



BLOOD DONOR GUIDELINES

All donors: Please provide personal photo identification. IDs must be issued by state (DL or ID), school or U. S. government (Passport, Military ID, Resident Alien ID, Green Card, Mexican Consular ID or Work Visa).

Age: At least 16 years of age and in good general health. Sixteen-year-olds must have written parental consent. There is no upper age limit.

Weight: Minimum of 110 pounds.

Medications: Cannot donate if currently taking antibiotics for infection, except for prevention. Platelet donors cannot donate if taking aspirin or medication containing aspirin. Okay, to donate if taking vitamins, birth control, medicine for allergies, blood pressure, thyroid replacement, female hormones, anxiety or high cholesterol, as well as most other medications.

Eating: Eat a low-fat but hearty meal within 2 hours before donating.

Drinking: Drink lots of water or juice before and after donating. Avoid alcoholic beverages a minimum of 12 hours before and 24 hours after donating.

Shots: Okay after allergy shots, influenza vaccine, hepatitis A vaccine, tetanus shot.

Strenuous activity: Avoid for at least 24 hours after donating. Individuals with a hazardous or strenuous job should donate at the end of their work shift.

Cancer: Okay to donate after removed/treatment(s) complete for basal cell skin cancer and squamous cell skin cancer. For melanoma and most solid tumors, including those due to breast cancer, it is okay to give 2 years after completion of all treatment. Exceptions are noted under "Permanent Disqualifications."

Diabetes: Okay if well controlled by insulin, oral medication or diet.

Temporary Disqualifications

Cold/Flu/Don't Feel Well: One day symptom-free. Okay to donate, once feeling well and healthy.

Pregnancy: Okay to donate 6 weeks after end of pregnancy.

Ear or Body Piercing: Okay to donate, if performed using a single-use device, otherwise; wait 3 months from date of procedure.

Hepatitis B Vaccine: Okay to donate 2 weeks after vaccine.

Tattoo: Okay to donate, if performed in a regulated, state licensed facility, otherwise; wait 3 months from date of procedure.

Last blood donation: Eight weeks between whole blood donations. Seven days between platelet donations, up to 24 times per year. Sixteen weeks between automated 2 unit red cell donations.

Blood transfusion or tissue transplant: 3 months following date of procedure.

Malaria: 3 months following travel to malarial area as defined by the Centers for Disease Control and Prevention (CDC).

History of illicit drug use, including steroids, using a needle: 3 months from date of last use

Permanent Disqualifications

- Positive test for the AIDS/HIV virus
- Positive test for *Babesia*
- History of heart attack
- Lymphoma, leukemia or other blood cancers
- 3 months or more in the United Kingdom countries of England, Northern Ireland, Scotland, Wales, the Isle of Man, the Channel Islands, Gibraltar or the Falkland Islands from 1980 – 1996
- 5 years or more in France or Ireland from 1980 – 2001 (Time spent in Ireland does not include time spent in Northern Ireland which is part of the United Kingdom)
- Recipients of blood transfusions in France, Ireland, England, Northern Ireland, Scotland, Wales, the Isle of Man, the Channel Islands, Gibraltar or the Falkland Islands since 1980

Please remember, even if you are permanently disqualified from giving blood, there are other ways you can support our community blood supply. Host a blood drive, volunteer or recruit other blood donors.
Every little bit helps!



DIRECTRICES PARA LOS DOANATES DE SANGRE

Todos los donantes: Por favor proporcione una identificación personal con fotografía. Los documentos de identidad deben ser emitidos por estado (Licencia de conducir o IDENTIFICACIÓN), escuela o gobierno de los EE. UU. (Pasaporte, identificación militar, identificación de extranjero residente, tarjeta verde, identificación consular mexicana o visa de trabajo).

Edad: Al menos 16 años de edad y en buena salud general. Los donantes de dieciséis años deben tener el consentimiento por escrito de los padres. No hay límite de edad superior.

Peso: Mínimo de 110 libras.

