



المجلس الصحي السعودي
Saudi Health Council

المواد التثقيفية للمتبرعين واستمارة الموافقة على التبرع بالدم

Blood Donor Educational Material and Donor Consent





ما تحتاج معرفته عن التبرع بالدم

شكراً جزيلاً لرغبتك في التبرع بالدم!
توضح هذه النشرة كيف يمكنك مساعدتنا في جعل عملية التبرع آمنة لك وللمرضى الذين تتبرع لهم بدمك.

يرجى قراءة هذه المعلومات قبل التبرع!

إذا كان لديك أي أسئلة الآن أو في أي مرحلة خلال عملية الفحص، يرجى سؤال موظف بنك الدم؛ فليديه الإجابة عن كل استفساراتك.

تذكر أنه يمكنك مناقشة أي مخاوف مع موظفي بنك الدم، وتأكد أن ذلك سيكون محل سرية كاملة.

ستغطي هذه النشرة الأقسام الآتية:

- كيفية الاستعداد للتبرع بالدم
- ماذا يحدث في يوم زيارة التبرع بالدم؟
- ماذا يجب عليك فعله بعد التبرع بالدم؟
- ما هي الآثار الجانبية المحتملة للتبرع بالدم وماذا تفعل حيالها؟
- ما هي الأمراض المعدية التي يمكن أن تنتقل عن طريق الدم؟
- ماذا يحدث للدم المتبرع به؟

كيفية الاستعداد للتبرع بالدم

- أحضر بطاقة الهوية الوطنية أو الإقامة وقائمة بالأدوية التي تستخدمها.
- تأكد من الحصول على قسط كافٍ من النوم في الليلة السابقة للتبرع.
- تناول وجبة قبل التبرع بالدم.
- يرجى تأجيل التبرع بالدم إذا كنت صائماً أو لم تنم جيداً لتجنب الدوار.



ماذا يحدث في يوم زيارة التبرع بالدم

التسجيل

- سنقوم بتسجيلك باستخدام رقم بطاقة هويتك والتحقق من معلوماتك في نظامنا
- سنتحقق من زيارتك السابقة
- سنعطي لك مواداً تثقيفية ينبغي قراءتها جيداً قبل البدء في الخطوات الأخرى

استبانة المتبرعين بالدم

تضم الاستبانة أسئلة عن:

- صحتك وأدويتك والرحلات التي قمت بها مؤخراً
- معرفة ما إذا كنت قد تكون معرضاً لخطر الإصابة بالتهاب الكبد وفيروس نقص المناعة المكتسب (الإيدز) وغيرها

ويجب عند الإجابة عن الاستبانة مراعاة:

- التأكد من معرفة الإجابة، وإذا لم تكن متأكداً، اتركها فارغة وناقشها مع موظف بنك الدم خلال المقابلة
- أهمية الدقة والصدق في الإجابة عن الأسئلة؛ إذ أن ذلك جزء أساسي لحفظ سلامتك وسلامة المرضى، خاصة أن بعض الأمراض قد تنتقل لمريض عن طريق الدم رغم عدم ظهور دلائلها في الفحوصات. وتذكر أن إجاباتك ستبقى سرية ولن يتم مشاركتها.

المقابلة

- سيقوم موظف مدرب من بنك الدم بإجراء المقابلة معك في غرفة خاصة، مع ضمان راحتك وخصوصيتك
- سيراجع الموظف إجاباتك عن الاستبانة
- سيجيب الموظف عن استفساراتك وأسئلتك

الفحص الطبي

- سيقاس وزنك وضغط دمك ودرجة حرارتك ونبضك
- ستؤخذ عينة صغيرة من الدم من إصبعك للتأكد من أنك لست مصاباً بفقر الدم



سحب الدم

- ستنظف ذراعك بمطهر (أخبرنا إذا كنت تعاني من حساسية للمطهر)
- ستستخدم أدوات جديدة ومعقمة لسحب دمك. وتستخدم هذه المواد مرة واحدة فقط؛ ما يحميك من الإصابة بمرض معدٍ.
- سيتم سحب ٤٠٠-٥٠٠ مل من الدم مما لا يتجاوز ٨-١٠٪ من كمية الدم الموجودة في جسمك، وسيقوم جسمك بتعويضها في فترة بسيطة بإذن الله
- يستغرق التبرع حوالي ١٠ دقائق

