

VÄSTMANLANDS LÄNS LANDSTING  
LASARETTET

**BÄSTE BLODGIVARE**

Varmt tack för Ditt senaste besök 1995-04-10  
Du har utfört 56 tappningar.

Ditt hemoglobinvärde (Hb) var 139 g/L  
För blodgivning erfordras högre värde än 125 g/L

Ny kallelse till BLODGIVNING  
erhålles tidigast 1995-08-08

För angivet Hb-värde gäller:

Värden, tagna före blodtappning eller vid kontroll, ligger  
cirka 10 g/L högre än värden tagna efter tappning. Vad som  
"erfordras" kan därför variera beroende på hur provet tagits.

**B**

VÄSTERÅS 1P

PORTO BETALT  
PORT PAYÉ

P.253

Begränsad eftersändning

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



SUNDGREN HANS  
TESSINGATAN 3 B  
722 16 VÄSTERÅS

## Information till våra blodgivare

Vid blodgivning utdelas järntabletter. Av dessa tages 1 tablett till kvällen tills tablettarna 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.

## B L O D G I V A R E N

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.

