VIH u otras infecciones. Pregúntenos dónde puede hacerse las pruebas del VIH y otras infecciones.
- Si su donación puede perjudicar al paciente que reciba su sangre.

¡GRACIAS POR DONAR SANGRE HOY!

LISTA DE MEDICAMENTOS QUE EXIGEN EL APLAZAMIENTO

NO DEJE de tomar los medicamentos recetados por su médico para donar sangre. Donar mientras toma estos medicamentos podría tener un efecto negativo en su salud o en la salud del receptor de su sangre. DÍGANOS SI:

Se le está tratando con los siguientes tipos de medicamentos:	O ha tomado:		También conocido como:	En los últimos:
Agentes antiplaquetarios (generalmente se toman para prevenir un derrame cerebral o un infarto de miocardio)	Feldene		piroxicam	**2 Días**
	Effient		prasugrel	**3 Días**
	Brilinta		ticagrelor	**7 Días**
	Plavix		clopidogrel	**14 Días**
	Ticlid		ticlopidina	
	Zontivity		vorapaxar	**1 Mes**
Anticoagulantes o "diluyentes de la sangre" (generalmente para prevenir coágulos de sangre en las piernas y los pulmones y para evitar los derrames cerebrales)	Arixtra		fondaparinux	**2 días**
	Eliquis		apixabán	
	Fragmin		dalteparina	
	Lovenox		enoxaparina	
	Pradaxa		dabigatrán	
	Savaysa		edoxabán	
	Xarelto		rivaroxabán	
	Coumadin Warfilone Jantoven		warfarina	**7 Días**
	Heparina, heparina de bajo peso molecular			
Tratamiento para el acné	Accutane Amnesteem Absorica Claravis Myorisan Sotret Zenatane		isotretinoin	**1 Mes**
Mieloma múltiple	Talomida Revlimid		thalidomide lenalidomida	
Artritis reumatoide	Rinvoq		upadacitinib	
Tratamiento para la pérdida de cabello	Propecia		finasteride	
Síntomas de la próstata	Proscar		finasteride	
	Avodart Jalyn		dutasteride	**6 Meses**
Inmunodepresor	Terapia con anticuerpos monoclonals depletores de células B (CD19/CD20/ CD52)	Briumvi Gazyva Kesimpta Lemtrada Ocrevus/Ocrevus Zunovo Rituxan/Riabni/Ruxience Truxima Uplizna	ublituximab obinutuzumab ofatumumab alemtuzumab ocrelizumab rituximab rituximab inebilizumab	
	Cellcept		mofetil micofenolato	**6 Semanas**
Exposición a la hepatitis	Inmunoglobulina de la hepatitis B		HBIG	**3 meses**
Prevención del VIH (PrEP y PEP)	Cualquier medicamento por vía oral (por boca) para prevenir el VIH	Truvada	emtricitabina y tenofovir disoproxil fumarato	
		Descovy	emtricitabina y tenofovir alafenamida	
	Prevención inyectable del VIH	Apretude Yeztugo	cabotegravir lenacapavir	**2 años**
Cáncer de piel de células basales	Erivedge Odomzo		Vismodegib sonidegib	**2 años**
Esclerosis múltiple recurrente	Aubagio		teriflunomida	
Artritis reumatoide	Arava		leflunomida	
Psoriasis	Soriatane		acitretina	**3 años**
	Tegison		etretinato	**En cualquier momento**
Tratamiento del VIH	**Cualquier medicamento para tratar el VIH. También conocido como terapia antirretroviral (TAR)**			
Medicamentos experimentales				**12 meses**

PREGUNTAS ADICIONALES DEL CUESTIONARIO DE HISTORIAL DE DONANTE

¿Algunas de las siguientes preguntas aplica a su caso dentro de los plazos indicados?

El hecho de responder afirmativamente alguna de las preguntas no necesariamente le impide donar sangre.