بعد التبرع

- ستقدم لك بعض المشروبات
- لا تغادر بنك الدم إلا بعد الاطمئنان عليك

ماذا يجب عليك فعله بعد التبرع بالدم؟

- تناول الطعام واشرب شيئاً قبل مغادرة بنك الدم، واشرب الكثير من السوائل طوال اليوم
- لا تدخل لمدة ٣٠ دقيقة
- قم بإزالة الضمادة بعد ساعتين، وإذا بدأ موضع الإبرة في التزيف، ارفع ذراعك عالياً واضغط عليه
- إذا شعرت بالدوار أو الإغماء، استلقِ أو اجلس ورأسك بين ركبتيك. إذا استمرت الأعراض، اتصل بنا، وعُد إلى بنك الدم، أو راجع طبيباً
- تجنب التعرض لدرجات الحرارة العالية بعد التبرع بالدم مباشرة
- لا تمارس الرياضة في أول ٢٤ ساعة.
- لا تعد إلى العمل لمدة ١٢ ساعة إذا كان عملك يتطلب تشغيل آلات ثقيلة، أو رافعات، أو قطارات، أو سيارات أجرة، أو تسلق السلالم، أو السقالات
- يجب على طاقم الطيران عدم مزاوله العمل لمدة ٧٢ ساعة بعد التبرع بالدم
- إذا كنت تمارس عملاً أو هواية عالية الخطورة، راجع التنظيمات الخاصة المتعلقة بالفترة التي لا يمكنك فيها مزاوله عملك أو هوايتك بعد التبرع بالدم
- يرجى الحرص على تناول نظام غذائي متوازن وغني بالحديد وفيتامين سي
- إذا تذكرت، بعد التبرع بالدم، أي معلومات عن صحتك قد تؤثر على سلامة دمك، يرجى الاتصال بنا فوراً



ما هي الآثار الجانبية المحتملة للتبرع بالدم وماذا تفعل حيالها؟

التبرع بالدم إجراء آمن، وقد يعاني بعض المتبرعين من بعض الآثار الجانبية؛ لذا فإن موظفينا المدربين موجودون لضمان سلامتك وراحتك طوال الوقت

الدوار:

قد يشعر بعض المتبرعين بالدوار، خاصة إذا كانت المرة الأولى للتبرع. وقد يصاحب الدوار في بعض الأحيان غثيان وقيء. لتقليل احتمالية الدوار؛ تأكد من تناول بعض السوائل ووجبة خفيفة قبل التبرع. أخبرنا إذا كنت قد شعرت بالدوار خلال تبرع سابق. إذا شعرت بالدوار أثناء أو بعد التبرع:

- أخبر الموظفين فوراً.
- استلقِ إذا كنت جالساً أو واقفاً. لا تقف مرة أخرى إلا ببطء وحذر بعد زوال الدوار.
- لا تقد سيارتك إذا شعرت بالدوار أثناء أو بعد التبرع.
- اطلب من شخص تعرفه أن يوصلك إلى المنزل.
- تجنب التدخين بعد التبرع، لأنه قد يزيد من الدوار.
- إذا أحسست بالدوار بعد مغادرتك واستمر لفترة اتصل بنا، وعُد إلى بنك الدم، أو راجع طبيباً.

كدمة في موضع إبرة سحب الدم:

- قد تحدث نادراً كدمات في موضع إبرة سحب الدم. لمنع هذا:
- اضغط على موضع الحقن لمدة خمس دقائق على الأقل بعد التبرع.
 - لا تزل الضمادة لمدة ساعتين على الأقل
 - تجنب حمل الأشياء الثقيلة بذراعتك أو ممارسة الرياضة لمدة ٢٤ ساعة.
- إذا حصلت كدمة، فننصح استخدام الكمادات الباردة. وستزول الكدمات عادة خلال أيام.

نقص الحديد:



الحديد عنصر أساسي في الهيموجلوبين الذي يعطي الدم لونه الأحمر. ينخفض مستوى الحديد في أجسامنا عند فقدان الدم، كما يحدث في النزيف المزمن. وقد ينخفض -أيضاً- لدى بعض المتبرعين بالدم بعد تبرعات متتالية متعددة. وننصح بإجراء فحص مخزون الحديد (الفيريتين) إذا كنت تتبرع بالدم أكثر من أربع مرات في السنة.

