



**Odola  
ematea  
bizitza da**

**Donar  
sangre  
es vida**

**ABENDUAK 17 DICIEMBRE**

**OION**

**OSASUN ZENTROA**

**CENTRO SALUD**

**ORDUA / HORA: 17 – 20**



**Osakidetza**

TRANSFUSIO ETA GIZA EHUNEN EUSKAL ZENTROA  
CENTRO VASCO DE TRANSFUSIÓN Y TEJIDOS HUMANOS

[www.donantes2punto0.eus](http://www.donantes2punto0.eus)

**Teléfono de información: 900.303.404**



**Arabako Odol Emileen Elkartea  
Asociación Donantes de Sangre de Alava**

## ODOLA EMAN / DONA SANGRE ABENDUAK 17 DICIEMBRE

# OION

OSASUN ZENTROA – CENTRO DE SALUD  
ORDUA / HORA: 17 – 20

### ODOLA EMATEKO ARRAZOIAK

\* Odola beharrezkoa da, eta ezin da laborategian egin, giza odolak beste ezerk ez dezake pertsona salbatu.

\* Zeuk edo zeure familiak, beharbada, beste pertsona batzuen odola beharko duzue egunen batean.

\* Gogoan izan odol-osagaien epe-muga honako hau dela: Plaketak 5 egun, Globulu gorriak 42 egun, Plasma urte 1.

### JAKIN BEHARREKOAK

1º.- Aldez aurreko kontrol medikoa egiten da.

2º.- Odola eman ahal izateko 18 urtetik gorakoa eta 70 urtetik beherakoa izan behar da, eta 50 Kg.-ko pisua, gutxienez. N.A.N. arekin.

3º.- Ez daukazu baraurik etorri beharrik. Bakarrik, ez eman odolik otordua hartu eta 2 ordu baino lehen.

4º.- 450 cc. ateratzen dira, eta ez dauka inolako eraginik emaillearen odol bolumenari dagokionez. Bolumen hori berehala berritzen da, zerbait edatean.

5º.- Urte betean, emakumeek hiru aldiz eman dezakete odola, eta gizonek lau aldiz.

### RAZONES PARA DAR SANGRE

\* La sangre es necesaria y no se puede fabricar, sólo la sangre humana puede salvar a la persona.

\* Tú o tu familia podéis necesitar algún día de la de otras personas.

\* Recuerda que la caducidad de los componentes sanguíneos es: Plaquetas 5 días, Glóbulos Rojos 42 días, Plasma 1 Año.

### NOTAS DE INTERÉS

1º.- Control médico previo a la donación.

2º.- Para donar sangre hay que tener más de 18 años y menos de 70, y pesar 50 kg. mínimo. Con D.N.I.

3º.- No hay que estar en ayunas. Sólo tener la precaución de no donar antes de transcurridas 2 horas después de una comida copiosa.

4º.- La extracción es de 450 cc. y no tiene consecuencias para el volumen sanguíneo. Este volumen se repone inmediatamente al beber líquido.

5º.- El número de donaciones al año puede ser tres para las mujeres y cuatro para los hombres.