

РАЗБУДИ

SOS ЗНАНИЕ

твоя кровь спасет жизнь

ПРОЯВИ

SOS СТРАДАНИЕ

твоя кровь спасет жизнь

ОКАЖИ

SOS ДЕЙСТВИЕ

твоя кровь спасет жизнь

Накануне сдачи крови и ее компонентов
донуру **ЗАПРЕЩАЕТСЯ** употребление:

1. Молоко и кисломолочные продукты
2. Сливочное и растительное масло
3. Яйца
4. Жареные и копченые блюда
5. Кондитерские изделия с кремом
6. Помидоры
7. Майонез
8. Семечки, орехи
9. Колбаса, сало
10. Мясо птицы
11. Рыба
12. Лекарственные средства

В течение 3-х суток перед сдачей крови
НЕЛЬЗЯ
курить и принимать спиртное.

Накануне сдачи крови **рекомендуется:**

1. Низкокалорийное питание
2. Употребление жидкости более 2л/сут.
3. Отварные макароны
4. Хлеб без масла
5. Джем, варенье
6. Чай с сахаром
7. Овощи, фрукты



ОБЛАСТНАЯ
СТАНЦИЯ
ПЕРЕЛИВАНИЯ
КРОВИ

г. Владимир, ул. Студенческая, д. 5, тел. для справок: 53-74-57