العرض الرئيس لنقص الحديد هو الإرهاق. وقد يلاحظ البعض -أيضاً- رغبة في تناول مواد غير معتادة، مثل: التراب والثلج. ويمكن أن يؤدي نقص الحديد إلى فقر الدم، الذي يمكن اكتشافه من خلال اختبارات الدم.

زد من تناول الأطعمة الغنية بالحديد لتفادي وعلاج نقص الحديد. ومن هذه الأطعمة: لحم البقر والديك الرومي، والدجاج، والضأن والكبد. ويوجد الحديد أيضاً في الحبوب المدعمة بالحديد والخبز والمعكرونة (الحبوب الكاملة والمدعمة) والتوفو والفاصوليا والعدس، والفاصوليا السوداء، والزبيب والبيض.

قد تحتاج -أيضاً- إلى تناول حبوب الحديد إذا كان مخزون الحديد أو الهيموجلوبين لديك منخفضاً.

مضاعفات التبرع عن طريق جهاز الفصل الخلوي:

إضافة إلى ما سبق فإن التبرع عن طريق جهاز الفصل الخلوي يستغرق عادة وقتاً أطول. وبسبب المواد المستخدمة لمنع تجلط مكونات الدم عند خروجها من الجسم قد يحس المتبرع بأعراض انخفاض الكالسيوم مثل الشعور بالتنميل أو الخدر، الدوخة، الدوار، أو طعم معدني في الفم. يتم أخذ جميع الاحتياطات للتقليل من المضاعفات. احرص على إبلاغ الموظف إذا أحسست بأي أعراض، وقد يتم إعطاؤك بعض الكالسيوم قبل التبرع بجهاز الفصل الخلوي أو خلال التبرع.

ما هي الأمراض المعدية التي يمكن أن تنتقل عن طريق الدم؟

يمكن أن تنتقل عدة أمراض عن طريق نقل الدم. وتقديم إجابات دقيقة وصادقة في الاستبانة يساعدنا على تجنب نقل هذه الأمراض للمرضى عن طريق الدم. يُفحص الدم المتبرع به للكشف عن: فيروس التهاب الكبد ب، وفيروس التهاب الكبد ج، وفيروس نقص المناعة المكتسب (الإيدز)، وفيروس الخلايا اللمفاوية البشرية نوع ١ و٢، الزهري، والملاريا، وأحياناً البكتيريا.



بالإضافة إلى انتقالها عن طريق الدم، يمكن -أيضا- أن تنتقل بعض هذه الأمراض عن طريق الاتصال الجنسي. لهذا السبب نسأل عن العلاقات الجنسية في الاستبانة. والأسئلة عن العلاقات الجنسية تعني جميع أنواع الجنس، بما في ذلك المهبل والفموي والشرجي. واستخدام وسائل منع الحمل أو الواقي الذكري (أو طرق أخرى لمنع الحمل أو العدوى) لا ينبغي أن يؤثر على إجابتك عن هذه الأسئلة.

يرجى عدم التبرع بالدم إذا كان لديك علاقة جنسية مع شخص من نفس الجنس أو خارج إطار الزواج.

يمكن أن تنتقل الأمراض - أيضاً- عن طريق التعرض للإبر أو دم أشخاص آخرين. وللسلامة، نطلب منك عدم التبرع بالدم إذا كنت قد أجريت ثقباً في الجسم (مثلاً في الأذن) أو وشماً أو بوتكس أو فيلر أو مايكروبلينج أو حجامه أو علاجاً بالوخز بالإبر في الأشهر الستة الماضية.

قد توجد بعض الأمراض المعدية في بلدان معينة فقط. وقد لا تكون مؤهلاً للتبرع إذا ولدت أو عشت أو زرت بلداناً معينة. (يقدم بنك الدم قائمة بالبلدان/المناطق المشمولة بالأسئلة).

