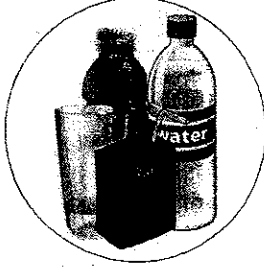




RAKTDAAN
KAR KE DEKHO ACHHA LAGTA HAI

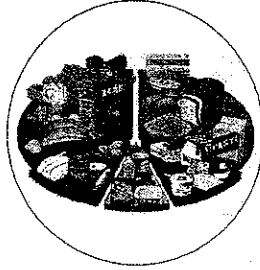
THINGS BEFORE BLOOD DONATION

रक्तदान करण्यापूर्वी



*Drink plenty of fluids
- water, juices etc.*

भरपूर द्रव पदार्थांचे सेवन करावे जसे की -
पाणी, फळांचा रस, इ.



*Eat well-balanced food
संतुलीत आहार घ्या*



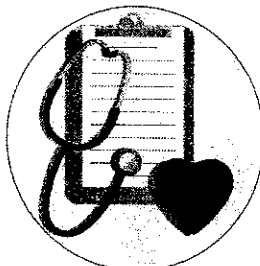
*Avoid consumption of alcohol
धुम्रपान व मद्य सेवन टाळा*



*Wear comfortable clothes
आरामदायक कपडे परिधान करा*



*Take sufficient sleep
पुरेशी झोप घ्या*



*Do share your medical history
आपला पूर्ण वैद्यकीय इतिहास सांगा /
विचारलेल्या प्रश्नांची प्रांजळपणे उत्तर द्या*

**Donate blood at your nearest licensed blood bank or
voluntary blood donation camp or visit www.mahasbtc.com**

 **SBTC**
महाराष्ट्र राज्य रक्त संक्रमण परिषद
State Blood Transfusion Council



RAKTDAAAN

KAR KE DEKHO ACHHA LAGTA HAI

AFTER YOUR BLOOD DONATION

रक्तदान केल्यानंतर

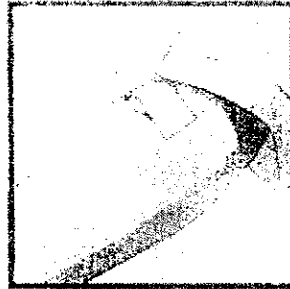


Relax for at least 15 minutes

किमान १५ मिनिटे आराम करा

Drink more liquids : water, juices

द्रव पदार्थांचे अधिक सेवन करा जसे की -
पाणी, फळांचे रस



Remove bandage after 6 hours

६ तासानंतर पट्टी काढा

*Contact blood bank in case of
any discomfort*

अस्वस्थता जाणवल्यास रक्तपेढीशी संपर्क साधा



**Donate blood at your nearest licensed blood bank or
voluntary blood donation camp or visit www.naco.gov.in**

www.maharashtra.gov.in

 **SBTC**
महाराष्ट्र राज्य रक्त संकलन परिषद
State Blood Transfusion Council