

### BÄSTE BLODGIVARE

Varmt tack för Ditt senaste besök vecka 90-22.  
Du har nu utfört 37 tappningar.

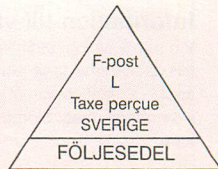
Ditt hemoglobinvärde (Hb) var 158 g/L.  
För blodgivning erfordras högre värde än 125 g/L.

Ditt sänkavärde (SR) var 04 mm.  
För blodgivning erfordras lägre värde än 20 mm.

Ny kallelse erhålles tidigast vecka 90-34 till  
blodgivning.

För ev. angivet Hb - värde gäller:  
Värden, tagna före blodtappning eller vid kontroll, ligger cirka  
5 g/L högre än värden tagna efter tappning. Vad som "erfordras"  
kan därför variera beroende på hur provet tagits.

B



### Begränsad eftersändning

Om adressaten har begärt eftersändning på grund av definitiv avflyttning, skall försändelsen återsändas med uppgift om den nya adressen.

570130  
SUNDBLADSGRENS VÄGEN  
KATRINELUNDSVÄGEN 5 C  
722 19 VÄSTERÅS

## Information till våra blodgivare

Vid blodgivning utdelas järntabletter. Av dessa tages 1 tablett till kvällen tills tablettorna tagit slut. I övrigt rekommenderas för blodgivare en järnrik kost, ex. kött, blodmat och grönsaker. Diskutera gärna eventuella problem i samband med blodgivning och järnmedicinering med blodcentralens läkare.



HÖG JÄRNHALT I KÄKET IDAG,  
HILDA!

Normalkosten innehåller cirka 15-20 mg järn per dag, av vilket kroppen tillgodogör sig 5-15%, vilket räcker för att täcka den normala dagsförlusten av järn. Det räcker dock inte för att täcka blodgivarens extraförlust, vilken kan uppskattas till cirka 3,3mg järn per dag. Förebyggande järnbehandling är därför nödvändig.

## BLODGIVAREN

en betydelsefull medarbetare  
i modern sjukvård.

Behovet av blodgivare ökar. Vi är tack-  
samma om Du hjälper oss att värva fler  
blodgivare genom att göra propaganda  
för vår verksamhet bland vänner och  
bekanta.