أحد الأمراض التي يمكن انتقالها عن طريق الدم هو مرض الحمى المالطية (البروسيلة). و يصيب هذا المرض بشكل رئيس الماشية والماعز والأغنام والإبل. وينتقل إلى البشر عن طريق الاتصال مع الحيوانات المصابة بشكل مباشر أو غير مباشر. تعود معظم الحالات إلى تناول الحليب غير المبستر أو الجبن الطازج من الماعز أو الأغنام أو الإبل المصابة. كما يصاب البعض به بعد تناول لحوم غير مطهوه بشكل جيد من حيوانات مصابة بالمرض. ينتقل المرض للبشر كذلك عن طريق الاحتكاك المباشر مع الحيوانات المصابة أو إفرازات هذه الحيوانات (كالدّم والبول) أو التواجد مع الحيوانات خلال ولادتها .

تسبب الحمى المالطية العديد من الأعراض ومنها ارتفاع درجة الحرارة وآلام الجسم والتعرق والشعور بقشعريرة. لا يمكنك التبرع بالدم إذا كنت تتناول منتجات الألبان الطازجة غير المعقمة/غير المبسترة بانتظام أو تتعامل مع الماشية بشكل قد يعرضك للمرض. ينبغي أن يمر شهران على تناولك لمنتجات الألبان الطازجة أو تعاملك مع الحيوانات قبل أن تتبرع بالدم .

تذكر أنك تستطيع نقل مرض معدي مثل فيروس نقص المناعة البشرية أو التهاب الكبد وغيرها من الأمراض إلى شخص آخر من خلال نقل الدم حتى لو كنت تشعر بصحة جيدة ولديك نتيجة سلبية (سليمة) للفحوصات؛ هذا لأن الفحوصات لا يمكنها اكتشاف العدوى لفترة من الزمن بعد تعرض الشخص للفيروس أو الجرثومة، وإذا كنت تعتقد أنك قد تكون معرضاً لخطر الإصابة بفيروس نقص المناعة المكتسب/الإيدز



أو التهاب الكبد أو غيرها من الأمراض المعدية أو ترغب في إجراء اختبار دم، يرجى سؤال الموظفين عن الطرق المتاحة للاختبار ولا تتبرع بالدم .

يمكنك الانسحاب في أي وقت قبل أو أثناء أو بعد التبرع بالدم دون أي مبرر إذا كنت تعتقد أن صحتك في خطر، أو أن دمك غير مناسب لنقله لمريض.

لا تتبرع إذا سبق إبلاغك بأنك مصاب بالتهاب الكبد الوبائي ب أو ج حتى لو جرى علاجك وأبلغت أنك قد تعافيت.

لا تتبرع إذا سبق إبلاغك بأنك مصاب بفيروس نقص المناعة المكتسب (الإيدز)

لا تتبرع إذا كنت تشك أنك قد تكون مصابا بفيروس نقص المناعة المكتسب (الإيدز) وترغب في عمل الاختبارات (التحاليل).

لا تتبرع لتقليل مستوى الهيموجلوبين لديك. وإذا كان مستوى الهيموجلوبين لديك مرتفعا فراجع طبيبا متخصصا في أمراض الدم.

ماذا يحدث للدم المتبرع به؟

يتم تقسيم الدم المتبرع به إلى مكوناته وهي كريات الدم الحمراء، الصفائح الدموية، والبلازما. ويتلقى المرضى ما يحتاجونه من هذه المكونات حسب حالتهم الصحية.

لحماية المرضى، يفحص دمك للكشف عن التهاب الكبد ب وج، وفيروس نقص المناعة المكتسب، والزهري، وبعض الجراثيم الأخرى. هذه الفحوصات المناعية، المدعومة بالفحوصات الجزيئية حساسة جداً، ولكنها تحمل نسبة خطأ. ولا يمكن لهذه الفحوصات اكتشاف الجراثيم والفيروسات المعدية في المراحل المبكرة من العدوى.

لهذا السبب من المهم جداً أن يقدم المتبرعون معلومات دقيقة وصادقة قبل التبرع بالدم.