Medicamentos: No se puede donar si actualmente esta tomando antibióticos para una infección, excepto para la prevención. Los donantes de plaquetas no pueden donar si toman aspirina o medicamentos que contienen aspirina. Es aceptable donar sangre si, esta tomando vitaminas, anticonceptivos, medicamentos para alergias, presión arterial, reemplazo de tiroides, hormonas femeninas, ansiedad o colesterol alto, así como la mayoría de otros medicamentos.

Comer: Coma una comida baja en grasa pero abundante dentro de 2 horas antes de donar.

Beber: Beba mucha agua o jugo antes y después de donar. Evite las bebidas alcohólicas un mínimo de 12 horas antes y 24 horas después de la donación.

Vacunas: Es aceptable donar sangra después de vacunas contra la alergia, vacuna antigripal, vacuna contra la hepatitis A, vacuna contra el tétanos.

Actividad extenuante: Evitar por al menos 24 horas después de donar. Las personas con un trabajo peligroso o extenuante deben donar al final de su turno de trabajo.

Cáncer: Es aceptable donar después de ser extirpado/tratamiento(s) completo(s) para el cáncer de piel de células basales y el cáncer de piel de células escamosas. Para el melanoma y la mayoría de los tumores sólidos, incluidos los que se deben a un cáncer de mama, está bien dar 2 años después de la finalización de todo el tratamiento. Las excepciones se señalan en "Descalificaciones permanentes."

Diabetes: Está bien si está bien controlada por insulina, medicamentos orales o dieta.

Descalificaciones Temporales

El Resfriado/La Gripe/No sentirse bien: Un día sin síntomas. Aceptable para donar, una vez que se siente bien y saludable.

Embarazo: Aceptable para donar sangre 6 semanas después del final del embarazo.

Perforación de oídos o cuerpo: Aceptable para donar sangre, si se realiza con un dispositivo de un sólo uso, de lo contrario; esperar 3 meses a partir de la fecha del procedimiento.

Vacuna contra la Hepatitis B: Aceptable para donar sangre 2 semanas después de la vacuna.

Tatuaje: Aceptable para donar sangre, si se realiza en una instalación regulada, con licencia estatal, de lo contrario; esperar 3 meses a partir de la fecha del procedimiento.

Última donación de sangre: Ocho semanas entre donaciones de sangre entera. 7 días entre donaciones de plaquetas, hasta 24 veces al año. 16 semanas entre donaciones automatizadas de 2 unidades de glóbulos rojos.

Transfusión de sangre o trasplante de tejido: 3 meses después de la fecha del procedimiento.

Malaria: 3 meses después de viajar al área de malaria según lo definido por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC).

Antecedentes de consumo ilícito de drogas, incluyendo esteroides, usando una aguja: 3 meses a partir de la fecha de último uso.

Descalificaciones Permanentes

- Prueba positiva para el virus del SIDA/VIH
- Prueba positiva para Babesia
- Antecedentes de infarto
- Linfoma, leucemia u otros tipos de cáncer de la sangre
- 3 meses o más en los países del Reino Unido de Inglaterra, Irlanda del Norte, Escocia, Gales, la Isla de Man, las Islas del Canal, Gibraltar o las Islas Malvinas de 1980 a 1996
- 5 años o más en Francia o Irlanda de 1980 a 2001 (El tiempo pasado en Irlanda no incluye el tiempo dedicado a Irlanda del Norte, que forma parte del Reino Unido)
- Receptores de transfusiones de sangre en Francia, Irlanda, Inglaterra, Irlanda del Norte, Escocia, Gales, la Isla de Man, las Islas del Canal, Gibraltar o las Islas Malvinas desde 1980

Recuerde, incluso si usted es permanentemente descalificado para donar sangre, hay otras maneras en que puede apoyar nuestro suministro de sangre de la comunidad. Organizar un evento de donación de sangre, ser voluntario o reclutar a otros donantes sangre. ¡Cada pedacito ayuda!