¿Usted…		**Período…**
1	¿Recibió una transfusión de sangre?	En los últimos 4 meses
2	¿Recibió un trasplante, por ejemplo, de un órgano, tejido o médula ósea?	
3	¿Recibió un injerto de piel u óseo?	
4	¿Entró en contacto con la sangre de otra persona?	
5	¿Se picó accidentalmente con una aguja?	
6	¿Tuvo contacto sexual con alguien que haya tenido VIH/SIDA o que alguna vez haya dado positivo en una prueba para el virus del VIH/SIDA?	
7	¿Tuvo contacto sexual con una prostituta o con cualquier otra persona que haya recibido dinero, drogas u otro tipo de pago a cambio de sexo?	
8	¿Tuvo contacto sexual con alguien que alguna vez haya usado agujas para administrarse drogas o esteroides, o cualquier producto no recetado por su medico?	
9	**Donadores masculinos:** ¿Tuvo contacto sexual con otro hombre?	
10	**Donadoras:** ¿Tuvo contacto sexual con un hombre que haya tenido contacto sexual con otro hombre en los últimos 4 meses?	
11	¿Se hizo un tatuaje?	
12	¿Se perforó la oreja o cualquier otra parte del cuerpo?	
13	¿Ha usado agujas para administrarse medicamentos, esteroides o cualquier otro producto no recetado por su medico?	
14	¿Recibió dinero, drogas u otro tipo de pago a cambio de sexo?	
15	¿Se ha sometido a un procedimiento endoscópico con una biopsia?	
16	¿Ha pasado un periodo que sume tres meses o más en los siguientes países del Reino Unido: Inglaterra, Irlanda del Norte, Escocia, Gales, la Isla de Man, las Islas del Canal, Gibraltar o las Islas Malvinas?	De 1980 a 1996
17	¿Ha pasado un period que sume cinco años o más en Francia o Irlanda? El tiempo que haya pasado en Irlanda no incluye el tiempo en Irlanda del Norte.	De 1980 a 2001
18	¿Ha recibido una transfusion de sangre en Francia, Irlanda, Inglaterra, Irlanda del Norte, Escocia, Gales, la Isla de Man, las Islas del Canal, Gibraltar o las Islas Malvinas?	De 1980 a la fecha
19	¿Ha recibido un trasplante de córnea?	Alguna vez
20	¿Ha tenido hepatitis B o hepatitis C?	
21	¿Alguno de sus familiares ha padecido la enfermedad de Creutzfeldt-Jacob?	
22	¿Un tratamiento con alguna sustancia pituitaria de origen humano (también llamada hormona del crecimiento humano) obtenida de las glándulas pituitarias?	

SUPLEMENTO DE HIERRO

*El Rock River Valley Blood Center, conjuntamente con AABB, recomienda encarecidamente a los donantes repongan el hierro perdido a través del proceso de donación:

- Recomendamos que después de la donación, todos los donantes empiecen a tomar un suplemento de hierro diario durante 60 días (8 semanas). La cantidad de hierro recomendada es de 18-36 mg. (Por favor, siga la dosificación recomendada por el fabricante y **NO** tome más cantidad de la cantidad recomendada en el producto escogido).
    - Pueden utilizarse las tabletas multivitaminas etiquetadas con contenido de hierro (la mayoría de vitaminas denominadas “senior” o “silver” no contienen hierro).
    - Diferentes sales de hierro (p.ej. sulfato y gluconato) parecen ser igualmente efectivas.
    - Algunas cadenas de farmacia tienen tabletas de 28 mg de gluconato férrico disponibles a precio reducido.
- Si Usted o algún miembro de la familia tiene un historial de hemocromatosis, poliposis familiar o cáncer de colon, consulte con su doctor antes de tomar hierro.
- Si tiene cualquier trastorno gastrointestinal, interrumpa la ingestión de hierro hasta que esté libre de síntomas.

En nombre de un paciente agradecido,
acepte nuestras sinceras gracias.