إذا كانت نتائج الفحوصات سلبية (سليمة):

- سيُعطى الدم المتبرع به للمرضى
- سيكون المتبرع مؤهلاً للتبرع في زيارته القادمة

إذا كانت نتائج الفحوصات إيجابية (غير سليمة):

- فسيتخلص من الدم المتبرع به
- لن يُقبل المتبرع في زيارته القادمة



- قد يجري الاتصال بالمتبرع لجمع عينة أخرى
- سيُبلغ المتبرع بنتائجه

إذا كانت نتائج الفحوصات غير واضحة:

- سيُتخلص من الدم المتبرع به
- لن يُقبل المتبرع في زيارته القادمة
- قد يجري الاتصال بالمتبرع لجمع عينة أخرى
- قد يُبلغ المتبرع بنتائجه

تُبلغ نتائج الفحوصات الإيجابية المؤكدة للسلطات الصحية وفقاً للوائح الحكومية.

إشعار المتبرع بنتائجه:

قد يتصل بك بنك الدم خلال ٨ أسابيع من التبرع للحصول على عينات دم إضافية والتي قد تكون مطلوبة لتأكيد فحوصات الدم. ومن المهم تزويدنا برقمك الصحيح للتواصل معك. للحفاظ على السرية، لن نقوم بالإبلاغ عن أي نتائج عبر الهاتف. إذا كنت ترغب في معرفة نتيجة الفحوصات التي أجريت على عينتك يجب عليك الحضور شخصياً إلى بنك الدم مع بطاقة الهوية الخاصة بك.

إذا كان لديك أي أسئلة

يرجى التحدث إلى موظفي بنك الدم إذا كان لديك أي أسئلة أو مخاوف بشأن التبرع بالدم



موافقة المتبرع

- لقد قرأت وفهمت المعلومات المقدمة لي بشأن الأمراض المعدية التي يمكن انتقالها عن طريق نقل الدم.
- لقد قرأت وفهمت المعلومات المقدمة لي بشأن المضاعفات التي يمكن أن تحدث خلال التبرع بالدم أو بعده، سواء عند التبرع بالطريقة المعتادة (الدم الكامل) أو عن طريق جهاز الفصل الخلوي.
- جرت الإجابة عن جميع أسئلتني.
- أُمِنح الإذن لبنك الدم بسحب حوالي ٤٥٠ مل من الدم الكامل أو إجراء الفصل الخلوي. يمكن استخدام الدم بأي طريقة يراها بنك الدم مناسبة.
- أوافق على عدم التبرع بالدم إذا كنت معرضاً لخطر الإصابة بفيروس الإيدز أو عدوى أخرى.
- أفهم أن دمي سيجري فحصه لفيروس نقص المناعة المكتسب (الإيدز) ومسببات أمراض معدية أخرى. إذا أظهرت هذه الفحوصات أنه يجب على التوقف عن التبرع بالدم بسبب خطر نقل فيروس الإيدز أو أي مرض آخر فسيُدْرَج اسمي في قائمة الأشخاص الذين لا يمكنهم التبرع.
- أفهم أنني سوف أُبلِّغ بنتائج الفحوصات المخبرية الإيجابية، وإذا كانت النتائج غير واضحة سواء بالسلب أو الإيجاب فلن يُستخدم دمي، وقد يوضع اسمي في قائمة التأجيل/الرفض دون إخباري حتى تتضح النتائج بشكل أكبر.
- أفهم أنه قد يتم التواصل معي لإعادة بعض الفحوصات أو عمل فحوصات إضافية.
- أفهم أن اللوائح تنص على إبلاغ نتائج بعض الفحوصات الإيجابية إلى جهات حكومية مختصة.
- لقد تم إبلاغي وفهمت أنني أستطيع الانسحاب من عملية التبرع بالدم في أي وقت قبل أو أثناء أو بعد عملية التبرع إذا كنت أعتقد أن دمي غير مناسب لنقله للمرضى.
- لقد تم إبلاغي وفهمت أنه في بعض الظروف، قد يجري نقل الدم إلى المريض قبل الانتهاء من جميع الفحوصات ذات الصلة بالأمراض المعدية وقد تكون هناك ظروف قاهرة لا يجري فيها إجراء فحوصات الأمراض المعدية على الإطلاق قبل نقل الدم للمرضى.
- لقد أجبته عن جميع الأسئلة بصدق، وكل المعلومات التي أدليت بها صحيحة.
- أوافق على حفظ بياناتي الشخصية مثل: اسمي، ورقم الهوية الوطنية، والجنسية، ومكان وتاريخ الميلاد، ورقم الهاتف والعنوان، ومعلومات الاتصال في سجلات بنك الدم وذلك للتعريف بي والتواصل معي فيما يخص التبرع بالدم.
- قد يجري استخدام بياناتي في إصدار التقارير الخاصة بأعمار المتبرعين وخصائصهم بدون التعريف الشخصي بي.
- أوافق على أن يتصل بي موظفو بنك الدم لتزويدي بمعلومات حول تبرعي بالدم، أو الاستفسار عن بعض التفاصيل، أو لدعوتي للتبرع بالدم مرة أخرى.

Blood Donor Educational Material

WHAT YOU NEED TO KNOW ABOUT BLOOD DONATION

Thank you for your interest in donating blood.

This information sheet explains how YOU can help us make the donation process safe for yourself and the patients who might receive your blood.

PLEASE READ THIS INFORMATION BEFORE YOU DONATE!

If you have any questions now or at any point during the screening process, please ask the blood bank staff.

Remember that you can discuss any concerns with the blood bank staff in a confidential, closed room.

This material will cover the following sections:

How to prepare for blood donation

What happens on the day of your blood donation visit

What should you do after the blood donation

What are possible side effects of blood donation and what to do about them

What are the infectious diseases that can be transmitted by blood

What happens to donated blood

How to prepare for blood donation

Bring your national identification card or iqama and a list of medications you have been taking.

Make sure to have enough sleep the night before coming to donate blood.

Have a meal before donating blood.

Please delay your blood donation if you are fasting or haven't slept well to avoid fainting.

What happens on the day of your blood donation visit

Registration

- We will register you using your identification card number and check your information in our system
- We will check your previous records
- We will give you the educational material that you need to go over before going ahead with the other steps.

Donor History Questionnaire

- We will give you a list of questions about your health, travel, and medications
- The questions help to see if you might be at risk for Hepatitis, HIV (or AIDS)
- If you are not sure about an answer, leave it blank and discuss it with the staff during the interview
- Being accurate and honest while answering the questions is not just important, it's essential. Your honesty is a crucial part of keeping you and the patients safe. Please remember, your answers are confidential and will not be shared.

Interview

- A trained staff from the blood bank will perform the interview in a confidential area, ensuring your comfort and privacy.
- The staff will review your questions to the questionnaire.
- The staff will respond to your queries and questions.

Physical Examination

- We will measure your weight, blood pressure, temperature, and pulse
- We will take a small sample of blood from your finger to make sure you are not anemic

Collection of Blood

- Your arm will be cleaned with an antiseptic (tell us if you are allergic to iodine or antiseptics)
- A new, sterile, disposable collection set will be used to collect your blood
- We will collect ٤٠٠-٥٠٠ ml of blood. This makes up less than ٨-١٠% of the blood in your body. Your body will replace it in a short period of time.
- Donation time is about ١٠ minutes

After the Donation

- You'll be given some refreshments
- DO NOT LEAVE the blood bank until you are asked to

What should you do after the blood donation

- Eat and drink something before leaving the blood bank, and drink lots of fluids for the rest of the day.
- Do not smoke for ٣٠ minutes.
- Remove the bandage after ٢ hours, and if the needle puncture site starts bleeding, raise your arm high and apply pressure.
- If you feel dizzy or faint, lie down or sit with your head between your knees. If symptoms persist, call us, return to the blood bank, or see a doctor.
- Avoid staying in hot temperatures immediately after giving blood.
- Do not exercise for ٢٤ hours after giving blood.
- Do not return to work for ١٢ hours if your job involves operating heavy machinery, cranes, trains, taxi cabs, or climbing ladders or scaffolding.
- Flight crews should stay off work for ٧٢ hours after blood donation.
- If you have a high-risk job or hobby, review the related regulations to determine how long you have to wait after blood donation before resuming your job or hobby.
- Please ensure that you eat a nutritious, well-balanced diet containing foods rich in iron and vitamin C.
- If, after giving blood, you become aware of any information about your health that would affect whether we should transfuse your blood to patients, please call us immediately.

What are possible side effects of blood donation and what to do about them

Blood donation is a safe procedure, and while a few donors may experience some side effects, our trained staff is here to ensure your safety and comfort throughout the process.

Dizziness: Some donors may experience dizziness, especially if it is their first time donating. Dizziness may sometimes be accompanied by nausea and vomiting. To reduce the likelihood of dizziness, ensure you have consumed some fluids and a light meal before donating. Tell us if you have experienced dizziness during a previous donation. If you feel dizzy during or after donating:

Notify the staff immediately.

Lie down if you are sitting or standing. Do not stand up again except slowly and cautiously after the dizziness has passed.

Do not drive your car if you feel dizzy during or after the donation. Ask someone you know to take you home.

Avoid smoking after donating, as it can increase dizziness.

If you feel dizzy after leaving the blood bank and it did not improve call us, or return to the blood bank, or see a doctor.

Bruising at the injection site: Bruising at the injection site may occur in rare cases. To prevent this, apply pressure to the injection site for at least five minutes after donating, and do not remove the bandage for at least ٧ hours. Do not carry heavy objects with that arm and do not exercise for ٧٤ hours after you donate blood. If you notice a bruise, you can use cold packs. Bruises usually resolve in a few days.

Iron deficiency: Iron is an essential component of hemoglobin, which gives blood its red color. The level of iron in our bodies decreases when we lose blood, as occurs in chronic bleeding. It may also decrease in some blood donors after multiple consecutive donations. We advise that you get tested for iron stores (ferritin) if you donate blood more than four times a year.

The main symptom of iron deficiency is fatigue. Some may also notice a desire to consume unusual substances such as dirt and ice. Sometimes, iron deficiency can lead to anemia, which can be detected through blood tests.

Increase your intake of iron-rich food to prevent and treat iron deficiency. Examples are beef, turkey, chicken, lamb, and liver. Other sources of iron may be found in cereals fortified by iron, bread, pasta (whole grain and enriched), tofu, beans, lentils, peanuts, dried fruits like raisins, and eggs.

You may also need to take iron pills if your iron stores or hemoglobin are low.

Complications of apheresis donation

In addition to the issues mentioned above, donating platelets, plasma, or other components through the apheresis machine takes a longer time. The substance used in the collection to prevent blood from clotting can cause some symptoms of low calcium, such as numbness, dizziness, or a metallic taste in the mouth.

All precautions are taken to prevent these possible side effects. Let the staff know if you feel anything unusual. We may give you calcium before donation through apheresis.

What are the infectious diseases that can be transmitted by blood

Several diseases can be transmitted by blood transfusion. Providing accurate and true answers in the questionnaire helps us avoid transmitting these diseases to patients through blood.

Donated blood is tested for the following:

Hepatitis B virus, Hepatitis C virus, Human Immunodeficiency Virus (HIV/AIDS), Human T-cell lymphotropic virus ١ and ٢, syphilis, malaria, and sometimes, bacteria.

In addition to being transmitted by blood, some of these diseases can be transmitted by sexual contact. That's why we ask about sexual relationships in the questionnaire. Questions about sexual relationships mean all types of sex, including vaginal, oral, and anal. Use of contraception, condoms (or other methods to prevent pregnancy or infections) should not affect your response to these questions.

Please do not donate blood if you had sex with someone of the same gender or had sex outside of marriage.

Diseases can also be transmitted by being exposed to needles or the blood of other people. To be safe, we ask you not to donate blood if you have had body piercings, tattoos, botox, fillers, micro-blading, hijama, or acupuncture in the past ٦ months.

Some contagious diseases may be found only in certain countries. You may not be eligible to donate if you were born in, have lived in, or visited certain countries. (Blood bank to provide a list of countries/regions for more details).

One of the diseases that can be transmitted through blood is brucellosis (Malta fever). This disease primarily affects cattle, goats, sheep, and camels. It is transmitted to humans through direct or indirect contact with infected animals. Most cases are due to consuming unpasteurized milk or fresh cheese made from infected goats, sheep, or camels. Some people also become infected after eating undercooked meat from infected animals. The disease can also be transmitted to humans through direct contact with infected animals or their secretions (such as blood and urine) or by being present with animals during childbirth

Brucellosis causes many symptoms, including fever, body aches, sweating, and chills. You cannot donate blood if you regularly consume unpasteurized fresh dairy products or handle livestock in a way that might expose you to the disease. A period of two months should pass after consuming fresh dairy products or handling animals before you can donate blood.

Remember that you CAN give an infection, such as HIV or hepatitis to someone else through blood transfusions even if you feel well and have a negative HIV or hepatitis test. This is because tests cannot detect infections for a period of time after a person is exposed to HIV or hepatitis. If you think you may be at risk for HIV/AIDS or hepatitis or want a blood test, please ask the staff about available ways to be tested and do not donate blood.

You can withdraw yourself at any time before, during, or after the blood donation without any justification if you think that your health is at risk, or your blood is not suitable for transfusion.

Do not donate if you were previously told you have hepatitis B or C, even if you received treatment and was told you are healthy

Do not donate if you were previously told you have HIV/AIDS

Do not donate if you think you may have HIV/AIDS and want to get tested

Do not donate to reduce your hemoglobin. Visit a blood doctor (a hematologist) if your hemoglobin is high.

What happens to donated blood

Collected blood is separated into red blood cells, plasma, and platelets. Patients receive the units they need according to their health condition.

To protect patients, your blood is tested for hepatitis B and C, HIV, syphilis, and certain other organisms. These immunological tests, supported by molecular testing, are very sensitive, BUT they have limitations. They cannot detect infectious agents in the early infection stages.

That's why it's very important for the donors to provide both accurate and honest information.

If testing results are negative

- Donated blood will be given to patients
- Donor is eligible to donate on his next visit

If testing results are positive

- Donated blood will be discarded
- Donor is placed on deferred status
- Donor may be contacted to collect another sample
- Donor will be informed about his results

If testing results are unclear

- Donated blood will be discarded
- Donor is placed on deferred status
- Donor may be contacted to collect another sample
- Donor will be informed about his results

All confirmed positive test results are reported to health authorities according to governmental regulations.

Private donor notification:

The blood bank might contact you within 8 weeks to get additional blood samples, which may be needed to confirm blood tests. It is important to provide us with accurate contact numbers.

To maintain confidentiality, we will not report any results by phone. If you wish to know your donation result, you have to come personally to the blood bank with your identification card.

If you have any questions

Please speak to the blood bank staff if you have any questions or concerns about giving blood.

Donor Consent

- I have read and understand the information provided to me regarding the spread of various diseases that can be spread through blood.
- I have read and understood the information provided to me about possible side effects that could happen during or after blood donation, with regular and apheresis donation.
- All my questions have been answered.
- I hereby grant permission to the blood bank to draw approximately 500 mL of whole blood or perform an apheresis procedure. The blood product may be used in any manner the blood bank deems suitable.
- If I am potentially at risk of spreading the virus known to cause AIDS or another infection, I agree NOT to donate blood.
- I understand that my blood will be tested for HIV and other infectious disease markers. If this testing indicates that I should no longer donate blood or plasma because of the



risk of transmitting the AIDS virus or another disease, my name will be entered on a list of individuals who cannot donate blood.

- I understand that I will be notified of positive laboratory test results. If the results are not clearly negative or positive, my blood will not be used, and my name may be placed on a deferral/rejection list without me being informed until the results are further clarified.
- I understand that the blood bank staff may contact me to repeat blood tests or perform additional tests.
- I understand that regulations require that some positive test results be communicated with specific government authorities.
- I have been informed of and understand the possibilities for withdrawal from the blood donation process AT ANY TIME before, during, or after the donation process if I believe that my blood is not suitable for transfusion.
- I have been informed and understand that in some circumstances, blood may be transfused to a patient before all relevant tests for infectious diseases are completed, and there may be circumstances in which the relevant infectious disease tests are not performed at all before transfusing to a patient (in case of disaster).
- The medical history I have provided to the interviewer is true and accurate to the best of my knowledge.
- I agree to have my name, national identification number, nationality, date and location of birth, phone number, address, and contact information stored in blood bank records to for my identification and communication regarding blood donation.
- I agree to have my information used to issue reports about donor ages and characteristics without personally identifying me.
- I agree to be contacted by blood bank staff to inquire about details, or provide me with information about my blood donation, or to invite me to donate blood again.



المجلس الطبي السعودي
Saudi Health Council